

Baume anti-douleur

Ingrédients



Huile d'olive



Cire d'Abeille



Boutons de pâquerettes



Millepertuis



Consoude



Fanes de carotte sauvage

Baume

anti-douleur

Ustensiles

- 1 balance
- 1 fouet
- 1 casserole
- 1 spatule
- plusieurs petits pots avec couvercle
- 1 bocal

Recette

- Ciseler grossièrement les boutons des pâquerettes, le millepertuis, la consoude et les fanes de carotte sauvage dans un bocal et écraser légèrement (remplir à 2/3 de plantes le bocal).
- Recouvrir d'huile d'olive les plantes en laissant quelques centimètres d'huile au-dessus des plantes (les plantes ne doivent pas être à l'air libre).
- Mettre le bocal à l'abri de la lumière (ne pas exposer le bocal au soleil) et laisser macérer pendant 1 mois.
- A bout d'un mois, filtrer l'huile pour retirer tous les résidus des plantes décantées.
- Peser l'huile filtrée.
- Ajouter 14% du poids de l'huile en Cire d'Abeille (pour 1 litre d'huile filtrée, il faut 14 cl de cire d'abeille, par exemple).
- Faire chauffer à feu doux dans une casserole, l'huile filtrée et la cire d'abeille.
- Remuer jusqu'à ce que la cire d'abeille ait complètement fondu.
- Verser le mélange dans des petits pots, laisser refroidir et refermer avec les couvercles (s'il y a un dépôt au fond de la casserole ne pas le mettre, il s'agit de résidus).
- Conserver le baume tant que l'huile ne rancit pas (jusqu'à environ 2 ans).