

TEINTURE de PROPOLIS

La propolis brute récoltée dans la ruche peut être consommée telle quelle ou dissoute dans une base hydro-alcoolique, pour séparer les éléments actifs (résines, baumes, huiles essentielles) de la cire, du pollen et des impuretés, puis pour mieux les conserver.

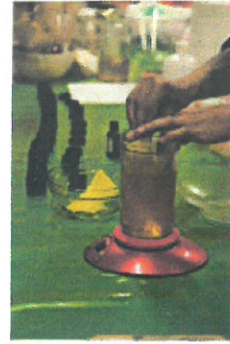


Voici comment la préparer vous-même !

Recette

1. Dans le bocal en verre, pesez 10 g de propolis brute réduite en poudre
2. Dans l'éprouvette, mesurez 50 ml d'alcool à 70 % vol
3. Versez l'alcool dans le bocal avec la propolis
4. Fermez le bocal et secouez énergiquement
5. Étiquetez la préparation : Nom + Date de fabrication.
6. Laissez reposer 21 jours en remuant tous les jours !
7. Filtrez avec un filtre à café
8. Mettez dans le flacon compte-gouttes en verre teinté à l'aide d'un entonnoir
9. Étiquetez la préparation : Nom + Date de fabrication
10. Conserver à l'abri de la chaleur et hors de portée des enfants

<https://serpettesetchaudrons.wordpress.com>



BAUME À LÈVRES.

Miel, cire et propolis

Préparez vous-même un baume à lèvres protecteur, hydratant et cicatrisant avec de l'huile d'olive, de la cire d'abeille, du miel et de la propolis.

Recette pour 30 ml

1. Dans le bocal en verre, pesez 25 g d'huile d'olive.
2. Dans ce même récipient, pesez 5 g de Cire d'abeille.
3. Au bain-marie, faites fondre la cire dans l'huile et retirez du feu.
4. Laissez refroidir avant d'ajouter 2 g de Miel et fouettez.
5. Ajoutez 12 gouttes de Teinture Mère de Propolis.
6. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte homogène.
7. Versez le liquide dans le pommadier.
8. Fermez le pommadier.
9. Étiquetez le pot : Nom + Date de fabrication + Conservation 1 an.
10. Dégustez

<https://serpettesetchaudrons.wordpress.com>