

Nom botanique : Cymbopogon flexuosus

Nom INCI : Cymbopogon flexuosus oil

Qualité : 100% pure et naturelle.

Culture : Culture biologique certifiée par Ecocert

Mode d'extraction : Distillation par entraînement à la vapeur d'eau des parties aériennes

Propriétés organoleptiques :

- Aspect : liquide
- Couleur : jaune-vert
- Odeur : citronnée, fraîche



Huile essentielle
de Lemongrass



Modes d'utilisation :

Application cutanée (AC)

Bain (B)

Cuisine (C)

Diffusion (D)

Massage (M)

Important

Dosage huiles essentielles : 30  = 1ml

En savoir plus...

En Inde, des infusions de lemongrass sont employées traditionnellement pour remédier à certaines maladies infectieuses et troubles gastro-intestinaux. Au Brésil, elle est réputée calmer les états de nervosité et les fièvres.

Principales propriétés :

- Vasodilatatrice
- Tonifiante cutané
- Sudo-régulatrice
- Digestive

Indications :

- Soins minceur (déstockage des graisses) **AC**
- Soins des peaux ternes et fatiguées **AC**
- Soins déodorants **AC**
- Troubles digestifs, modération de l'appétit **D**

Recettes Express :

▪ Soin express anti-cellulite

30 gouttes d'HE de lemongrass + 30 gouttes d'HE de vetiver + 99 ml d'HV de macadamia

▪ Lotion tonique express

30 gouttes d'HE de lemongrass + 100 ml d'HA de verveine + 95 ml d'HA d'hélichryse + 4ml de solubol.

▪ Spray déodorant express

30 gouttes d'HE de lemongrass + 30 gouttes d'HE de citronnelle + 190 ml d'HA de sauge sclérée + 8 ml de solubol.

▪ Parfum modérateur d'appétit pour diffusion

30 gouttes d'HE de lemongrass + 30 gouttes d'HE de mandarine.

L'HE de lemongrass côté petits maux...

- Traitement des mycoses et des poux.

L'HE de lemongrass côté cuisine...

- Aromatise pâtisseries, sucreries et limonades.
- Réhausse de nombreux plats de poissons et de viandes.

Le saviez-vous ?

- L'huile essentielle de lemongrass est également utilisée comme répulsif des moustiques, comme la citronnelle.

Conservation :

Au sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière.

Précautions d'emploi :

Peut être irritante pour les peaux sensibles. Ne pas utiliser pure. Eviter le contact avec les yeux.

Contre-indications :

Déconseillée pendant les trois premiers mois de grossesse.



Type de recette : hygiène



Préparation



Coût



Difficulté

Déodorant roll-on au lemongrass

Ingrédients :

- 27 ml de glycérine végétale
- 20 ml d'huile végétale de macadamia
- 30 gouttes d'huile essentielle de lemongrass bio
- 5 gouttes d'huile essentielle de cypres bio
- 20 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse bio
- 7 gouttes de vitamine E naturelle

Matériel nécessaire :

- Un bol
- Un mini fouet ou une cuillère à café
- Une éprouvette graduée ou un verre doseur

Flaconnage recommandé :

- Roll-on de 50ml

Mode opératoire :

- 1- Mettre dans un bol la glycérine, l'huile végétale de macadamia, les huiles essentielles, l'extrait de pépin de pamplemousse et la vitamine E naturelle.
- 2- Remuer vigoureusement.
- 3- Transférer dans le roll-on.

Conseil d'utilisation :

Appliquer le matin sur une peau sèche et propre.

Conservation :

3 mois maximum, dans des conditions de conservation optimales (à l'abri de la chaleur et de la lumière).

PETITS
MAUX

POUR LUTTER CONTRE LE RHUME :

- Dans un bol d'eau chaude, ajouter la synergie d'huiles essentielles suivante : 2 gouttes de lemongrass + 2 gouttes de lavande maillette + 2 gouttes de pin sylvestre + 2 gouttes d'eucalyptus radiata.
- Inhaler ce mélange 2 fois par jour, jusqu'à amélioration.

Les informations mentionnées sur ce document ne se substituent pas à un avis médical auprès des professionnels compétents de la santé. Demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien.