

Les remèdes de grand-mère. Se soigner avec les plantes. Qu'en dit la science ?



Le diabète guette ? Buvez la décoction de feuilles de myrtille et racines de gentiane

Ingrédients (pour 1 litre)

1. Deux pincées de racines de gentiane (séchées)
2. Deux pincées de feuilles de myrtille (séchées)
3. Un litre d'eau froide

(Cette recette est possible aussi avec les plantes fraîches)

Recette

1. Cueillir les plantes fraîches ou acheter les plantes séchées
2. Dans une casserole, mélanger les plantes et l'eau froide
3. Chauffer et bouillir 20 minutes
4. Filtrer
5. Boire 1 litre par jour pendant 3 semaines au printemps (cure)

Scientifiquement intéressant car

° Les feuilles de myrtilles furent beaucoup utilisées dans le passé pour soigner le diabète avant la découverte de l'insuline en 1922. Il existe aujourd'hui des médicaments à base d'extraits de myrtille pour traiter certaines complications liées au diabète.

Également utile selon Germaine Cousin

° Pour une bonne douche interne

Attention

° Ne pas confondre la gentiane avec le vératre, une plante très toxique.