

rebost

VEP!
Com anam?

Remeis amb herbes de maig

OLI D'HIPÈRIC

MATERIALS:

- 1 manat de flors d'hipèric
- oli d'oliva verge
- 2 pots de vidre



PROCEDIMENT:

- Es tracta de fer una maceració: hem d'omplir mig pot de vidre amb flors fresques d'hipèric i, a continuació, cobrir-les amb oli d'oliva verge per evitar el creixement bacterià i, després, tancar el pot.
- Llavors, serà el moment de deixar-ho tot macerant durant 40 dies a sol i serena i ho anirem remenant una mica cada 4 dies.
- Quan hagin passat 40 dies, filtrarem l'oli macerat i el passarem a un pot definitiu. I ja serà llest per emprar.
- L'oli essencial d'hipèric té propietats cicatritzants i es pot emprar per curar cremades, ferides o erosions en la pell.
- S'ha d'anar alerta amb l'ús tòpic. L'oli d'hipèric pot causar reaccions en la pell si l'exposam al sol tot d'una d'haver-nos aplicat la loció; és convenient cobrir la part del cos on hàgim aplicat el remei amb una bena o una gasa.

rebost

VEPI!
Com anam?

*ESPERIT DE ROMANÍ

MATERIALS:

- alcohol 96°
- 1 grapat de romaní
- 1 pot de vidre



PROCEDIMENT:

- Hem d'omplir mig pot de vidre amb branques de romaní acabat de collir i, tot d'una, cobrir-les amb esperit i tancar el pot.
- Un pic que tinguem el preparat llest, el deixarem macerant durant 20 dies a un lloc fosc i sec on no li toqui la llum del sol.
- En haver passat els 20 dies, hem de filtrar l'alcohol macerat i passar-lo a un altre pot de vidre fosc perquè quedi protegit de la llum. I ja serà llest per emprar.
- L'esperit de romaní és un remei d'ús extern, molt útil per alleugerir els dolors musculars i el mal a les articulacions. També es pot emprar per fer-se fregues en el pit i l'esquena contra els constipats i per donar massatges tonificants.

rebost

VEP!
Com anam?

*INFUSIÓ DE ROMANÍ I SEMPREVIVA

MATERIALS:

- 2 branques romaní
- 5 flors de sempreviva

PROCEDIMENT:

- Posarem a bullir aigua amb 2 branques de romaní i 5 flors de sempreviva.
- Passats 10 minuts, tendrem a punt la infusió, la colarem i ja serà llesta per prendre'n un bon tassó.
- Aquesta infusió és beneficiosa per mitigar la bronquitis i l'asma.



rebost

VEP!
Com anam?

*CREMA HIDRATANTT D'OLI D'HIPÈRIC I SEMPREVIVA

MATERIALS:

- aigua floral de sempreviva
- 200 mil·lilitres d'oli de romaní
- 8 grams de cera d'abella
- 2 pots de vidre



PROCEDIMENT:

- Començarem l'elaboració mesurant 200 mil·lilitres d'oli de romaní dedins un pot de vidre de coll ample.
- Tot d'una, encalentirem al bany de Maria l'oli i, en tenir-lo ben calentó, li afegirem els 8 grams de cera d'abella. Llavors, remenarem la mescla amb un pal de fusta; fins que es fongui la cera per complet.
- A continuació, passarem aquesta mescla a un pot de vidre més petit i deixarem que es refredi durant 5 minuts a temperatura ambient i que agafi una textura més consistent.
- Aleshores, afegirem a poc a poc un raig d'aigua floral de sempreviva dedins del pot on hi ha la mescla d'oli i cera; sense deixar de remenar amb el pal de fusta, i fins que quedi tot ben lligat i prengui una textura cremosa.
- Finalment, deixarem que la crema es refredi per complet, la guardarem a un lloc sec i fresc i ja la podrem emprar.
- Aquesta crema és ideal emprar-la en massatges per calmar els dolors reumàtics i articulars.

rebost

VEPI!
Com anam?

*TINTURA DE SÀLVIA

MATERIALS:

- 1 grapat de sàlvia fresca
- aiguardent
- 1 pot de vidre
- 1 comptagotes



PROCEDIMENT:

- Dedins un pot de vidre, ficarem un bon grapat de fulles de sàlvia fresca i la cobrirem amb aiguardent fins omplir-ne el recipient.
- En tenir el preparat llest, el deixarem macerant durant 20 dies a un lloc fosc i sec on no li pegui la llum del sol.
- Passats els 20 dies, filtrarem la maceració i la passarem a un altre pot de vidre fosc (i, si és possible, que disposi de tap amb comptagotes).
- La tintura de sàlvia és d'ús intern. Per aplicar-la, hem de mesurar i diluir-ne 20 gotes en un tassó d'aigua i prendre-la 3 pics al dia.
- Aquesta fórmula és beneficiosa per mitigar els dolors menstruals i les molèsties ocasionades per l'asma.