

# Lemongrass

*Cymbopogon flexuosus* 15 ml

dōTERRA® | EUROPE

PAGE D'INFORMATION PRODUIT



**Partie de la plante:** Feuille

**Méthode d'extraction:** Distillation à la vapeur d'eau

**Description aromatique:** citronné, herbacé, fumé

**Composants principaux:** géranial, néral

## BIENFAITS PRINCIPAUX

- Arôme alimentaire
- Purifiant et tonifiant

### Lemongrass

*Cymbopogon flexuosus* 15 ml

Numéro de référence: 60203815

## DESCRIPTION DU PRODUIT

Cultivé par des familles d'agriculteurs du sud de l'Inde, le Lemongrass produit une huile essentielle fumée et citronnée qui apporte de nombreux bienfaits à l'utilisateur. Depuis très longtemps, le Lemongrass est utilisé dans la cuisine asiatique pour les soupes, les thés et les currys, ainsi que pour les poissons, la volaille, le bœuf et les fruits de mer. Le Lemongrass purifie et tonifie également. Il est fréquemment utilisé dans les produits de soin de la peau pour ces bienfaits.

## UTILISATIONS

- Utiliser pour aromatiser les entrées et les plats de viande
- Mélanger avec du basilic, de la cardamome ou de la menthe verte
- Diluer l'huile essentielle, puis masser ou vaporiser sur la peau avant de sortir

## MODE D'EMPLOI

**Diffusion:** Utilisez trois à quatre gouttes dans le diffuseur de votre choix.

**Utilisation comme additif alimentaire:** Diluer une goutte dans 125 ml de liquide.

**Utilisation cutanée:** Pour le massage, mélanger 5 gouttes avec 10 ml d'huile végétale. Pour le bain, mélanger 5 gouttes avec 5 ml d'huile végétale. Pour parfumer, mélanger 1 goutte à 10 gouttes d'huile végétale.

## PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Réaction cutanée possible. Tenir hors de portée des enfants. En cas de grossesse, d'allaitement, ou de traitements médicamenteux, demandez conseil à votre médecin. Évitez tout contact avec les yeux, l'intérieur des oreilles, les muqueuses et autres zones sensibles.

