

PLANTES REMEIERES

FONOLL: gran aliat per a les digestions dèbils, l'estrenyiment, les nausees, la retenció de líquids i la bronquitis.

Planta molt resistent i originària de la conca del Mediterrani, de la qual s'aprofita tot:

- Tiges i fulles: herbes aromàtiques
- Llavors: espècie, planta remeiera, oli essencial
- Bulb: hortalissa de poques calories i molta fibra



LA BERBENA (VERBENA OFFICINALIS)

Propietats medicinals per a tractar diferents tipus de dolències, a partir d'oli essencial, infusió o té.

- Insomni
- Dolors menstruals
- Tos
- Estimulació de fetge
- Millora el sistema nerviós
- Antiinflamatori natural
- Problemes bucodentals

