

GELÉE ROYALE

Substance blanchâtre, gélatineuse & acide.

⇒ réalisez une cure au printemps (mars-avril) et à l'automne (septembre-octobre) le matin à jeun : une petite cuillère est fournie avec chaque pot de 10 g x 4 (à consommer avec du miel, de la confiture, du fromage blanc, des yaourts).



Elle se conserve au frais, dans le bas du réfrigérateur.

Ses vertus :

↳ contient des oligo-éléments, elle renforce les défenses de l'organisme, notamment face aux infections, à la fatigue et au froid ;

↳ riche en protéines, en vitamines ;

↳ excellent stimulant intellectuel : recommandé aux étudiants en période d'examen ou bien aux personnes âgées qui ont des problèmes de mémoire ;

↳ permet de mieux lutter contre le stress et de diminuer l'émotivité.