



# Le sens des Simples

Production, cueillette de plantes aromatiques et médicinales

## Les Tisanes :

**MORPHÉE:** *Tilleul, Verveine, Aubépine, Eschscholtzia*  
La détente avant la nuit

**L'APPEL DES ANGES :** *Aubépine, Mélisse, Lavande*  
Pour une bonne nuit

**ENFANTS SAGES :** *Mélisse, Matricaire, Mauve, Lotier*  
Un calmant tout doux, pour les petits et les grands.

**PLEINE PANSE :** *Achillée, Tilleul, Menthe, Verveine*  
Pour une digestion sans reproche

**SANGUINE :** *Achillée, Cassis, Sauge, Bruyère*  
Pour activer la circulation

**QUINTUS:** *Hysope, Sureau, Ronce, Mauve, Bourrache*  
Pour calmer les quintes de toux

**NEZ QUI COULE :** *Sureau, Ortie, Hysope, Bleuet, Laurier*  
Après un coup de froid, pour tout déboucher

**CURE DE JOUVENCE :** *Cassis, Bruyère, Frêne, Verveine*  
Une cure de jouvence fruitée, agréable en toute saison

**COUP DE FOUET :** *Origan, Sureau, Sauge, Ortie*  
Rester plus fort en toute circonstance

**LENDEMAIN DE FÊTE :** *Ortie, Pissenlit, Verveine odorante, Souci*  
Pour vite oublier les excès, on nettoie et c'est reparti...

**L'ÉLÉGANTE :** *Reine des prés, Bouleau, Frêne, Menthe*  
Halte à la peau d'orange

**SOUPLESSE :** *Bouleau, Ortie, Reine des prés, Cassis*  
Un peu d'huile dans les rouages

**DOUX RÉVEIL :** *Menthe, Plantain, Thym citron, Mauve*  
Du tonus au saut du lit

**A TOUTE HEURE :** *Ronce, Lierre terrestre, Frêne, Menthe*  
Juste pour le plaisir

Mathilde Dewailly  
Les Nouettes - 44210 Le Clion sur Mer  
06 88 68 16 77  
Le-sens-des-simples@hotmail.fr

## Infusion, mode d'emploi :



Compter une cuillère à café de plantes pour une grande tasse.

Effriter à la main les plantes dans une casserole d'eau froide.

Chauffer jusqu'à frémissement puis éteindre le feu et couvrir 3 à 5 minutes.

Filtrer dans une passette en servant ou conserver au chaud dans un thermos (éviter de réchauffer).

Pour un goût sucré, préférer le miel.

Déguster, c'est prêt.

La composition des tisanes peut varier en fonction du stock de plantes disponible