



# Flor·Essence®

ΞΗΡΟ ΒΟΤΑΝΙΚΟ ΜΕΙΓΜΑ ΤΣΑΓΙΟΥ



## Βήματα για την Παρασκευή ενός φακέλου (21 g)

### Βασικές Υποδείξεις:

Χρησιμοποιείτε κατσαρόλα με καπάκι (όχι αλουμινίου) αρκετά μεγάλη ώστε να βράζει το βοτανικό μείγμα ζωηρά χωρίς να ξεχειλίζει. Όπου αναφέρεται νερό, χρησιμοποιείτε φρέσκο (μη χλωριωμένο) ή εμφιαλωμένο μεταλλικό νερό. Μη χρησιμοποιείτε φθοριωμένο νερό.

### 1. Ένας Φάκελος:

Τοποθετήστε το περιεχόμενο ενός φακέλου και 1,3 λίτρα νερό σε μια κατσαρόλα (όχι αλουμινίου) με καπάκι.

### 2. Βρασμός:

Σκεπάστε και ζεστάνετε την εστία. Μόλις αρχίζει να βράζει, χαμηλώστε την ένταση της φωτιάς, τόσο όσο να συντηρείται ο βρασμός και μετρήστε 10-12 λεπτά.

### 3. Κολλημένα βότανα:

Απομακρύνετε την κατσαρόλα από τη ζεστή εστία και με μια σπάτουλα ξεκολλάτε τα κολλημένα βότανα από τα τοιχώματα και το καπάκι της κατσαρόλας, ρίχνοντάς τα μέσα στο υγρό.

### 4. Εμποτισμός:

Σκεπάστε την κατσαρόλα με το καπάκι της και αφήστε την σε θερμοκρασία δωματίου για 10-12 ώρες.

...

### 5. Αναθέρμανση:

Αφού παρέλθουν οι 10-12 ώρες, ανακατέψτε καλά, καπακώστε την κατσαρόλα και ξαναζεστάνετε σχεδόν μέχρι το βρασμό (μην ξαναβράζετε).

### 6. Στράγγισμα:

Στραγγίστε το υγρό με μεταλλικό σουρωτήρι σε ένα δοχείο. Προσπαθήστε να στραγγίσετε όλο το υγρό (χωρίς να προβληματιστείτε για το ίζημα που θα περάσει). ΜΗ ΦΙΑΤΡΑΡΕΤΕ.

### 7. Μεταφορά:

Μεταφέρετε το στραγγισμένο υγρό σε καθαρά, αποστειρωμένα γυάλινα μπουκάλια με στόμιο (μη χρησιμοποιείτε πλαστικά) και καπακώστε αμέσως. ΑΦΗΣΤΕ ΝΑ ΚΡΥΩΣΟΥΝ ΠΡΙΝ ΤΑ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΤΕ ΣΤΟ ΨΥΓΕΙΟ.

### 8. Διατήρηση στο ψυγείο:

Τα μπουκάλια πρέπει να διατηρούνται στο ψυγείο (όχι στην κατάψυξη) συνεχώς. Πετάξτε ανοιγμένα μπουκάλια που έμειναν εκτός ψυγείου για περισσότερες από 24 ώρες.

9. Σημειώστε ότι το παρασκευασμένο βοτανικό εκχύλισμα δεν περιέχει συντηρητικά και πρέπει να το μεταχειρίζεστε σα φρέσκο προϊόν. Διατηρείται κλειστό μέχρι 90 ημέρες. Μόλις ανοιχθεί, πρέπει να καταναλωθεί μέσα σε 21 ημέρες.

...

### Χρήσιμες παρατηρήσεις:

1. Αν η ποσότητα που παρασκευάσατε προκύψει μικρότερη από ένα λίτρο, χρησιμοποιήστε πιο βαθιά κατσαρόλα και με μικρότερη επιφάνεια για να ελαχιστοποιήσετε την εξάτμιση.
2. Το χρώμα και η γεύση μπορεί να διαφέρουν από παρτίδα σε παρτίδα επειδή εξαρτώνται από τη φυσιολογική διαφορετικότητα των βοτάνων.

...

*Η διαδικασία της αποτοξίνωσης μπορεί να περιλαμβάνει παροδικά ήπιο πονοκέφαλο, ναυτία και συμπτώματα όμοια με αυτά μιας ίωσης. Σε τέτοια περίπτωση, μειώστε την αρχική δόση σε 1 κουτάλι της σούπας τη μέρα για την πρώτη εβδομάδα και μετά αυξήστε βαθμιαία μέχρι τη συνιστώμενη δοσολογία για ενήλικες.*



Αποκλειστική Διανομή για Ελλάδα και Κύπρο  
T: 2310 449 441, F: 2310 449 355  
www.medmelon.gr  
e-mail: info@medmelon.gr

Εισάγεται από τον Καναδά



www.florahealth.com