



**L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison...  
toutes les vertus et les conseils pratiques de cette  
plante magique**



**Télécharger**



**Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique

*Alix Lefief-Delcourt*

**L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique** Alix Lefief-Delcourt

 [Télécharger L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, j ...pdf](#)

 [Lire en ligne L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique Alix Lefief-Delcourt

---

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

Les amateurs de jardinage connaissent bien le purin d'ortie (et dans ce livre on vous dira tout à son sujet) mais l'ortie a bien d'autres secrets. Des recherches ont en effet prouvé que cette plante médicinale était des plus utiles grâce à sa richesse nutritionnelle extraordinaire et ses applications thérapeutiques et cosmétiques étonnantes.

Découvrez dans ce livre :

**Les différentes variétés d'orties** (la commune, la brûlante, la blanche...) et comment les cueillir... sans se piquer ! (Oui, oui, c'est possible !) **Tous ses bienfaits beauté et santé** : diurétique et cicatrisante, l'ortie soignera acné, diarrhée, rhumatismes et bien d'autres maux tout en fortifiant cheveux et ongles. **Ses utilisations dans la maison et le jardin** : pour lutter contre pucerons, acariens et taches, le purin d'ortie fera des miracles ! **Des recettes aussi stimulantes qu'inattendues** : en délicieux velouté, tarte ou cake, l'ortie riche en vitamines se révélera indispensable pour les petites baisses de forme !

L'ortie, une « mauvaise herbe » tellement bonne pour la santé ! Extrait

Introduction

L'ortie, bien plus qu'une mauvaise herbe !

L'ortie a mauvaise réputation. C'est un fait : elle est aujourd'hui considérée par la plupart d'entre nous comme une mauvaise herbe. Et comme si cela ne suffisait pas, quand on évoque l'ortie, on pense immédiatement aux démangeaisons et aux cloques dont elle nous gratifiait quand, enfants, on s'y frottait les mollets d'un peu trop près... Mais l'ortie est bien plus que cela : tous les amoureux de l'ortie (eh oui ! ils existent) vous vanteront, avec une conviction rapidement contagieuse, les bienfaits extraordinaires de cette plante magique ! Santé, beauté, jardin, maison et même cuisine, l'ortie n'a pas fini de nous étonner.

Riche en vitamines, en minéraux, en protéines, c'est l'une des plantes les plus intéressantes du point de vue nutritionnel. Utilisée par les hommes comme un remède universel depuis la nuit des temps, elle continue aujourd'hui d'être prisée pour ses multiples atouts. Une petite cure d'infusions et de gélules d'ortie, et votre fatigue s'envole, vos rhumatismes se font oublier, vos cheveux sont moins cassants et plus abondants, votre peau est plus saine et plus tonique, votre organisme est plus résistant aux infections... Un vrai renouveau ! À tel point que le monde médical aussi s'intéresse de plus en plus à cette grande sauvage. Les scientifiques ont, par exemple, découvert que la prise d'extraits de racines d'ortie pouvait enrayer les problèmes de prostate chez l'homme.

Mais l'ortie trouve aussi sa place dans de nombreux autres domaines, en plus de la pharmacie, de l'homéopathie ou de l'industrie cosmétique. Dans l'agroalimentaire, elle est utilisée comme colorant, en agriculture comme engrais et pesticide 100% naturel (le fameux purin d'ortie), en médecine vétérinaire comme remède pour faire davantage pondre les poules... Elle s'affiche même aujourd'hui dans les assiettes des plus grands chefs : un juste retour en grâce pour une plante si souvent mal-aimée !

10 bonnes raisons de mettre un peu de piquant (d'ortie) dans ma vie !

1. Je suis fatigué(e), stressé(e)...
2. Je souffre d'arthrite, de rhumatismes...
3. J'ai des allergies saisonnières.
4. Je suis enceinte ou jeune maman.

5. J'ai des petits problèmes de bouche (aphte, gingivite...).
6. J'ai les cheveux plats, ternes et fatigués, les ongles cassants...
7. J'ai la peau grasse et/ou les cheveux gras, des pellicules...
8. Je suis un homme qui commence à perdre ses cheveux.
9. Je suis adepte du jardinage bio.
10. J'adore les légumes «oubliés» et souvent mal-aimés.

... et encore bien d'autres raisons à découvrir ! Présentation de l'éditeur

Les amateurs de jardinage connaissent bien le purin d'ortie (et dans ce livre on vous dira tout à son sujet) mais l'ortie a bien d'autres secrets. Des recherches ont en effet prouvé que cette plante médicinale était des plus utiles grâce à sa richesse nutritionnelle extraordinaire et ses applications thérapeutiques et cosmétiques étonnantes.

Découvrez dans ce livre :

**Les différentes variétés d'orties** (la commune, la brûlante, la blanche...) et comment les cueillir... sans se piquer ! (Oui, oui, c'est possible !) **Tous ses bienfaits beauté et santé** : diurétique et cicatrisante, l'ortie soignera acné, diarrhée, rhumatismes et bien d'autres maux tout en fortifiant cheveux et ongles. **Ses utilisations dans la maison et le jardin** : pour lutter contre pucerons, acariens et taches, le purin d'ortie fera des miracles ! **Des recettes aussi stimulantes qu'inattendues** : en délicieux velouté, tarte ou cake, l'ortie riche en vitamines se révélera indispensable pour les petites baisses de forme !

L'ortie, une « mauvaise herbe » tellement bonne pour la santé !

Download and Read Online L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique Alix Lefief-Delcourt #EU9IPVA280B

Lire L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique par Alix Lefief-Delcourt pour ebook en ligneL'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique par Alix Lefief-Delcourt Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique par Alix Lefief-Delcourt à lire en ligne.Online L'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique par Alix Lefief-Delcourt ebook Téléchargement PDFL'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique par Alix Lefief-Delcourt DocL'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique par Alix Lefief-Delcourt MobipocketL'ortie, c'est malin: Santé, beauté, jardin, maison... toutes les vertus et les conseils pratiques de cette plante magique par Alix Lefief-Delcourt EPub

**EU9IPVA280BEU9IPVA280BEU9IPVA280B**