



# BAUME RESPIRATOIRE



**Temps de conservation:** au moins 9 mois

**Application:** en cas de refroidissement qui tombe sur les bronches, applique ce baume 5-6x/jour sur le thorax et sous les pieds (si tu as l'occasion). A partir de 12 ans.

**Contre-indication:** aucune

## INGRÉDIENTS

Quantités pour env. 30 ml

### PHASE A

- 16,5 ml - 15 g | Huile de Cumin noir
- 10,7 ml - 10 g | Huile de Ricin
- 4 g | Cire d'abeille
- 45 gouttes | Huile essentielle d'Euclayptus globulus
- 45 gouttes | Huile essentielle de Teatree

## MATÉRIEL

- 1 bain-marie électrique ou 1 bol + une casserole
- 1 mini fouet en inox ou 1 fourchette
- 1 balance de précision
- 1 bécher Griffin ou récipient pour les pesées
- 1 spatule en silicone
- 1 pot 30 ml

## MODE OPÉRATOIRE

1. Chauffe au bain-marie l'Huile de Cumin noir, l'Huile de Ricin et la Cire d'Abeille. Ici, on utilise un bain-marie électrique mais tu peux utiliser une casserole remplie d'eau et un bol.
2. Une fois la cire d'abeille fondue, coupe le feu du bain-marie et reste sur la chaleur résiduelle pour ajouter les huiles essentielles. Mélange.
3. Coule ta préparation dans un pot 30 ml et patiente jusqu'à sa solidification (si tu es pressé, tu peux la mettre au réfrigérateur).
4. Une fois solide, ajoute une étiquette à ton Baume respiratoire et c'est terminé!

