

Lapacho, Tecoma adenophilla, Pau d'Arco

<http://ileauxepices.com/infusions/196-lapacho.html>

Comment faire une cure de lapacho ?

Préparez votre lapacho comme nous vous le conseillons dans le paragraphe suivant et buvez-en plusieurs fois par jour. Évitez de dépasser 1 L de Pau d'Arco par jour, 3 tasses suffiront.

Le traitement ne doit pas dépasser 1 mois, l'idéal étant une cure de 3 semaines sans pause.

Contre-indications :

Le lapacho est contre-indiqué en cas d'hémophilie ou encore pour les gens soignés par des anticoagulants (antivitamine K, aspirine, héparine, etc.). Ayant des vertus anticoagulantes, cela pourrait aggraver l'état du patient.

COMMENT BIEN LE PRÉPARER ?

Pour tirer le meilleur des propriétés du lapacho et profiter de son goût boisé si particulier, nous vous conseillons :

- Quantité : 12-15 g pour un litre d'eau
- Temps d'infusion : 10-15 min
- Température idéale pour l'infuser : 100°C

Vous pouvez l'infuser à plusieurs reprises. La décoction se boit aussi bien chaude que froide, le goût variera un peu. L'écorce se marie très bien avec le miel, n'hésitez pas à en ajouter dans votre boisson.