



LE SERINGAT ou JASMIN DE VIRGINIE

HUILE et POTIONS de SERINGAT

Vite, filez au jardin car le seringat ne fleurit que quelques jours... et encore s'il ne pleut pas !

Les fleurs sont extrêmement fragiles. Cueillez-les si possible lorsqu'elles sont bien sèches (pas le matin à cause de la rosée) car sinon elles ne sécheront pas comme il faut

Et gardez-en une branche ou deux pour décorer ... et surtout parfumer votre pièce de vie .

Si vous écrasez les branches avec un marteau, que vous mettez de l'eau de puits dans un vase haut (ou une grande bouteille) votre bouquet parfamera encore ... au moins 3 jours !



INGRÉDIENTS :



Des fleurs de seringat coupées au plus ras des corolles et plus tard
- soit de l'huile « blanche »

soit un mélange parties 1/3 alcool pur + 1/3 eau stérilisée + 1/3 vinaigre d'alcool (note 1)

-soit un mélange parties 1/5 eau stérilisée + 3/5 de vinaigre d'alcool (note 1) + 1/5 de glycérine (note 2)

MÉTHODE :

Très difficile !!! Juste de la patience . Mes fleurs étaient trop humides je les ai rangées d'abord dans un plateau de plastique à claire-voie au courant d'air mais si vous pouvez les mettre sécher directement dans le deshydrateur les résultats sont bien meilleurs

Dès que possible rangez-les :

1/ sur les plateaux de votre deshydrateur pour suffisamment longtemps, en principe 24 à 36 heures pour que vos fleurs soient bien sèches

2/ voir sur un linge étalé sur une grille de votre four à 45 /50° avec la porte entre-baillée: au bout de deux ou trois heures, vérifiez de temps en temps . Il vous faudra surveiller et ne les sortez que lorsqu'elles ont bien « craquantes »



Maintenant déposez les fleurs sur un papier cuisson pour vérifier qu'il n'y a pas de «squatters embusqués», lesquels, il vaut mieux, vous en conviendrez, ne pas retrouver dans vos préparations futures .

T.S.V.P --->

Pliez le papier dans l'angle de façon à créer une gouttière et versez vos fleurs sèches dans un bocal stérilisé et bien sec

N'utilisez que des fleurs ABSOLUMENT SÈCHES À FOND car sinon il y a des risques de voir vos produits bourrés de moisissures ... et donc devenir inutilisables, voir nocifs

Notez qu'à ce niveau les fleurs séchées peuvent être utilisées directement VOIR [la note technique](#)

Maintenant vous avez la base pour vos produits

TROIS PRODUITS

1/ L'huile de seringat

2/ L'extrait de seringat

3/ lotion nettoyante pour les mains

1/ L'huile de seringat

Choisissez une huile « blanche », si possible « bio » et pression à froid aussi « neutre » que possible et sans parfum « sui generis » Test ?? Imbibez un morceau de papier chiffon et « sniffez »

Pour moi j'ai utilisé cette fois de l'huile de tournesol : celle-ci n'était pas du tout « fruitée » ... j'en ai profité !

Dans le premier flacon donc , versez vos fleurs puis de l'huile . Tassez un peu les fleurs afin qu'elles soient bien couvertes par l'huile mais que celle-ci « circule » bien partout

Posez votre flacon dans le coin de vos « potions magiques » ... et laissez « dormir » une ou deux semaines



Vous filtrez dans votre [KIFILTRTOU](#) en laissant le temps au temps pour que toute la substance odorante soit bien emportée dans l'huile

Là deux solutions : l'huile sera utilisée dans des sauces non cuites (vinaigrettes, sauces fines etc ...) surtout avec des salades d'endives, de scarole ou de choux de Chine

et pour tout le monde

Vous mettez la moitié d'eau bouillie + de l'alcool **NB** ET vous mettez le tout dans un flacon avec un vaporisateur . Lors de chaque usage secouez énergiquement, vaporisez votre articulation douloureuse et massez doucement. Vous pouvez couvrir d'un pansement ... demain ça devrait être la pleine forme .

NB : Si vous le pouvez c'est mieux, mais ça marche sans alcool. L'avantage de l'alcool est une meilleure conservation . Si vous ne pouvez pas en utiliser ce n'est pas un problème : il vous faudra mettre le flacon au frigo et le secouer plus fort et plus longtemps lors de l'usage pour l'émulsifier au mieux dans votre flacon

2/ L'extrait de seringat

Même technique de séchage puis de versement dans le flacon de « travail ». Couvrez d'un mélange parties d'alcool pur + d'eau stérilisée + et de vinaigre d'alcool. Comme pour l'huile de seringat vous couvrez de liquide. Comme pour la première préparation vous mettez de côté ... et vous attendez

Lorsque vous voulez filtrer le liquide utilisez un entonnoir muni d'un filtre de papier pour le café et sinon, enfilez votre entonnoir dans une de vos « chaussettes de cuisson »

T.S.V.P --->

L'extrait pourra être utilisé directement pour l'utiliser dans la préparation d'une eau de parfums. Pour la cuisine elle peut corser des sauces de salades diverses, on peut l'utiliser dans un sirop pour imbiber des babas, des savarins....

Et surtout pensez à en additionner des compotes ou des confits de fruits

3/lotion nettoyante pour les mains

Même technique de séchage puis de versement dans le flacon de « travail ». Couvrez d'un mélange en 5 parties : 1/5 eau stérilisée + 3/5 de vinaigre d'alcool (note 1) + 1/5 de glycérine (note 2) . Comme pour l'huile de seringat vous couvrez de liquide. Vous secouez bien et comme pour la première préparation vous mettez de côté ... et vous attendez mais moins longtemps

Lorsque vous voulez filtrer le liquide utilisez un entonnoir muni d'un filtre de papier pour le café et sinon, enfiler votre entonnoir dans une de vos « chaussettes de cuisson »

NOTES TECHNIQUES :

(note 1) Utilisez du vinaigre d'alcool (mais oui celui des cornichons) de bonne qualité (souvent dite « alimentaire » ou « naturel » sans additif . En principe ils sentent l' « acide » et c'est tout . Toute odeur « parasiste » gâcherait votre préparation évidemment car le parfum de la fleur de seringat sèche est faible par rapport à la fleur fraîche

(note 2) Ma glycérine ? Si vous n'avez pas le temps et si vous en avez trouvé tout de suite chez le pharmacien cette petite histoire ne vous intéressera pas ... Sinon lisez [mon « estampèl »](#) sur la « glissemerine » de Toinette

La glycérine c'est un moyen anti-délugien de soigner la peau après des lavages nombreux ou abrasifs . Et si vous n'en aviez pas près de l'évier maintenant vous utiliserez votre lotion pour les mains de LVC.

En effet vous allez avoir du mal en ces temps de « confinement » car on en utilise dans les solutions alcoolisées du commerce : je vous explique :

C'est quasi naturel (un sous-produit de la fabrication du savon vrai) et du reste sachez que depuis toujours la glycérine est utilisée « à la cuillère comme laxatif » ... Je vous le dis à toutes fins utiles !

ATTENTION Il y a quelques décennies on utilisait dans les salades la glycérine en guise d'huile . C'est « neutre » mais à l'époque, sans doute reminiscences des « Diafoirus » anciens, on pensait que purger les gens ça les faisait maigrir !!!

(note 3) Si vous utiliser de l'alcool, que de l'alcool pur car les essences du seringat sont très subtiles et pour les conserver il vous faut quelque chose de pur, sans odeur « sui generis »

la note technique LA POUDDRE de SERINGAT

Avec les fleurs séchées faites de la poudre que vous mélangerez avec du talc : voilà de quoi enfiler facilement vos chaussures neuves ... et d' « absorber » la transpiration et de parfumer délicatement vos chaussures et vos petits petons !!

NOTES DIÉTÉTIQUES

L'huile de seringat bien sûr c'est interdit en usage alimentaire pour les « sans gras » et pour l'extrait c'est évidemment interdit aux allergiques à l'alcool

Pour l'onguent à l'huile de seringat tout le monde peut l'utiliser ainsi que la poudre de seringat !!!

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A