

Maniguette (afmomum angustifolium)

Huile essentielle Bio
Origine: Madagascar
Organe distillé: feuilles

Principes actifs:
Béta-pinène: ± 48%
béta-caryophyllène: ± 15%



D'origine africaine, la maniguette est une plante qui pousse en Côte d'Ivoire, au Cameroun, au Gabon, à Madagascar et se retrouve surtout dans les sous-bois. Appartenant à la famille des zingibéracées, la plante possède de grandes feuilles vertes, des fleurs en forme de trompette de couleur jaune ou rosée. Ces dernières produisent des petites graines brunes appelées « graines du paradis » de forme pyramidale. Les graines sont proches du poivre et de la cardamome par leur goût épicé, piquant et avec un arrière-goût légèrement âcre.

Caractéristiques.

- **Aspect** : liquide mobile limpide
- **Couleur** : jaune pâle à jaune
- **Odeur** : fruitée, avec des notes d'abricot, sucrée et épicée, légèrement poivrée, avec des notes boisées résineuses
- **Densité** : 0.885-0.905
- **Point éclair** : 40° C

Utilisateurs :



Mode d'utilisation :



Risques : aucun risque connu à dose physiologique. Pour une utilisation en massage : diluer dans une huile végétale.

Propriétés.

- Relaxante, calmante *** : (stress, fatigue nerveuse,)
- Favorise le sommeil*** : (troubles du sommeil insomnies, cauchemars)
- Déprime, favorise l'intériorisation*** : (baisse du moral, déceptions)

Pour quel problème et comment l'utiliser.

Relaxation, induction du sommeil, effets psycho-émotionnels : *voie olfactive et voie cutanée* : sa fragrance fruitée et sucrée est incomparable. Le soir au coucher, ouvrir le flacon et respirer profondément pendant quelques minutes puis appliquez 2 gouttes aux creux des poignets.

Créer une atmosphère relaxante et "cocooning" tout en assainissant l'air : *diffusion* : utilisez l'huile essentielle de Maniguette fine en diffusion dans les pièces à vivre, de préférence en mélange avec d'autres huiles essentielles (par exemple Saro, Gingembre papillon, Bergamote, Listée citronnée, Encens, Citron...).

Utilisée aussi en parfum pour cosmétiques.