

HV de Nigelle (Nigella Sativa)

Extraction: Huile vierge première pression à froid bio

Composition: Oméga 6: 60%

Oméga 9: 30%

Vitamine E

Minéraux: fer; phosphore.



Origine : régions méditerranéennes et pays chauds

Organe producteur : graines du fruit

Les fruits de cette plante herbacée annuelle à croissance rapide contiennent de nombreuses graines noires qui permettent d'extraire une huile végétale vierge première pression à froid. La graine contient de 30 à 35% de lipides. Elle a une composition assez exceptionnellement riche.



Utilisation :

Propriétés :

Anti-inflammatoire* :** cette huile végétale est utilisée contre les douleurs articulaires et soulagera les inflammations musculaires, l'eczéma, les psoriasis...

Antimicrobienne, antimycosique :** elle lutte contre les bronchites, la grippe, le rhume, les mycoses.

Digestive :** elle contient de la nigelline qui stimule les systèmes digestif et intestinal. Elle est donc toute indiquée en cas de troubles digestifs. Elle aura également une action gastro et hépato-protectrice seule ou en synergie avec des HE.

Broncho-dilatatrice* :** cette huile végétale contient aussi de la nigellone qui agit en dilatant les bronches soulageant ainsi les crises d'asthme et aidant à lutter contre la coqueluche.

Immunostimulante *:** elle augmente les défenses naturelles de l'organisme face aux germes pathogènes et redonne un tonus général.

Régénératrice cutanée **: elle peut être utilisée en huile de beauté pour le visage car elle favorise la régénérescence cellulaire. De plus, sa teneur en polyphénols et thymoquinones lui confèrent un pouvoir nutritif des cheveux et des ongles.

Indications :

Grippe, rhume, stimulation des défenses immunitaires : une cuillère à café à avaler matin et soir avant le repas.

Ongles cassants : oindre vos ongles avec quelques gouttes d'huile végétale jusqu'à amélioration visible.

Douleurs rhumatismales : 5 gouttes HE Gaulthérie odorante + 5 gouttes HE lavande vraie dans une cuillère à café HV de Nigelle en massage 2 fois par jour.

Tonique digestif : 1 goutte HE de cardamome dans une cuillère à café HV de nigelle. A avaler 2 fois par jour.

Cette huile végétale ne présente pas de contre indication. Elle peut être utiliser en assaisonnement (très utilisée en Inde)