

L'ail des ours frais

On constate une consommation limitée en France, toutefois, avec le renouveau de la cuisine sauvage il pourrait vite devenir une plante emblématique en matière de cuisine et santé, comme l'ortie. Il le mérite largement.

8 bonnes raisons d'en manger :

- antiseptique et antibiotique général qui régule les populations de microbes et bactéries autour de vous et en vous ! Il régule les proliférations d'organismes pathogènes dans le tube digestif. sa consommation aide à résoudre diarrhées, dysenteries, ballonnements et autres lourdeurs d'estomac
- stimulant général de l'organisme si efficace qu'on le considère comme capable d'améliorer les fonctions sexuelles
- il stimule la sécrétion des sucs de l'estomac, tout en désinfectant l'intestin, ce faisant il diminue le risque de constipation et donc celui d'auto-intoxication, responsable de tumeurs malignes de l'intestin ou du côlon
- c'est un anti-diabétique naturel qui régularise le taux du glucose dans le sang. Sa consommation est recommandée aux obèses et aux personnes génétiquement exposées à ce type de maladie
- il n'a pas son pareil pour limiter l'hypertension et les accidents qui lui sont associés
- il régularise le taux de cholestérol et favorise le travail des globules rouges transporteurs d'oxygène
- il est capable d'éliminer de l'organisme des toxines qui sans lui seraient intouchables : métaux lourds, mais aussi nicotine et polluants libérés par les matériaux modernes, les cosmétiques, les aérosols etc.
- c'est un des meilleurs vermifuges populaires, actif contre tous les vers, les bénins ascarides, et oxyures aux dangereux vers solitaires.

Bernard Bertrand. Ail des ours. Le compagnon végétal vol 17

Élixir alcoolique d'ail des ours

à raison de 10 à 15 gouttes diluées dans un peu d'eau, 4 fois par jour (conservation de la préparation 1 an et plus)

vertus

antiseptique intestinal et pulmonaire

préventif infections

hypotenseur

fluidifiant du sang et dissolvant d'acide urique

tonique et stimulant général

vermifuge

rééquilibrant glandulaire

aliment anti-pléthore

action anti-vieillessement

anti-arthritique

dépuratif sanguin

préventif de certains cancers (intestins et côlon - action de dégrassement du tube digestif)

Source : Maria Treben La Santé à la Pharmacie du Bon Dieu