

Waldmuus

Sève de bouleau BIO

Des bois de Migliegla au Tessin

Récolté des bouleaux sur les pentes
du Monte Lema

Grâce à ses propriétés diurétiques,
les sels minéraux et la vitamine C
aident l'organisme à se purifier des
toxines et à se régénérer après l'hiver



CH-BIO-006

Histoire et tradition

La sève de bouleau a toujours été extraite dans les pays nordiques, en particulier en Scandinavie. On le boit au printemps pour aider le corps à se purifier et à renaître après l'hiver, période pendant laquelle on mange des aliments faibles en vitamines et riches en matières grasses, accumulant ainsi des substances nocives.

La sève de bouleau reconstitue les substances précieuses et aide à éliminer l'acide urique et le cholestérol, aide à soulager les douleurs articulaires chez les personnes âgées et a de nombreux autres effets bénéfiques.

Le bouleau produit également du xylitol, appelé "sucre de bouleau", qui a des propriétés anti-caries.

Dans les premiers jours du printemps, vers le début du mois de mars, les bouleaux pompent la sève des racines, où ils l'ont accumulé pour vaincre l'hiver, vers les branches supérieures, ça servira à faire germer la plante.



Producteur Bourgeon:
Waldmuus di Bassanini Giacomo
6815 Melide
079 703 78 05
www.bio-waldmuus.ch
bio.waldmuus@gmail.com

Extraction

Pour collecter la sève, un petit trou est fait dans le tronc et à travers un petit tuyau, elle est recueillie dans un récipient. Pour la plante, les dégâts sont minimes. En effet, un bouleau contient des centaines de litres de sève, mais seuls quelques-uns sont récoltés. Le trou foré guérira seul et la bouleau vivra plusieurs décennies sans conséquences, continuant à fournir ce précieux liquide chaque année.

Utilisation

On conseille d'en boire entre 100 à 200 ml de sève de bouleau par jour, mieux le matin et d'en boire au moins deux litres sur un / deux mois. Il est important de rester bien hydraté pour favoriser l'effet drainant et diurétique.

Il peut également être dilué avec des jus de fruits ou utilisé pour préparer des sirops. Le goût est très délicat, légèrement sucré et avec une touche d'acide.

Conservation: la sève de bouleau va stocké à l'abri de la lumière et au frais. Une fois ouvert, conserver au réfrigérateur et utiliser dans quelques jours.

Autres produits de cueillette et propre production:

- **Ail des ours Bio Bourgeon**