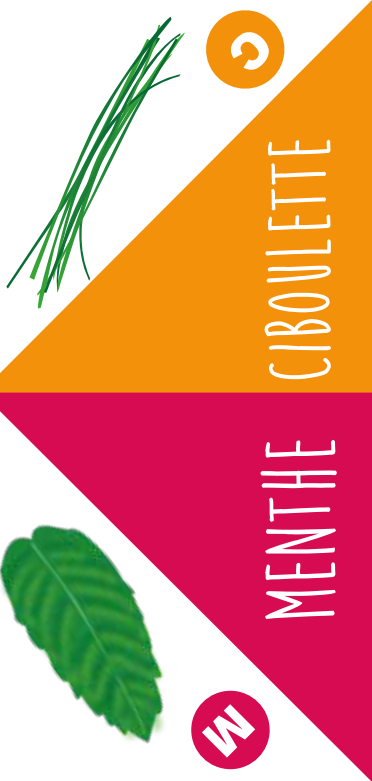


Découverte des plantes aromatiques



Comment monter la cocotte des herbes aromatiques ?

- 1 - Couper
- 2 - Plier
- 3 - Retourner
- 4 - Replier
- 5 - Jouer !



Les bienfaits des plantes aromatiques

- ANETH** : Saveur anisée - Facilite la digestion - Lutte contre le hoquet.
- MENTHE** : Aide à la digestion et apaise les troubles digestifs - Antiseptique.
- ROMARIN** : Vertus anti-inflammatoires - Apaise les troubles digestifs et ORL.
- THYM** : Antiseptique, antibactérien - Lutte contre le rhume.
- CIBOULETTE** : Antiseptique - Facilite la digestion - Calme la toux.
- BASILIC** : Antispasmodique - Antistress.
- PERSIL** : Stimule le système immunitaire - Anti-fatigue - Facilite la digestion.
- LAURIER** : Antiseptique - Calme les douleurs musculaires, spasmodiques et dentaires.



Découverte des plantes aromatiques