



L'ILE AU COCOTIER

Contre les coups, les blessures,
les inflammations et les brûlures.



Quand on consacre des mois à mettre toute son énergie dans sa racine, pelure après pelure, il est forcé que l'on concentre une bombe de bienfaits. L'oignon donne du goût, cru comme cuit mais c'est aussi une armoire à pharmacie pour faire le plein d'énergie, de jeunesse et de santé. C'est un anti-inflammatoire qui agit à l'intérieur quand on le mange, contre la toux par exemple, et à l'extérieur quand on l'applique sur la peau, là où on a reçu un coup. C'est un antimicrobien. Et oui il sait se défendre, une fois la peau enlevée il pique d'ailleurs les yeux mais il pourrit vite alors il faut le manger cru le jour même. Par contre avec la peau, il se conserve plusieurs mois dans l'obscurité et au sec. La noix de coco est aussi antibactérien comme l'oignon elle agit contre les caries et les infections buccales quand on la croque fraîche. Elle a l'avantage de ne pas sentir mauvais comme l'oignon. Sous forme d'huile, elle protège la peau des rayons du soleil mais aussi des champignons. On broie la chair de noix de coco, on la filtre pour recueillir le liquide qu'on laisse reposer 24h, puis on enlève la couche en surface et on garde l'huile au fond. L'eau de coco et la chair de coco parfument les ragouts. Elle se marie très bien avec les carottes qui en plus d'un goût agréablement sucré ont comme les oignons des racines riches pour la santé et se conservent assez longtemps. Notons que les feuilles d'oignons et de carottes peuvent être ajoutées aux plats cuisinés. Nous finirons par les feuilles d'aloë vera qui contiennent un gel transparent que l'on peut mettre sur les brûlures de la peau pour les calmer mais aussi ingérer pour calmer les brûlures d'estomac. Et puis n'oublions pas la touche soin des cheveux de l'aloë vera et de l'huile de coco.

Écrit par 3tonnes.org

Vous pouvez partager librement ce texte à la condition d'en conserver l'intégralité, sans rien modifier ni enlever, y compris sa provenance et ces quelques lignes. Version 0-1.