

SIROP - TOUX SÈCHE ET IRRITATIVE



Temps de conservation: au moins 9 mois

Utilisation: Agiter avant emploi. A partir de 12 ans. Change le dosage pour les plus petits (voir ci-dessous).

- **Adulte** (dès 12 ans) : 1 cuillère à soupe 3x/jour pendant 3-4 jours
- **Enfant** : 1 cuillère à café 3x/jour pendant 3-4 jour

Contre-indication: aucune

INGRÉDIENTS

Quantités pour 100 ml

PHASE A

- 55 ml | Hydrolat de Camomille romaine
- 70 g | Sucre roux
- 5 gouttes | Huile essentielle de Camomille romaine
- 5 gouttes | Huile essentielle de Cyprès

MATÉRIEL

- 1 bain-marie électrique ou 1 bol + une casserole
- 1 mini fouet en inox ou 1 fourchette
- 1 balance de précision
- 1 bécher Griffin ou récipient pour les pesées
- 1 spatule en silicone
- 1 flacon PHARMA 100 ml
- 1 Bouchon PHARMA en alu

MODE OPÉRATOIRE

1. Chauffe au bain-marie l'Hydrolat de Camomille romaine avec le Sucre roux. Ici, on utilise un bain-marie électrique mais tu peux utiliser une casserole remplie d'eau et un bol.
2. Une fois, le sucre entièrement dissout ajoute les huiles essentielles.
3. Mélange et verse dans un flacon PHARMA 100 ml.
4. Ajoute une étiquette à ton Sirop - Toux sèche et irritative et c'est terminé!

nombre de gouttes/âge

Huiles essentielles	0-3 ans	3-12 ans
Camomille romaine	-	3
Cyprès	-	3