

Citronnelle

Cymbopogon flexuosus 15 mL

dōTERRA®
Product Information Page



CPTG Certified Pure Tested Grade®

Application: **A T I D**

Partie de la plante : Feuilles

Méthode d'extraction : Distillation à la vapeur

Description aromatique : Herbacé, fumé, notes d'agrumes

Principaux composants : Géraniol, néral

Citronnelle | *Cymbopogon flexuosus* 15 mL

30131813

Description

La citronnelle, plante vivace de haute taille, dégage un délicat parfum d'agrumes. Fort prisée dans la cuisine asiatique, elle agrmente les soupes, les thés, les caris ainsi que le poisson, le poulet, le bœuf et les fruits de mer. L'huile essentielle de citronnelle est souvent utilisée dans les produits de soins de la peau en raison de ses propriétés nettoyantes. Grâce à son arôme herbacé, elle stimule la vigilance et convient parfaitement à la massothérapie.

Utilisations

Cosmétiques

- + Ajouter à un nettoyant pour le visage pour profiter de ses propriétés nettoyantes.
- + Ajouter à de l'huile de noix de coco fractionnée pour un massage apaisant.
- + Mélanger avec l'huile d'arbre à thé et appliquer sur les ongles d'orteils pour maintenir leur apparence propre et saine.
- + Mélanger à de l'huile de noix de coco fractionnée et appliquer sur la peau après une séance d'exercice pour une sensation de fraîcheur.

Alimentaires

- + Utiliser dans les soupes et les plats salés pour une saveur unique à la fois herbacée et citronnée.

Quotidiennes

- + Diffuser sur la terrasse lors d'un événement en plein air pour profiter de son parfum agréable.
- + Ajouter quelques gouttes sur un chiffon pour nettoyer les tables, les comptoirs et autres surfaces.

Instructions

Usage aromatique : Verser trois à quatre gouttes dans le diffuseur de votre choix.

Usage interne : Diluer une goutte dans 120 ml de liquide.

Utilisation topique : Pour une utilisation topique, diluer dans une huile de support au besoin afin de prévenir l'irritation cutanée.

Précautions

Peut ne pas convenir aux peaux sensibles. Garder hors de la portée des enfants. Consultez votre médecin si vous êtes enceinte, allaitez ou faites l'objet d'un suivi médical. Éviter tout contact avec les yeux, l'intérieur des oreilles et les zones sensibles.