

# Lemongrass (Citrongræs)

*Cymbopogon flexuosus* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PRODUKTINFORMATION



**Plantedel:** blad

**Udtrækningsmetode:** dampdestillation

**Aromatisk beskrivelse:** citrusfyldt, urteagtig, røget

**Vigtigste kemiske komponenter:** geranial, neral, geraniol

## PRIMÆRE FORDELE

- Opløftende og energigivende egenskaber, der fremmer et positivt humør med dens røgede citrusaroma.
- Kan bruges til at tilføje en forfriskende smag til et utal af opskrifter fra salte retter til søde desserter.
- En duft man genkender med det samme, når den bruges eller forstøves i en olieforstøver, ideel til at hjælpe med at opfriske køkkener eller badeværelser.
- Citrongræs har unikke rensende egenskaber, der hjælper med at rengøre og tone huden.
- Citrongræs har længe været værdsat i asiatiske og caribiske kulturer og øger bevidsthed og fremmer positivitet.

## Lemongrass (Citrongræs)

*Cymbopogon flexuosus* 15 ml

Varenummer: 60203815



## PRODUKTBESKRIVELSE

Citrongræs producerer en røget æterisk citrusolie, som byder på en bred vifte af fordele for brugeren. Citrongræs er blevet brugt i de asiatiske køkkener i årevis til supper, te og karryretter, såvel som til fisk, fjerkræ, oksekød og skaldyr. Citrongræs er rensende og tonende og bruges ofte i hudplejeprodukter for disse fordele. Citrongræs har en skarp, urteagtig aroma, der kan løfte bevidstheden og fremme et positivt udsyn.

## ANVENDELSER

- Brug den til asiatisk mad, supper, te og karryretter.
- Passer godt sammen med basilikum, kardemomme eller grøn mynte.
- Bland med melaleuca, og påfør blandingen til tåneglene for rene, sunde negle.
- Fortynd med fraktioneret kokosolie, og påfør efter træning for en forfriskende følelse.
- Bland den med fraktioneret kokosolie, og påfør den til muskler og led for en lindrende massage.

## BRUGSANVISNING

**Aromatisk:** Brug tre til fire dråber i den valgte olieforstøver.

**Indvortes:** Fortynd en dråbe i 125 ml væske.

**Udvortes:** Påfør en til to dråber på det ønskede område. Fortynd med dōTERRA fraktioneret kokosolie for at minimere enhver form for hudfølsomhed.

## ADVARSLER

Anvend kun fortyndet. Tag ikke mere end en dråbe om dagen. Opbevares utilgængeligt for børn. Hvis du er gravid eller er i medicinsk behandling, skal du konsultere din læge. Undgå kontakt med øjne, indre ører, følsomme områder og slimhinder. I tilfælde af kontakt med huden fortyndes med rigelige mængder bæreeolie.