

La cure de sève de bouleau



La sève de bouleau est un produit naturel, idéal pour purifier l'organisme au printemps. Drainante, diurétique et reminéralisante, découvrez cette cure détoxifiante venue du nord.

La sève de bouleau, une cure traditionnelle dans les pays nordiques

Le bouleau commun ou bouleau blanc, *Betula alba*, est un arbre à l'écorce blanche et à croissance rapide. C'est l'espèce de bouleau la plus courante en France et en Belgique.

Dans les pays d'Europe du Nord, le bouleau est très répandu, et les cures printanières de sève de bouleau y sont pratiquées depuis le XIIIe siècle.

La sève de bouleau est, sous sa forme traditionnelle, 100% pure et naturelle, sans conservateurs. Consommée fraîche, elle peut se passer de pasteurisation

Première propriété: drainage et élimination

La sève de bouleau est diurétique et drainante: elle permet à l'organisme d'évacuer toxines et déchets organiques (cholestérol, acide urique).

- Elle améliore ainsi les troubles urinaires (reins, vessie)
- Elle est bénéfique pour la vésicule biliaire et le foie
- Elle éclaircit le teint et permet parfois de lutter contre les problèmes de peau (boutons d'acné)
- Elle soulage certaines douleurs articulaires,
- Elle permet de «nettoyer» les tissus et de réduire les œdèmes : certains l'associent aux régimes amincissants.

Deuxième propriété: reminéralisation

La sève de bouleau est riche en minéraux et en oligo-éléments. La teneur de ces derniers varie en fonction du sol sur lequel a poussé l'arbre, mais elle contient généralement les éléments suivants:

- Le silicium permet de lutter contre l'ostéoporose et l'artériosclérose.
- Le calcium et le phosphore interviennent dans la solidité des os,
- Le potassium rééquilibre le rythme cardiaque et intervient dans la circulation sanguine,
- Le magnésium et le lithium permettent d'améliorer l'humeur (états dépressifs),
- La vitamine C et le sélénium, antioxydants, luttent contre le stress oxydatif dû aux radicaux libres.

Mode d'emploi

Il est conseillé de faire une cure de 3 semaines de sève pure, à raison d'un verre par jour, le matin, à jeun. (3 LITRES)

Elle contient très peu de sucre, entre 0,5 et 2%: cette quantité suffit néanmoins à pouvoir déclencher une fermentation. Pour ralentir ce phénomène, **il faut conserver la sève au réfrigérateur pendant toute la durée de la cure.**

Au début, lorsqu'elle est fraîche, la sève de bouleau est **limpide et claire comme de l'eau**, puis elle devient trouble, d'un blanc laiteux. Ceci est normal, et dû à la formation naturelle de maléate de calcium et de phosphate calcique.

Attention: ne confondez pas la sève de bouleau et le jus de bouleau.

Le jus est obtenu à partir des feuilles. Il a lui aussi des propriétés drainantes, mais il est moins riche en minéraux et en oligoéléments. Il est plus facile à trouver. Il se présente souvent sous forme d'un concentré foncé à diluer dans de l'eau.

Cure de sève de bouleau à Saint-Cergues

Sève de bouleau récoltée à Saint-Cergues entre 500 et 700 m. dans la forêt des Voirons à l'écart des cultures susceptibles d'être traitées et suffisamment éloigné d'axes routiers importants.

Sève de bouleau fraîche 100% « pure et vivante » livrée de suite après récolte.

Disponible : Mi-mars début avril (dépend du temps, montée de la sève)

Cette année, votre cure de sève de bouleau sera livrée en une seule fois en poche-robinet de 3 litres. Ce qui assure une meilleure conservation, à l'abri de l'air et de la lumière



Réservez votre cure dès maintenant (quantité limitée)

Prix : 30 € la cure (3 litres)

Contact :

Stierli Bernard & Pascale
279 rue de l'Archet
74140 Saint-Cergues
Tel. 0450 435846 / 0649983126

bernstierli@gmail.com