

# Baume cicatrisant à l'achillée millefeuille

Bonjour à toutes et tous

Depuis plus d'un an, je me suis lancée dans la préparation de remèdes aux plantes sauvages ou du jardin. A l'aide de quelques bouquins, je me suis d'abord lancée dans les macérats et les préparations qui en découlent comme les baumes. Ce sont des crèmes épaisses, à base d'huile et de cire d'abeille, facilitant l'application des plantes. J'en ai tenté en particulier deux :

- le soucis officinal ou calendula : régénérante et adoucissante
- l'achillée millefeuille : apaisante, cicatrisante, et hémostatique.

L'utilisation de ces baumes est restée assez légère jusqu'à cette année, alors que j'ai débuté les travaux de débroussaillage du jardin. Entre les ronces, la garance voyageuse, le chiendent (et cie), je terminais les bras bien griffés. Comme je cicatrisais assez mal, j'ai fini par tester le baume d'achillée. Si je vous en parle, c'est clairement car l'efficacité du baume d'achillée m'a surpris. Cela ne cicatrice pas vos plaies en quelques secondes, mais clairement cela m'a vachement aidée, accélérant le processus. Depuis, c'est un incontournable.

La saison de l'achillée millefeuille étant arrivée, je voulais donc vous proposer l'idée. Vous pourrez trouver cette plante jusqu'au début d'automne, donc n'hésitez pas. J'espère que cela vous sera utile.

- BAUME À L'ACHILLÉE -  
(CICATRISANT)



## Tutoriel : Baume achillée millefeuille cicatrisant

Saison : Mai-Octobre

### Matériel

Pour le macérat:

- d'une dizaine d'inflorescences d'achillée millefeuille
- huile de tournesol
- 1 pot en verre

Pour le baume

- 90 ml de macérat d'achillée millefeuille
- 10 g de cire d'abeille
- 6-8 gouttes d'huile essentielle de lavande (facultatif, pour le parfum)
- 5-6 gouttes de conservateur vitamine E
- 1 pot
- 1 petit fouet

### Réalisation

#### Étape 1 : Cueillette de l'achillée millefeuille

L'achillée millefeuille se trouve dans les prairies, bords de chemins ou de route, plutôt bien exposés et secs. Pour la reconnaître, vous trouverez [plusieurs photos sur mon herbier](#), ou sinon :

- taille 20-40cm, souvent en touffe
- fleurs blanches en corymbe
- les feuilles sont très découpées

#### Étape 2 : Préparation du macérat

- Faites sécher les inflorescences d'achillée pendant 24h sur une plaque
- Disposez ensuite dans un pot, recouvrez d'huile.
- Faites macérer pendant au moins 3 semaines « à température ambiante », le pot étant placé dans un sac kraft
- Filtrez, pesez l'huile et ajoutez 1 goutte de conservateur par 10 ml d'huile

### **Étape 3 : Préparation du baume**

- Placez l'huile dans une petite casserole, la cire puis faites chauffer à feu doux et en remuant de temps en temps jusqu'à ce que la cire fonde
- Entre temps, ébouillantez votre pot et laissez-le sécher.
- Hors du feu, ajoutez l'huile de lavande et le conservateur. Mélangez pour bien intégrer.
- Versez dans le pot et laissez refroidir.

**Utilisation :** En baume, par application sur les petites plaies/griffures. La sensation est « grasse » au début. Faites attention que le baume ayant une base d'huile, il pourra tâcher vos vêtements.

**Conservation :** 1 an à l'abri de la lumière.

**Astuces :** Pour les proportions de baume, n'hésitez pas à adapter (par règle de trois) en fonction de la quantité d'huile macérée que vous récupérez.

---