

the pur terroir[®]

INFUSÃO • HERBAL TEA



LÚCIA-LIMA

Aloysia citrodora

A *Aloysia triphylla*, vulgarmente conhecida por Lúcia-Lima, é originária da América do Sul, mas chegou a Portugal no século XVII. As folhas destes pequenos arbustos aromáticos possuem uma longa história de usos terapêutico e culinário.



COMO SE PREPARA?

Misture 2 colheres de sopa de folhas de Lúcia-Lima com 1 litro de água a 90°C num recipiente à sua escolha (coador, bule, ou mesmo diretamente na chávena). Deixe as folhas a repousar durante 5-7 minutos, dependendo do quão concentrada forte gosta da infusão.

INGREDIENTES

100% folhas de Lúcia-Lima do nosso Território.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Sem laticínios, sem glúten, sem cafeína, sem teína, adequado para vegetarianos e veganos.

A QUE SABE?

A Lúcia-Lima possui um aroma marcadamente cítrico, que refresca os sentidos. Produz uma infusão limonada brilhante, equilibrada por um travo ligeiramente herbáceo. O paladar é suave e quase cremoso, deixando uma agradável sensação doce no palato.

TRADICIONALMENTE USADO PARA

A Lúcia-Lima pode ser utilizada para vários fins digestivos, como desintoxicação ou alívio de azia e indigestão. Também estimula o sistema imunológico e pode aliviar sintomas de gripe comum. A infusão de Lúcia-Lima também pode aliviar o stresse e a ansiedade, ao mesmo tempo que promove uma boa noite de sono.

USO CULINÁRIO

Esta erva pode ser utilizada para adicionar um sabor cítrico refrescante aos seus pratos favoritos. Experimente adicioná-la a molhos para salada, pratos de aves ou mesmo sobremesas doces cítricas. A Lúcia-Lima pode ser usada em receitas para substituir as rasas de limão ou mesmo infundida em azeite ou vinagre. Adicione-a ao sumo de limão fresco, folhas de hortelã e um pouco de açúcar, para uma limonada refrescante de verão.

COMO É O PROCESSO?

As plantas são cultivadas de forma biológica no nosso viveiro e selecionadas entre as cultivares mais bem-adaptadas. A colheita é feita manualmente perto do período de floração do ciclo da planta (quando a concentração de óleos essenciais é maior). As folhas são secas a baixas temperaturas, nunca ultrapassando os 25°C. As melhores folhas são selecionadas à mão.



PT-BIO-02
Landwirtschafts Portugal



PT-BIO-02
EU-Landwirtschaft



PT-BIO-02
Landwirtschaft außer der EU

Soalheiro