



Salud: cuidados y remedios naturales

Saber de:

Demetrio Delgado

San Martín y Mudrián
Segovia

Recogido por:
Beatriz González Yuste
(ISMUR)

Julio de 2014

Aceite de almendras y raíz de consuelda

FICHA DE CONOCIMIENTOS
Y SABERES



INGREDIENTES

- ✓ Un buen manojo de raíz de consuelda.
- ✓ 500 ml. de aceite de almendras dulce.

MATERIALES

- ✓ Tijeras.
- ✓ Plato.
- ✓ Mortero.
- ✓ Frasco de cristal.
- ✓ Filtro/colador.

DESCRIPCIÓN

La raíz tiene propiedades muy poderosas e interesantes, es hermana de la borraja pues ambas pertenecen a la misma familia y comparten propiedades similares.

La consuelda, como su nombre indica, tiene la propiedad de “soldar”, es decir, de reparar, regenerar y “soldar” tejidos nuevos, es decir, es muy buena cicatrizando, propiedad que ha destacado desde tiempos muy antiguos.

PREPARACIÓN

1. Cogemos las raíces de consuelda y las limpiamos bien bajo el agua del grifo, para que suelten la suciedad que puedan tener y no se transmita al aceite.
2. Una vez limpias y secas, hacemos trozos las raíces con ayuda de unas tijeras y los iremos depositando en un plato o cuenco.
3. Añadimos la raíz troceada al mortero y lo damos unos golpes para que se abra un poco y ayude a que sus propiedades puedan impregnarse con mayor facilidad en el aceite de almendras dulce que después añadiremos.
4. Echamos los trozos de raíz del mortero a un frasco de cristal.
5. Añadimos el aceite de almendras dulce al frasco de cristal y lo etiquetamos. De esta forma podemos controlar el tiempo que lleva macerando la mezcla. Lo dejamos macerar durante un mes.
6. Transcurrido este mes, podemos colar la mezcla.

CURIOSIDADES

También se la conoce como consolida mayor, oreja de asno o lengua de vaca.

La Consuelda es una planta de la cual se utiliza solamente su raíz, ya que la planta y sus partes contienen alcaloides que actúan causando parálisis del sistema nervioso.



FOTOGRAFÍAS



1. Planta de la raíz de consuelida.



2. Recogemos las raíces de consuelida y las pasamos por agua para limpiarlas.



3. Cortamos las raíces en pequeños trozos para que suelten mejor su sustancia.



4. Machacamos las raíces un poco para facilitar la liberación de sus propiedades.



5. Echamos la raíz en un frasco, añadimos el aceite y lo dejamos macerar un mes.