

LES TISANES PAYSANNES

pour prendre soin de vous au naturel

Les plantes sont **cueillies à la main** et sont ensuite séchées rapidement, à basse température pour une **conservation optimale des saveurs, des odeurs et des couleurs**.



Transformée à la main.



Produite dans le Jura.



Séchage de qualité.



1 pincée pour 1 tasse d'eau. Verser une eau frémissante (80°). Laisser infuser 5-10 min, à couvert.



Avec les **tisanes paysannes** de Tisanes et Bourgeons, prenez soin de vous (et de la planète) en toute facilité !

Ces produits sont réalisés à la main, avec des plantes de qualité, cultivées selon un protocole exigeant pour bénéficier au mieux de leurs qualités, et respectueux de l'environnement.

Ma ferme est située à la Chapelle sur Furieuse dans le Jura. Je cultive une soixantaine de plantes, en bio sur une toute petite surface, avec une attention à chaque geste, de la graine à la mise en sachet, pour vous offrir le meilleur de la nature !

Manon

Pour me contacter



@tisanesetbourgeons



/tisanesetbourgeons/



www.tisanesetbourgeons.fr



tisanesetbourgeons@protonmail.com

Manon Comacle

11 chemin de Chenèvre

39110 La Chapelle sur Furieuse





LES TISANES PAYSANNES

pour prendre soin de vous au naturel

La tisane	A quoi sert-elle?	Son goût	Ses ingrédients	Son utilisation
Crampes et saignements	Tisane menstruelle - soutient l'organisme, apaise, diminue les douleurs	Au goût citronné de mélisse et réconfortant d'ortie.	Mélisse, framboisier, achillée millefeuille, ortie, calendula, camomille matricaire.	A consommer quelques jours avant et pendant les règles.
Douce heure	Tisane apaisante - calme, soutient, toute douce comme un câlin	Un trio de goûts citronnés-épicés avec la mélisse, la verveine et le basilic thaï. C'est riche, subtil, doux, trop bien !	Mélisse, verveine citronnée, basilic thaï, camomille romaine, mauve de mauritanie	A consommer le soir, avant votre sieste, votre séance de méditation ou à tout moment de la journée où vous avez besoin d'une pause (ou d'un câlin).
Du soleil dans ma tasse	Tisane tonique - réveille, dynamise, apporte de la joie	Au goût épicé de basilic tulsi, menthe bergamote et sarriette. Miam.	Menthe bergamote, basilic tulsi (ou sacré), sarriette, calendula	A consommer le matin, ou à tout moment de la journée où vous avez besoin d'un coup de boost, ou d'un peu de soleil dans votre tasse.
Ombellule	Tisane digestive anisée - Ouvre l'appétit, soutient la digestion, accompagne le repas	Au goût frais et anisé, grâce à l'agastache anisée et au fenouil et à la menthe poivrée, qui réhaussent sa saveur.	Agastache anisée, menthe poivrée, fenouil officinal, sauge sclérée, camomille romaine	A consommer chaud ou froid, en apéritif, en dessert ou en accompagnement du repas.
Ventre heureux	Tisane digestive mentholée - Soutient la digestion, accompagne et clôt le repas	Un duo mentholé joué par la menthe marocaine et la menthe poivrée soutenus par les saveurs méditerranéennes de l'origan et du romarin.	Menthe marocaine, menthe poivrée, achillée millefeuille, romarin, origan, monarde.	A consommer quand vous voulez, particulièrement en fin de repas. La classique, à avoir à coup sûr ! C'est frais. C'est bien.



LES TISANES PAYSANNES

pour prendre soin de vous au naturel

Les tisanes de saison	A quoi sert-elle?	Son goût	Ses ingrédients	Son utilisation
Immuni'thé	Tisane immunité - soutient l'organisme, renforce l'immunité,	C'est la tisane que vous faisaient vos grands parents, en mieux ! Un goût de thym, de sauge et d'hysope. ça sent la Méditerranée et la fin de votre rhume !	Hysope, sauge, hysope, menthe poivrée, échinacée	A consommer quand vous avez un petit coup de mou ou à la fin des repas;
Tisane de fête	Tisane extraordinaire - pour rendre tout moment extraordinaire. Soutient la digestion. Emmène la fête à votre table.	C'est fruité et épicé ! Des arômes de fruits exotiques, de citron, de cannelle, d'épices ! Waah !	Basilic tulsi, tagète passion, basilic cannelle, thym citron, mélisse orange, monarde.	A consommer chaud ou froid, en apéro, en accompagnement des repas, ou en dehors. Tisane de Noël, et bien plus que ça !
Un souffle d'été	Tisane d'été - pour mettre de la poésie dans votre vie. Rafraichit. Soutien la digestion. Apaise. Effet jambes légères.	Double goût ! Une tisane 2 en 1 : si infusion froide, le goût citronné est le goût dominant, si infusion chaude, le goût de fruit exotique est celui que l'on sent le plus.	Mélisse de moldavie, tagète passion, cassis feuilles, noisetier feuilles	A consommer quand vous voulez, chaude ou froide. Particulièrement adaptée pour vous faire un cocktail d'été.

Notes sur les tisanes :

- “Cru 2025-26” : composées avec les plantes de mon jardin, elles s’adaptent au climat. Je planifie au mieux mes cultures, mais la sécheresse ou les pluies abondantes peuvent être amenées à modifier mes stocks et avec elles la recette de la tisane.
- Tisane de fête et Un souffle d’été sont des tisanes de saison (hiver et été respectivement). Elles ne sont donc pas disponibles toute l’année.
- Ma créativité n’a pas de limite et je suis toujours à la recherche de nouvelles recettes pour vous épater, accompagner dans tous les moments de votre journée. Restez à l’affût des nouveautés !