

# Préparation de Propolis.

*Soumis par Docteur Stefan Stangaciu*

23-05-2007

**Préparation de Propolis.** La propolis est une des productions du rucher qui peut être associée à des centaines de préparations différentes. La possibilité d'extraire les substances actives en utilisant l'alcool, les graisses et même l'eau, offre de nombreuses possibilités de préparation, de transformation et même d'expérimentation.

Voici une liste des principales préparations de la propolis qu'il est possible de réaliser dans le cadre d'une «pharmacie maison »

**Extrait de Propolis à l'eau** : Prendre 10 grammes de poudre de propolis et les mélanger à 100 ml d'eau pure (1 : 10). Laisser le mélange pendant environ 10 heures en le secouant aussi souvent que possible. Après 10 heures, filtrer la solution. La pâte obtenue peut être dissoute dans de l'alcool ou mélangée à des extraits de graisse. Elle peut aussi être mâchée ou avalée nature comme c'est déjà le cas avec de la propolis cru. Le fluide qui est obtenu, (l'extrait de propolis à l'eau), a le goût et les arômes de la propolis. Cet extrait peut être employé de diverses manières :

- -en liquide pour bain de douche (combinée avec quelques gouttes d'huiles essentielles + des extraits de fines herbes),
- -en gargarismes pour la gorge, ou bien encore en applications externes.

**Propolis-beurre** : il s'agit d'une préparation bien connue des apithérapeutes russes. Elle a été employée avec succès contre la tuberculose. Ce paragraphe précise comment il est possible de réaliser cette préparation : prendre 100 grammes de poudre de propolis et les mélanger à 800 grammes de beurre. Chauffer ce mélange au bain-marie à une température maximum 40-45° Celsius. Remuer jusqu'à obtenir un mélange homogène. Verser ce mélange homogène, encore chaud, sur une grande plaque plate (plaque à biscuits) afin de la refroidir. Lorsque cette préparation est froide, il peut lui être ajouté du miel. Elle peut ensuite découpée en plus petits morceaux « biscuits » à l'aide d'un couteau. Chacun de ces "biscuits" devrait peser environ 5 grammes. Pour un traitement général, on conseil de prendre entre 4 et 8 de ces « biscuits », chaque jour, entre les repas.

**Teinture de Propolis** : la teinture de propolis est la préparation la plus commune. Facile à faire par chacun, elle offre l'effet thérapeutique maximum. En outre, à partir de la teinture, un extrait mou de propolis peut être obtenu. Et par addition de cet extrait mou de propolis, il peut être confectionné des centaines voir des milliers d'autres préparations.

Voyons comment produire cette teinture de propolis : prendre 30-40 grammes de poudre de propolis et les mélanger à 70ml. d'alcool de 90 - de 96 °. Laisser 14 jours, au minimum, cette macération dans un endroit frais et sombre (mais pas au réfrigérateur). Remuer également 3-6 fois par jour (ou trouver une manière mécanique de le automatisquement). Il est important de permettre aux molécules d'alcool d'entrer en contact avec autant de composés de propolis comme possible, afin d'en extraire le plus possible les composés. Après deux semaines, la solution peut être filtrée. La dissolution obtenue sera conservée dans une bouteille brune vert-foncé ou foncée et dans un endroit frais, sec et sombre. Cette dissolution ainsi obtenue est une appelée "teinture mère de propolis" à de environ 20 à 30%.

Si vous souhaitez connaître le pourcentage exact demander à votre pharmacien d'en faire la mesure. Le reliquat de propolis non soluble ne doit pas être jeté car il contient toujours des composés actifs, particulièrement si la durée de macération a été courte (ou si vous n'avez pas suffisamment remué la solution initiale). Cette masse de propolis, non dissoute après la première extraction, peut être mélangée à nouveau à de l'alcool, dans une proportion de 1/10. Ce mélange peut être laissé en place pendant encore 2 ou 3 mois. A l'issu, vous répéterez les mêmes opérations de filtration, et stockage que précédemment.

La dissolution obtenue, à l'issu de cette seconde extraction peut également s'appeler teinture de propolis. Sa qualité est habituellement inférieure en comparaison à celle obtenue à l'issu de la première macération; Cette deuxième teinture peut contenir environ de 3 à 6% de propolis. Ici aussi, votre pharmacien peut réaliser des mesures précises. Puisque cette deuxième teinture de catégorie a plus de substances « lourdes », elle peut être employée en usage externe ainsi qu'en apiculture comme « peinture » pour ruches au printemps pour ses qualités hygiéniques ainsi que pour attirer les essaims « sauvages », ou encore pour "se laver" les mains avant d'ouvrir vos ruches ou bien encore sur une piqûre accidentelle d'abeille etc., etc..

**Poudre de propolis :** la poudre de propolis est obtenue par écrasement en morceaux de plus en plus petits. Les morceaux sont ensuite mis au congélateur 1 à 2 jours. La propolis peut alors être broyée par exemple avec un moulin à café (mis aussi au congélateur avant son utilisation), afin d'obtenir une poudre très fine. Cette poudre de propolis peut être stockée dans une bouteille brune ou vert-foncé, dans un endroit sombre, sec et frais.

Cette poudre de propolis sera employée plus tard pour confectionner pratiquement presque TOUTES les autres préparations de propolis.

*Docteur Stefan Stangaciu*

*Pour de plus amples informations médicales contactez le Docteur Stefan Stangaciu sur le site : <http://www.apitherapy.com>*