

HARINA DE MALVA



saludnaturalformacion.com



Harina de malva

fórmula tradicional

- Deshidratar las hojas de malva recogidas antes de la floración
- Triturarlas hasta conseguir un polvo tan fino que pueda usarse como harina
- Guardar en tarros bien preservados de la humedad

La harina de malva puede usarse:

- como espesante en la cocina, teniendo en cuenta que oscurecerá la salsa donde se aplique
- como ingrediente a añadir en cualquier preparación donde intervenga harina.
- como componente de las cataplasmas de hojas cuando éstas ya no están disponibles en fresco