

LEMON BALM — ØKOLOGISK BOTANISK VANN (DRIKKE)

Urban Forest

Ren botanisk destillasjon av *Melissa officinalis*.

Lemon balm er kjent for sin rolige, myke karakter og brukes ofte når kroppen trenger å lande litt. Det er en urt som særlig forbindes med nervesystemet rundt fordøyelsen – altså de nervene som reagerer når man er stresset, urolig eller overbelastet.

Kjernen i Lemon Balm

- Kan virke beroligende på nervesystemet, spesielt der det påvirker fordøyelsen
- Opplevs ofte som støttende ved uro i mage/tarm som ikke har en tydelig årsak
- Egner seg godt i perioder med mentalt press eller overstimulering
- Naturlig rik på spormineraler som ofte fremheves i urtemiljøer

Velvære & daglig bruk

Lemon balm brukes av mange som en mild botanisk støtte i en travel hverdag. Den gir en avrundet, harmoniserende følelse – uten tyngde. Perfekt i vann gjennom dagen, eller som en liten plantebasert “pause” når ting går litt fort.

Fordøyelse og balanse

Lemon balm omtales ofte som en av de mest verdifulle urtene når stress påvirker fordøyelsen. Den kan bidra til en mer balansert respons i kroppen når nervesystemet er sensitivt.

Kulinarisk bruk

Den friske, lyse sitrusprofilen gjør den nydelig i:

- Vann
- Te
- Smoothies
- Lettere desserter og fruktblandinger

Innhold

Økologisk lemon balm hydrosol (botanisk vann fra destillering).

Naturlig forekomst av flyktige planteoljer fra prosessen.