

# Macerado de Arnica

## Ingredientes

- 1 l de alcohol del 96
- 30 g de árnica para té

## Utensilios

- Frasco ámbar con capacidad de un litro
- Embudo



## Procedimiento



1 Mete la árnica al frasco.



2 Con la ayuda del embudo vierte cuidadosamente el alcohol en el frasco.



3 Tápalo muy bien.





4 Manténlo en un lugar fresco, seco y lejos de la luz solar.



5 Agítalo de vez en cuando.



6 Al cabo de un mes puedes comenzar a utilizar el macerado.

 Tiempo de elaboración: 1 mes.  
 Costo promedio: \$75

### Fuentes

- Guía ilustrada de plantas medicinales en el Valle de México, en <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/568378/guia-ilustrada-de-plantas-medicinales-valle-de-mexico-inpi.pdf>. Consultado el 13 de octubre del 2021.
- Plantas medicinales, tradición ancestral, en <https://www.gob.mx/inifap/articulos/plantas-medicinales-tradicion-ancestral>. Consultado el 13 de octubre del 2021.
- Escamilla P. B. y Moreno C. P. (2015). Plantas Medicinales, en [http://www.itto.int/files/itto\\_project\\_db\\_input/3000/Technical/Manual%20plantas%20medicinales.pdf](http://www.itto.int/files/itto_project_db_input/3000/Technical/Manual%20plantas%20medicinales.pdf). Consultado el 13 de octubre del 2021.