

L'Achillée Millefeuille



ASTRINGENTE—

HEMOSTATIQUE—

TONIQUE—

VULNERAIRE—

ANTISEPTIQUE—

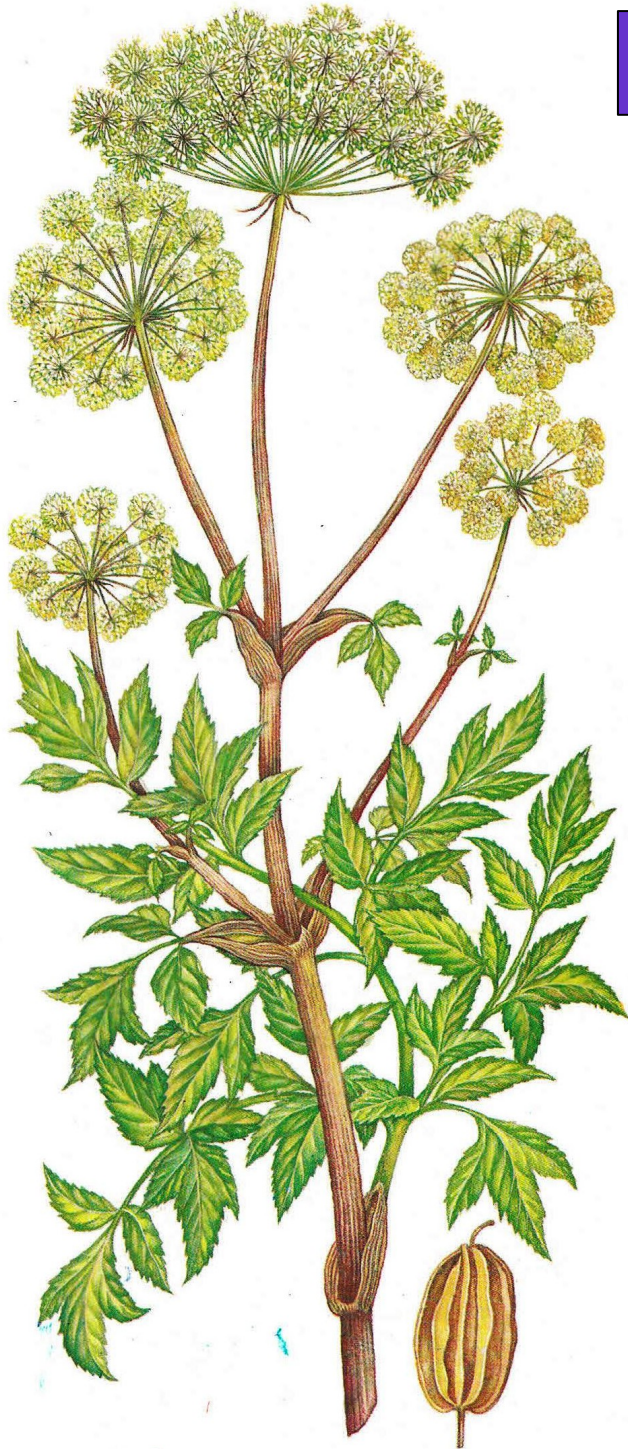


FEUILLES ET FLEURS

GOUT DE MUSCADE



L'Angélique



ANTISEPTIQUE

APERITIVE

DIGESTIVE— STOMACHIQUE

TONIQUE



TOUT SE MANGE > RACINES,
TIGES, FEUILLES, FLEURS

GOÛT ANISE ET AMER



La Bardane



ANTISEPTIQUE— DIURETIQUE
SUDORIFIQUE



JUS DE RACINE SOIGNE LA PEAU
(EXEMA)

VULNERAIRE (FEUILLES ECRASEES)

TIGE > LEGUME JUSQU'EN
AOÛT
JEUNES POUSSES EN PUREE
ET PESTO



GRAINES > HUILE DE TABLE

RACINE DE PREMIERE ANNEE
GOÛT ARTICHAUT



La Benoîte



ASTRINGENTE

SUDORIFIQUE— FÉBRIFUGE

TONIQUE— STOMACHIQUE

VULNÉRAIRE



FEUILLES > , SALADES

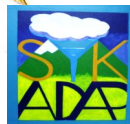
BOUTONS CUIITS

RACINE RAPÉE

GOUT ÂPRE ET DOUCÂTRE



Le Bouleau



ANTISEPTIQUE

DIURETIQUE

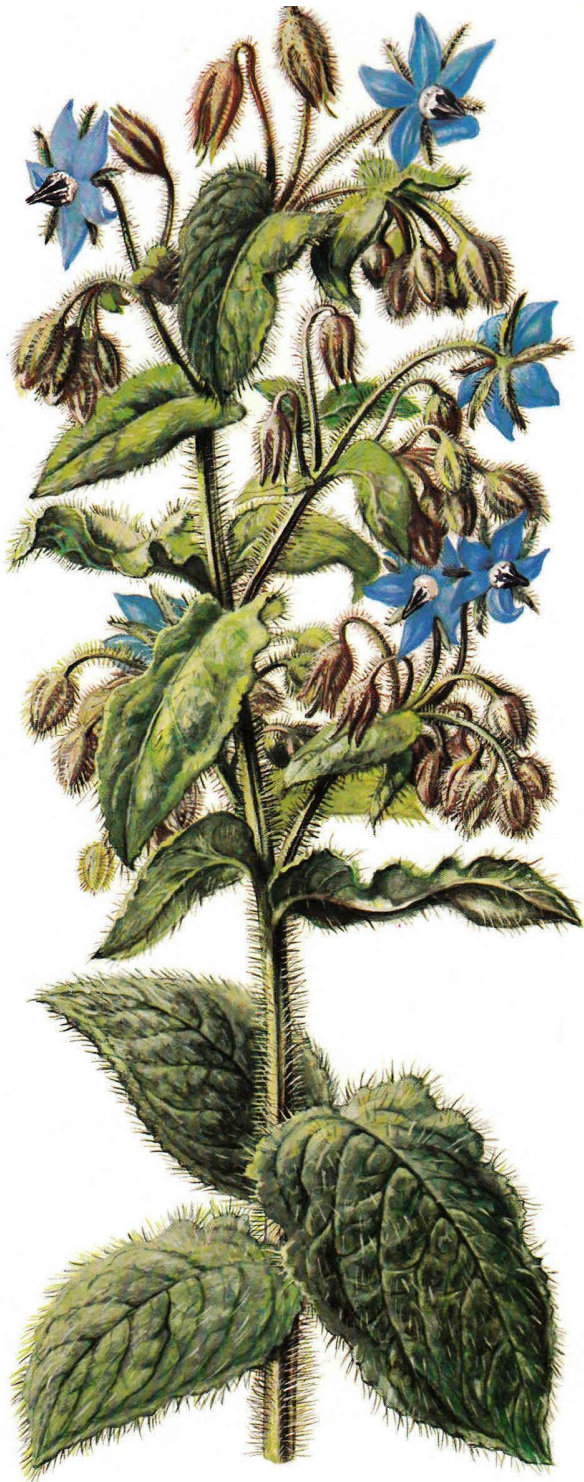
CICATRISANT—VULNERAIRE

EXCITANT—STIMULANT



EAU DE BOULEAU EN MARS
AVRIL

JEUNES FEUILLES EN SALADE AVEC
FROMAGE



La Bourrache

EMOLLIENTE—

DIURETIQUE— LAXATIVE

SUDORIFIQUE

(FLEURS, JUS DES FEUILLES
ET DES TIGES)



INFUSIONS DE FLEURS

FEUILLES ET FLEURS
PEUVENT ÊTRE AJOUTÉES
A LA SALADE ET AUX SOUPES



Le Chardon Béni



DIURETIQUE—

TONIQUE

DIGESTIF— STOMACHIQUE

ANTISEPTIQUE



JEUNES POUSSES EN SALADE
AU PRINTEMPS



La Chélidoïne



HERBE A VERRUES



NE PAS APPLIQUER SUR PLAIES
OUVERTES

TOXIQUE > NE PAS MANGER



Les Chênes



ASTRINGENT



ANTISEPTIQUE

FEBRIFUGE

TONIQUE

JEUNES FEUILLES
EN SALADE



GLANDS MÛRS EN PURÉE

(APRES PREPARATION POUR ELIMINER
LES TANINS)



Les Chénopodes



LAXATIFS

EMOLLIENTS

DEPURATIFS

RICHE EN VITAMINE C



FEUILLES EN SALADE

BOUTONS ET FLEURS
EN TARTINADES OU AVEC
FROMAGE BLANC



Le Chiendent



ADOUCISSANT— EMOLLIENT

DEPURATIF

JEUNES FEUILLES EN SALADE

RACINES > FARINE, JUS RICHE
EN FECULE

BIERE

GOÛT AMIDON SUCRE



La Consoude



ASTRINGENTE



CICATRISANTE—VULNERAIRE

FLEURS EN SALADE



BEIGNETS DE FEUILLES DE
CONSOUDE

GOÛT DE POISSON

RACINES CRUES RÂPÉES EN SEPT.



Le Coquelicot



CONTRE L'EXTINCTION DE
VOIX— PECTORAL



EMOLLIENT

SEDATIF

SUDORIFIQUE

GRAINES
> POUR DECORER LES PAINS
> POUR L'HUILE



TISANES DE PETALES

FEUILLES EN SALADE EN AVRIL—MAI



Le Cornouiller



ASTRINGENT

ANTI-INFLAMMATOIRE

HEMOSTATIQUE

ANALGESIQUE
(SUPPRIME LA DOULEUR)



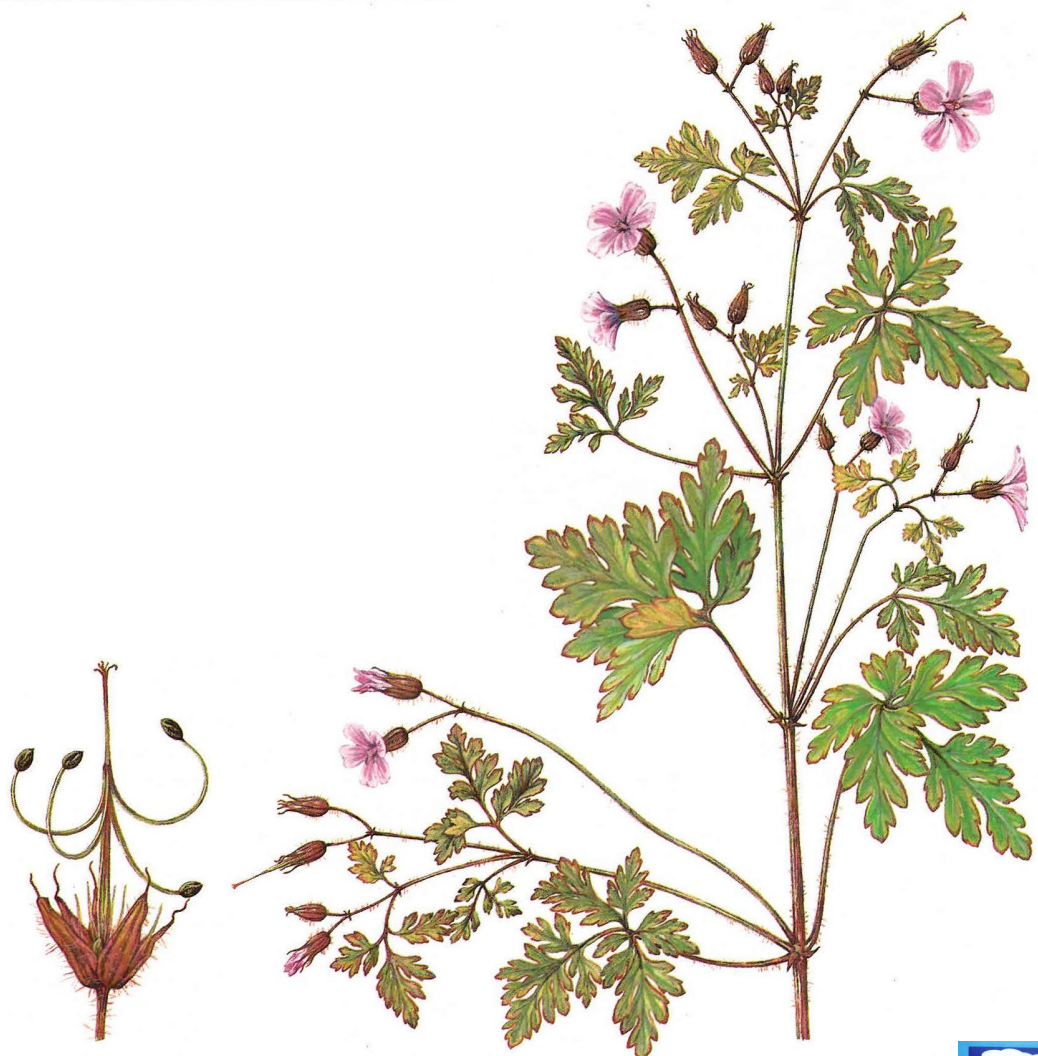
TOUT SE MANGE > FRUIT
TRES AMER

INFUSION EN JUIN

CONFITURE



Le Géranium Robert



ASTRINGENT—TONIQUE—
DIURETIQUE—VULNERAIRE



FEUILLES FRAICHES USAGE EXTERNE :
BRULURES, PIQUES (ORTIES, MOUSTI-
QUES), IRRITATIONS : ADOUCISSANT,
EMOLLIENT, VULNERAIRE, RESOLUTIF





La Lampsane

EMOLLIENTE

LAXATIVE

VULNERAIRE



TOUT SE MANGE
SAUF RACINE

TIGE A SUC LAITEUX AMER
ET SALE

GOÛT DE CHOUX EN SALADE





Le Lierre

*ISOLANT MURAL
SERT A FAIRE DE LA
LESSIVE*

ANTISEPTIQUE



MELLIFERE

FRUITS TOXIQUES



Le Marronnier



ECORCE ET GRAINES

ASTRINGENT

ANTI-INFLAMMATOIRE



ON POURRA CONSOMMER LES
MARRONS FRAIS
EN FAISANT PARTIR LES
SUBSTANCES AMÈRES
(COMME POUR LES GLANDS DU CHÊNE)



La Mauve



LAXATIVE

EMOLLIENTE

SEDATIVE



MELLIFERE

FEUILLES EN SALADE
> JUSQU'EN JUILLET

FRUITS JEUNES, FLEURS >
BOISSONS, SOUPES, PUREES, ..

RACINE A PARTIR DE SEPTEMBRE

GOÛT AGREABLE





La Mélisse

STOMACHIQUE

TONIQUE

SEDATIVE



MELLIFERE

SE CONSOMME EN TISANE,
INFUSION

AVANT D'ALLER DORMIR

