

SAUGE ANANAS

Salvia elegans- Pineapple Sage

Description : Plante vivace non-rustique. Port arbustif pouvant atteindre 1,2m (en pot 30-50cm). Ses feuilles et fleurs dégagent un arôme d'ananas et saveur fruitée avec une pointe d'épice. Les fleurs comestibles rouge écarlate, en fin d'été, attirent colibris et butineurs.

Culture : Préfère un site protégé du vent et ensoleillé mais supporte la mi-ombre. Aime les sols riches et bien drainés.

Entretien : Plante gourmande demandant des arrosages réguliers et des apports fréquents d'engrais et de compost. Ne survit pas à des températures inférieures à -5°C. Difficile à garder à l'intérieur en hiver.

Récolte : Les feuilles et fleurs se récoltent au besoin.

Usages : Tisanes et en cuisine pour accompagner les mets sucrés ou salés, pour parfumer les huiles. On en fait aussi une excellente gelée.

Vertus : Digestive, stimule les fonctions de l'estomac et du foie. Stimulant hormonal efficace contre les bouffées de chaleur et douleurs menstruelles. Tonique nerveux traitant l'anxiété, fatigue et dépression. ATTENTION! : Déconseillée pour les personnes souffrant d'épilepsie, les femmes enceintes, allaitantes ou souffrant d'un cancer du sein.

Conservation : Le résultat du séchage est possible mais décevant. Congeler dans l'eau dans des bacs à glaçons ou conserver dans l'huile pour l'aromatiser.



CLUB IRIS – Jardin botanique de Montréal

Espace pour la Vie

www.ciejbm.ca