

## Caractéristiques :

**Couleur fleur :** Bleu

**Couleur feuillage :** Vert

**Hauteur :** 0 cm

**Feuillaison :** aucune

**Floraison(s) :** aucune

**Type de feuillage :** caduc

**Exposition :** soleil

**Type de sol :**

**Silhouette :** Non précisée



## SAUGE officinale

-> [Accéder à la fiche de SAUGE officinale sur www.pepiniere-bretagne.fr](http://www.pepiniere-bretagne.fr)

### DESCRIPTION

#### Informations botaniques

Nom botanique : SAUGE officinale

Famille : Lamiaceae

#### Description de SAUGE officinale

(*Salvia officinalis*) Famille des lamiacées. Plante vivace au port buissonnant atteignant 60 cm de haut. Ses feuilles ovales gris-bleu, légèrement duvetées, dégagent une odeur un peu camphrée. Mellifère, elle produit des fleurs bleu violacée au printemps. Une fois sèche elle conserve toute sa saveur à condition de la récolter avant la floraison. Très utilisées dans la cuisine méditerranéenne, elle accompagnera de nombreux plats en cuisine où elle apportera une touche légèrement picante et amère. Elle aidera aussi à digérer.

Depuis très longtemps elle est très appréciée pour ses vertus médicinales. Un proverbe ancien dit : ? Celui qui a de la sauge dans son jardin n'a jamais besoin de voir le médecin. ? Utiliser en gargarisme elle est connue pour apaiser les maux de gorges, angines et laryngites. Elle est aussi préconisée en cas de problèmes buccaux.

Attention en trop grande quantité ou sur une période trop longue, elle peut se révéler toxique.

Disponible de début mars à fin juin puis de septembre à fin octobre.

#### Entretien de SAUGE officinale

Arrosez à la plantation puis une à deux fois dans l'été. Une fois que le système racinaire sera bien mis en place vous n'aurez plus à le faire. La récolte se fait tout au long de l'année. Rabattez le plant de moitié au printemps puis taillez les tiges florales après floraisons.

Pour la culture en pot arrosez que modérément et apportez de l'engrais après la floraison.

### EMPLACEMENT

#### Emplacement de SAUGE officinale

#### Type de sol de SAUGE officinale

### PARTICULARITÉ

### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRE

-> [Accéder à la collection des Toutes les plantes disponible à la vente sur www.pepiniere-bretagne.fr](http://www.pepiniere-bretagne.fr)