Mélisse officinale

(Melissa officinalis)



C'est une herbacée vivace, à port buissonnant, mesurant de 30 cm à 80 cm de hauteur, d'origine méditerranéenne, facile à cultiver (pouvant même devenir envahissante), qui pousse très bien au soleil comme à l'ombre et aime les sols plutôt frais voire humides. Son odeur citronnée lui vaut, le surnom de citronnelle (à tort) ou de mélisse citronnelle.

La mélisse est cultivée dans les jardins depuis des temps très anciens. Elle a sa place dans les jardins de curés et dans les jardins médiévaux. Ses tiges dressées, de section carrée, sont ramifiées et pubescentes. Ses feuilles, vert pâle en ce qui concerne la face inférieure et plus vives sur la face supérieure, sont opposées, ovales et pétiolées. Ses petites fleurs blanches apparaissent en juillet-août.

Résistance au gel : -24°C ;

Comestibilité :
En cuisine, les feuilles donnent une saveur fraîche aux viandes, poissons, salades de fruits et de légumes, soupes, sauces, cakes et tisanes/infusions. Choisir les plus jeunes et celles qui n'ont pas fleuri. Ciselées dans les salades, elles apportent une

agréable note citronnée.

