Sauge officinale

(Salvia officinalis)



Plante vivace buissonnante cultivée pour ses feuilles très aromatiques employées en infusion notamment, ainsi que pour ses vertus médicinales.

Comestibilité :
Les feuilles et fleurs sont utilisées crue ou cuites, pour aromatiser divers plats, desserts et infusions. Les fleurs sont souvent consommées comme garniture de salades, apportant une belle touche de couleurs et une agréable saveur. Enfin, l'huile essentielle de la plante est utilisée commercialement comme arôme.

