Fraisier des bois
(Fragaria vesca)



C'est une herbacée vivace originaire d'Europe, d'Amérique du Nord et d'Asie tropicale et naturalisée en d'autres points du globe. Ses fruits rouges, ou parfois blancs, les fraises des bois, sont réputés pour leur arôme plus recherché que celui des fraises communes. Elle est assez commune presque partout en France, poussant spontanément dans les bois.

Comestibilité :
Les petits fruits (fraises des bois), très aromatiques, sucrés et juteux, sont consommés crus ou cuits, frais ou séchés, tels quels ou transformés (tartes, confitures, crèmes glacées...). Les feuilles, fraîches ou séchées, permettent de préparer une excellente infusion, riche en Vitamines C. Les jeunes feuilles sont consommées dans les salades et les soupes.

