



Achillée Milles Fleurs



Achillea millefolium

Règne Plantae // Division Magnoliophyta // Classe Magnoliopsida
//Ordre Asterales // Famille Asteraceae // Genre Achillea

Le genre *Achillea* (les achillées) regroupe diverses plantes de la famille des Astéracées (ou Composées) dont la plus connue est l'achillée millefeuille (*Achillea millefolium*). Le nom du genre correspond au latin *achillea*, lui-même emprunté au grec *akhileios*, herbe d'Achille. Le héros grec aurait blessé Télèphe, et l'aurait guéri à l'aide de l'achillée millefeuille.

Caractéristiques du genre Plantes herbacées vivaces à feuilles alternes. Comme pour toutes les composées, ce qu'on appelle communément « fleur » est un ensemble de fleurs tubulées regroupées. Les ligules (pétales) presque toujours blanches, voir à peine rosées, sont courtes et souvent à trois dents. Très nombreux sur la plante, les capitules sont groupés en inflorescences appelées corymbes. Les fruits sont des akènes.

ATTENTION RESSEMBLE A LA GRANDE CIGÜE

Dans le doute voyez votre pharmacien pour qu'il vous confirme qu'il sagit bien d'achillée et non de cigüe!

Gardez en quelques pieds dans votre jardin : elle sèche très bien et parfamera vos bouquets secs cet hiver
De plus, en poudre , c'est un bon hémostatique en cas de coupure ou de saignement de nez

En cuisine ???

Très peu d'utilisation : son goût amer rebute beaucoup . Toutefois pour les amateurs sachez que les anciens l'utilisaient presque autant que l'ache dans leurs "fines herbes" .

Pour moi , je ne l'utilise qu'à doses homéopatique (genre dosage du poivre) dans certaines "vinaigrettes LVC" pour des salades fades ou avec des

oeufs brouillés aux herbes

Demandez moi je vous prie la recette que je n'ai pas eu le temps de taper . En cas d'urgences consultez une des fiches "oeufs brouillés ..." et goutez avec votre "cuillère à épices LVC" avant de doser vos herbes

NOTES DIETETIQUES

Pour les "sans sel" , pour les "sans gluten" , pour les "sans gras" comme pour les "sans sucre" aucune problème mais pour les personnes qui ont des problèmes avec leur foie demandez conseil à votre médecin même si vous adorez ce parfum
et puis vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A