

## LIERRE TERRESTRE

*Glechoma hederacea*

Lamiacée (labiée)

**Cueillette** : jeunes feuilles, avril à juin.

Il est préférable de ramasser les feuilles lorsqu'elles sont assez jeunes car leur saveur s'intensifie en vieillissant.

**Utilisation alimentaire** : jeunes feuilles en condiment pour salade, soupe et céréales. Utilisé pour aromatiser la bière jusqu'au XVII<sup>ème</sup> siècle.

**Propriétés médicinales** : expectorant, tonique, astringent.

