

## SAUGE DES PRES

*Salvia pratensis*

Lamiacée

**Cueillette** : fleurs, mai à juillet.

Les fleurs doivent être ramassées lors de leur plein épanouissement, pour décorer les salades et d'autres plats.

Contrairement à celles de la sauge officinale, les feuilles ne sont pas odorantes.

**Utilisation alimentaire** : fleurs

**Propriétés médicinales** : feuilles et fleurs sont utilisées.

Comme toutes les sauges, elle est stimulante, stomachique, antiseptique, emménagogue et astringente.

