

## ACHILLÉE MILLEFEUILLE

*Achillea millefolium*

Astéracée (composée)

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

Les feuilles sont nettement meilleures lorsqu'elles sont toutes jeunes, avant que la tige n'apparaisse.

**Utilisation alimentaire** : jeunes feuilles mélangées aux salades. Hachées comme le persil. Cuite à l'eau et sautée. Capitule en thé solaire.

**Propriétés médicinales** : tonique amer, astringent, hémostatique...

