

FRAISIER DES BOIS

Fragaria vesca

Rosacée

Cueillette : jeunes feuilles, avril à août / fruits, juillet à août.

Seules les jeunes feuilles (astringentes) peuvent être consommées quand elles sont encore tendres. Elles deviennent vite coriaces en se développant.

Utilisation alimentaire : les jeunes feuilles peuvent être consommées crues, ou cuites, ce qui diminue leur astringence. Les fruits sont excellents.

Propriétés médicinales : les feuilles sont astringentes, diurétiques, antirhumatismales. Les fruits sont toniques, dépuratifs, rafraîchissants.

