

Sauge sclarée (graines) -

Graine de vie

Salvia sclarea L.

<https://www.grainedevie.net/graines-sauge-sclaree.html>



FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Lamiaceae
Genre : Salvia
Espèce : sclarea
Nom d'auteur : L.

Details

Type : bisannuel , vivace
Hauteur en fleur : de 50 à 100 cm
Zones usda : 5a (de -28,9°C à -26,1°C) , 5b (de -26,1°C à -23,3°C) , 6a (de -23,3°C à -20,6°C) , 6b (de -20,6°C à -17,8°C) , 7a (de -17,8°C à -15°C) , 7b (de -15°C à -12,2°C) , 8a (de -12,2°C à -9,4°C) , 8b (de -9,4°C à -6,7°C) , 9a (de -6,7°C à -3,9°C) , 9b (de -3,9°C à -1,1°C)
Milieu : terrain frais , terrain drainant , terrain sec
Exposition : plein soleil
Couleur des fleurs : rose
Floraison : juin , juillet
Difficulté : Facile
Nombre de graines au gramme : 240
Poids de 1000 graines : 4.1

DESCRIPTION

Famille : Lamiaceae

Nom latin : Salvia sclarea L.

Noms communs : Sauge sclarée, Sclarée Toute-bonne, Orvale

Description sommaire : La sauge sclarée est une plante herbacée vivace à vie brève. La première année, se forme une rosette de feuilles, et la plante fleurit à partir de la deuxième année. Les feuilles sont grandes et larges, leur limbe est velu et gaufré. La tige très velue qui porte en haut des épis de fleurs bleu-rose très pâle (jusqu'à 1,50 m) ; ces fleurs sont entourées par des bractées en coupe plus ou moins roses, pointues et plus grandes que les calices.

Toute la plante possède un parfum très fort, musqué, qui rappelle un peu celui du cassis.

Multiplication : On sème les graines de sauge sclarée en place ou en pépinière, au printemps ou à la fin de l'été pour une floraison la deuxième année.

Culture : La sauge sclarée est une plante vivace dans le Midi, mais elle est le plus souvent cultivée comme une bisannuelle. Elle doit être implantée dans une situation ensoleillée, sur un sol drainant, de préférence calcaire. On laisse 30 cm sur le rang, et 50 cm en interrang.

Usage condimentaire : Les feuilles de sauge sclarée agrémentent les viandes, les fleurs décorent les salades. Les feuilles et les fleurs infusées dans du vin blanc donnent un bon apéritif.

Usage médicinal : La sauge sclarée est réputée aphrodisiaque, digestive, astringente,... et est mentionnée dans le Capitulaire de Villis.

Usage ornemental : La sauge sclarée est couramment cultivée pour l'ornement des jardins.

Autres usages : Elle est très appréciée pour son nectar des abeilles. Le sclaréol qu'elle contient est utilisé comme fixateur d'odeur en parfumerie.