

Sarriette des montagnes (graines) -

Graine de vie

Satureja montana L.

<https://www.grainedevie.net/graines-sarriette-des-montagnes.html>



FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Lamiaceae

Genre : Satureja

Espèce : montana

Nom d'auteur : L.

Details

Type : vivace

Hauteur en fleur : de 0 à 20 cm , de 20 à 50 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 drainant , terrain sec

Exposition : plein soleil

Couleur des fleurs : blanc

Floraison : juillet , août

Nombre de graines au gramme : 2250

Poids de 1000 graines (en g) : 0.04

DESCRIPTION

Famille : Lamiaceae

Nom latin : *Satureja montana* L.

Noms communs : Sarriette, Sarriette des montagnes, Sarriette vivace

Description sommaire : La sarriette des montagnes est un petit arbrisseau formant des touffes d'environ 40 cm de hauteur, d'aspect dru, toujours vert et très aromatique. Petites feuilles épaisses, luisante, pointues et à nervure centrale bien marquée. Petites fleurs blanches, plus rarement rosées, disposées en grappes en haut de tiges feuillées. Floraison en milieu de l'été. Graines ovoïdes de couleur marron, brun clair.

Multiplication : On sème les graines de sarriette des montagnes en place ou en pépinière au printemps. Les graines sont assez fines, il ne faut pas trop les recouvrir.

Culture : On plantera la sarriette tous les 60 cm dans un endroit bien ensoleillé et plutôt sec.

Usage médicinal : La sarriette est antiseptique, stimulante, tonique, digestive, ... Ses sommités fleuries en début de floraison sont préparées en infusion en cas de coup de fatigue, paresse digestive, gastro-entérite, dermatoses, etc.

Usage condimentaire : Par son parfum poivré et piquant, la sarriette des montagnes relève les plats de légumineuses, ceux à base de viandes et aromatise à merveille les sauces, salades au fromage de chèvre, liqueurs.

Autres usages : Plante mellifère très appréciée par les insectes pour son nectar.