



Infusion de mélisse

Difficulté: fastoche

[Imprimer](#)

Ingrédients

un litre d'eau

60 feuilles fraîches de mélisse

Préparation

Faire bouillir l'eau.

Plonger toutes les feuilles dans l'eau bouillante et arrêter le feu.

Couvrir et laisser infuser 10 minutes.

Au bout de 10 minutes, passer la préparation au chinois et sucrer.

Boire chaud ou très frais (laisser refroidir et mettre au réfrigérateur dans ce cas).

La mélisse officinale

Melissa officinalis, vivace

Floraison Juin-juillet

Culture

Vivace, moyenne, velue à l'odeur de citron, cultivée pour ses propriétés médicinales et culinaires, la mélisse préfère les terres de consistance moyenne, pierreuses, profondes, fraîches l'été et saines en hiver. La récolte aura lieu lorsque la plante est en boutons, avant la floraison, le parfum de la mélisse diminuant lorsqu'elle est en fleur. La plantation peut durer 10 ans mais il est préférable de la renouveler après la quatrième année.

[La mélisse et autres plantes bénéfiques au potager](#)

Partager :

[Imprimer](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Pocket](#)