

Bleuet

CENTAUREA CYANUS

Le bleuet est une plante herbacée bisannuelle de la famille des astéracées. La tige de 30 à 60 cm est raide et duveteuse. Elle porte des feuilles d'un vert argenté légèrement cotonneuses. Les fleurs apparaissent de mai à août et sont d'un bleu céleste, leurs pétales sont ciselés comme de la dentelle.

SES HISTOIRES

Presque tous les mythes et légendes nous dévoilent que la fleur bleue de la Centaurée est la réincarnation de jeunes hommes morts, soit d'un crime passionnel, soit d'un amour impossible.

Le bleuet présent sur les champs de bataille est devenu la fleur symbole du sacrifice des soldats.

SES UTILISATIONS

Le bleuet a des propriétés anti-inflammatoires, il décongestionne les yeux. On l'utilise, ou plus exactement ses fleurs fraîches ou sèches, en laissant infuser 10 fleurs dans un litre d'eau bouillie. Seuls sont utilisés les pétales prélevés autour du centre de la fleur.

Une fois cette infusion refroidie, on l'applique à l'aide de compresses de coton sur les paupières. Il peut parfois soulager les muqueuses ou des irritations de la peau. En cuisine, la fleur peut être utilisée pour les salades vertes ou les salades de fruits.



Bleuet
CENTAUREA CYANUS