

# Camomille

CHAMAEMELUM NOBILE

C'est une plante herbacée vivace à racines fortes, fibreuses et chevelues, aux feuilles vert blanchâtre, de 10 à 30 cm de haut. Les fleurs ont le cœur jaune et leurs pétales ou ligules sont blancs. Elle fleurit de juin à septembre. La corolle de la fleur peut être simple ou double, formant ainsi un petit pompon blanc et doux au toucher.

## SES HISTOIRES

La déesse Athéna apparut en songe à Périclès et lui indiqua un remède à base de camomille pour soigner un ouvrier blessé sur un chantier de l'Acropole. On raconte que Ramsès a été embaumé avec de l'huile essentielle de camomille.

## SES UTILISATIONS

Faire infuser 20 fleurs séchées de camomille dans un litre d'eau bouillie, filtrer puis boire lentement, par gorgées et de façon espacée, 2 tasses avant les repas, afin de diminuer les spasmes digestifs et abdominaux. L'infusion concentrée de camomille romaine permet le traitement des aphtes. En huile de massage, elle est utilisée pour soulager les douleurs rhumatismales, les entorses ou en traitement de la goutte.



Camomille  
CHAMAEMELUM NOBILE