Borrago officinalis

Bourrache officinale

A savoir

Juillet Août Septembre

La Bourrache officinale est une plante communément cultivée au potager. Ses fleurs et ses feuilles sont comestibles à petite dose ou à condition de les faire cuire car elle contient des toxines nuisibles pour le foie. On peut extraire de ses graines une huile médicinale pour la peau, riche en omega-6 et en vitamine E. Il existe une variété blanche qui possède les mêmes vertus.

Forêt/Lande Bocage