

# La pâquerette - Bellis perennis



©Le Courtil des Simples



Le Courtil des Simples

Le pâquerette est une plante de la famille des astéracées. La fleur est un capitule, qui regroupe de multiples fleurs, la majorité en forme de tube composant le coeur jaune, tandis que les fleurs périphériques sont prolongées par des pétales en forme de ligules de couleur blanche, qui ont pour fonction d'attirer les pollinisateurs grâce à leur couleur éclatante! Si vous regardez de plus près le coeur de la fleur, avec une loupe par exemple, vous remarquerez les pistils et étamines de chacune des minuscules fleurs.

La pâquerette est une plante vivace qui fleurit toute l'année, d'où l'adjectif latin de perennis "qui dure" et qui lié au nom de genre se traduit par "belle tout le temps, toute l'année".

Le nom français, quant à lui, est associé à Pâques, car la floraison la plus forte des fleurs intervient en avril, période où se trouve Pâques en général.

Au niveau médicinal et cosmétique, la pâquerette est une plante assez méconnue, qui a pourtant de grandes qualités.

C'est une plante aux nombreuses vertus, qui mérite d'être reconnue!

Elle est, entre autres tonique, dépurative, expectorante ; en usage externe elle est antieczymosique. On en fait aussi une huile de beauté raffermissante du buste, car elle a la faculté de redonner de l'élasticité aux tissus.

Cuisine : On peut consommer les feuilles en salade, en mélange, pas seules ; les boutons au vinaigre comme les câpres



Le Courtil des Simples



## Recette de la macération huileuse

Cueillir suffisamment de fleurs pour remplir un bocal. Verser dessus de l'huile de tournesol ou d'olive bio (voir les photos). Laisser macérer au soleil pendant 3 semaines. Puis filtrer avec une étamine ou un filtre à café permanent. Mettre quelques gouttes d'huile essentielle de lavande pour la conservation.

©Le Courtil des Simples