

# Helichrysum Stoechas

*Helichrysum Stoechas*



Est une plante vivace de la famille des Astéracées, qui atteint environ 40 cm de hauteur.

Elle a un feuillage gris et fleurs jaunes persistantes et entourées de bractées bruts qui apparaissent au printemps et en été.

Plus d'informations à:

[https://www.amu.bio/\\_helichrysum\\_stoechas\\_2](https://www.amu.bio/_helichrysum_stoechas_2)

## Cultivation

Résistant au froid et à la lumière directe du soleil, il ne nécessite pas d'irrigation.

Il pousse dans des sols au pH acide, neutre ou alcalin, mais avec un bon drainage.

On le trouve souvent dans les friches, les endroits secs/sablonneux, les endroits ensoleillés et au bord des routes et des chemins.

## Histoire

Est distribué par l'Europe du sud et de l'ouest et le nord du Maroc.

## Utilisation

Helichrysum Stoechas est utilisé après séchage comme arrangement floral.

En ce qui concerne les utilisations médicales, il a des propriétés anti-inflammatoire,



antibactériene et anti-oxydant.

Elle est utilisé pour traiter les affections respiratoires telles que les allergies, le rhume, la bronchite, la sinusite, etc.

Dans la cuisine peut être utilisé dans des plats de viande, des soupes, du riz et comme condiment.