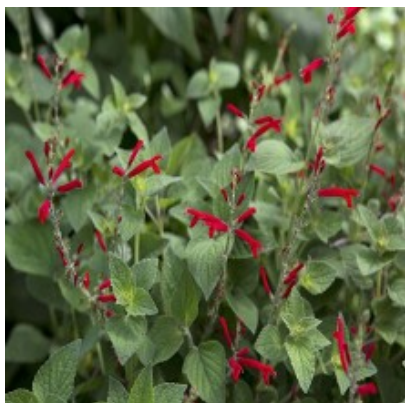


# Sauge Ananas

*Salvia elegans*



Plante herbacée, arbuste qui peut atteindre jusqu'à 1,5m.

Il a tiges velues, fleurs rouges tubulaires et un arôme unique de l'ananas.

Il fleurit au printemps en gardant tout l'été.

Plus d'informations à:

[https://www.amu.bio/\\_sauge\\_ananas](https://www.amu.bio/_sauge_ananas)

## Cultivation

Cette plante peut être cultivée par tuteurage au printemps et en automne et par semis.

Il aime la lumière du soleil, un sol bien drainé et doit être arrosé avec modération car il ne tolère pas les sols très humides.

Elle attire le papillon blanc qui est connu pour dévorer les choux et autres légumineuses, il est donc recommandé de cultiver la sauge ananas près de ces cultures.

## Histoire

Cette plante est originaire du Mexique, où elle est connue sous le nom de Mirto.

Le nom Sage dérive du latin "salvus" qui signifie "santé" et du mot "salvare" qui signifie "soigner", ce qui est dû à ses propriétés médicinales.

Selon la mythologie grecque, les propriétés médicinales de la sauge ont été découvertes par le héros Cadmo.

Dans les temps anciens, on le brûlait pour purifier l'environnement.

**Utilisation**

La sauge ananas possède de nombreuses propriétés médicinales et condimentaires.

En médecine, il est utilisé pour combattre les nausées, les brûlures d'estomac, l'anxiété et aussi pour réduire la pression sanguine.

Quant à son utilisation culinaire, comme ses fleurs et ses feuilles sont comestibles, elle est souvent utilisée comme arôme et condiment.

La sauge ananas est souvent utilisée dans la préparation de plats, salades, desserts, thés, rafraîchissements, etc.