

Mélisse officinale ou feuille à abeilles.

Vivace de 30 à 80 cm.

C'est une plante vivace et mellifère qui pousse très bien et facilement au soleil comme à l'ombre. Elle aime les sols plutôt frais.

Très appréciée pour ses propriétés digestives et infusée elle offre une tisane apaisante. Les polyphénols de la mélisse sont antiviraux : contre l'herpès qui produit des vésicules blanchâtres, une infusion appliquée régulièrement sur les lésions élimine les éruptions en quelques jours et en réduit la fréquence d'apparition.

Pour préparer une infusion : plonger deux belles branches de mélisse (50-100 g) dans un litre d'eau portée à ébullition. Laisser infuser. À boire tiède ou frais.