

Melisse Citronnelle

Melissa officinalis (lamiacées)



Le nom de la plante vient du grec *melita* qui veut dire « abeille ». Toutefois le doux nectar de ses fleurs n'est pas accessible aux abeilles qui ont une trompe trop courte. Seuls les bourdons et les papillons peuvent l'atteindre.

Elle est utilisée pour ses propriétés digestives, et en infusion comme tisane apaisante. De plus les feuilles servent à préparer « l'eau de mélisse » ou « *eau des carmes* » qui est un tonique nerveux.

En cuisine, la mélisse donne une saveur fraîche aux viandes, aux poissons, aux fruits ou aux légumes. Elle parfume les salades ou seulement le jardin.

Floraison: mai - juin. vivace