



## Borragine Officinale – Bio

Famille : Borraginacées

Nom latin : *Borago officinalis*

De culture facile, la borragine se ressème souvent d'elle-même.

En cuisine, les feuilles et les tiges charnues au goût de concombre peuvent être ajoutées aux salades, ou être cuites comme les épinards et servies comme un légume d'accompagnement. Les fleurs fraîches sont ajoutées aux salades ou comme garniture. Elles peuvent aussi être confites pour décorer les gâteaux ou servir à aromatiser les sirops.

La plante peut provoquer des irritations cutanées et certaines personnes peuvent s'avérer allergiques à la borragine. Son nom provient de l'arabe abu rach, « père de la sueur », faisant allusion aux propriétés sudorifiques de la plante.

## Conseils horticoles Culture

Planter au soleil ou à la mi-ombre, en pleine terre ou en pot, en espaçant les plants. Fertiliser avec du compost, ajouter du paillis et arroser régulièrement. Surveiller les insectes ravageurs.



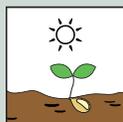
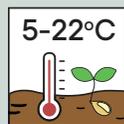
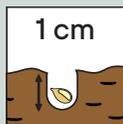
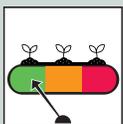
### Bon voisinage

- Aubergine
- Chou
- Chou de Bruxelles
- Chou-fleur
- Courge
- Courgette
- Fraisier
- Tomate

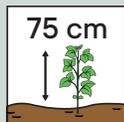
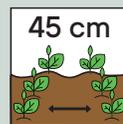
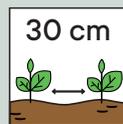
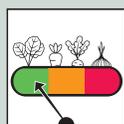


### Mauvais voisinage

### Semis



### Culture



### Permaculture

