

## Graines de Saugé blanche

[5SAL0126]

Semences non traitées de *Salvia apiana*

## Caractéristiques principales

- Nom latin :** *Salvia apiana*  
**Nom vernaculaire :** Saugé blanche, Saugé blanche sacrée, Saugé amérindienne, Saugé blanche de Californie  
**Intérêt :** Parfum, Biodiversité \*\*\*, Auxiliaires, Comestible, Productif, Plantes mellifères, Permaculture, Médicinal, Fleurs  
**Lieu de culture :** Jardin sauvage, Rocaille, Serre chaude et Véranda, Serre froide, Jardin fleuri, Jardin tropical, Terrasse et Balcon, Verger et Potager, A protéger en hiver, Jardin tempéré  
**Origine :** Amérique du nord  
**Hauteur :** 60 à 80 cm  
**Cycle de vie :** Persistante  
**Période de floraison :** Été  
**Port :** Évasé, Buissonnant  
**Type :** Vivace, Sous-arbrisseau  
**Feuilles :** Feuilles gris argenté, presque blanches, allongées et pointues, long de 4 à 8 cm, très aromatiques.  
**Fleurs :** Fleurs blanches de 12 à 22 mm, en long épis au parfum suave, d'avril à juin.  
**Fruits :** Les graines, moulues en farine, peuvent servir à la confection de bouillies.  
**Température minimale (Rusticité) :** de 0°C à -5°C  
**Recommandations :** 0.5 gramme de graines de Saugé blanche équivaut à environ 350 graines

## Culture

- Arrosage :** 1 Faible  
**Exposition :** Plein soleil, Chaude, Mur exposé au sud  
**Maladies / Ravageurs :** Limaces, Escargots, Pourriture des racines, Araignées rouges, Pourriture du collet, Aleurodes, Pucerons  
**Substrat :** Pauvre, Rocailleux, Bien drainant, Sableux, Sec, Léger  
**Culture en pot :** Oui

## Semis

- Facilité :** 2 Difficulté moyenne  
**Mode de semis :**
1. Scarifier légèrement les graines sur du papier abrasif fin
  2. Semer sous abris à 18-20°C
  3. Placer à la lumière
  4. Maintenir humide mais non détrempé
  5. Repiquer les plants de 5 à 6 feuilles après les dernières gelées
- Ou semer en pleine terre quand le sol est bien réchauffé.
- Techniques de semis :** Scarification, Mini-serre, Chaleur entre 21°C et 25°C  
**Durée de germination :** Plusieurs semaines. Les graines ne germent pas toutes à la même vitesse, des écarts de 2 à 3 semaines sont possibles entre les premières et les dernières.

## En savoir plus

- Recolte :** Cueillir les feuilles au fur et à mesure des besoins, et toujours consommer dans des tisanes ou des plats chauds, jamais crues.  
 Consommer avec modération, loin de toute prise de médicaments.  
 Ne pas consommer si enceinte ou allaitante.
- Conservation :** Les feuilles séchées s'utilisent en tisane et en cuisine.
- Propriétés :** Les feuilles et tiges sèches attachées en fagots, se brûlent comme de l'encens pour purifier la maison, avec un parfum agréable.

\*Attention : Les informations ci-dessus ne sont données qu'à titre indicatif. Consultez un pharmacien ou un médecin avant toute ingestion, inhalation ou application d'un produit végétal. Le Comptoir des Graines décline toute responsabilité en cas de mauvaise utilisation des produits vendus.