

Graines de Sauge officinale

[5SAU0101]



Semences de sauge non traitées



Caractéristiques principales

- Nom latin :** Salvia officinalis
Nom vernaculaire : Herbe sacrée, Thé de Provence, Serve
Lieu de culture : Gazon & Prairies fleuries, *Jardin tropical, Potager & Verger, *Jardin tempéré, Culture en pot - Balcon & Terrasse
Hauteur : 80 cm
Type de plante : Plante vivace (cycle de vie sur plusieurs années, décennies, siècles ou millénaires)
Port : Buissonnant
Type de feuillage : Persistante
Période de floraison : Été
Feuilles : Feuilles ovales, oblongues, entières, duveteuses, gris vert.
Flieurs : Floraison estivale en grappes bleues.
Recommandations : 0.5 gr correspond à environ 50 graines.

Culture

- Exposition :** Plein soleil, Pleine lumière
Substrat / Sol : Calcaire, *Humifère, Sec & Aride, Riche, fertile & humifère, Léger & Meuble
Arrosage (plante adulte) : 1/5 Arrosage faible
Maladies / Ravageurs : Pucerons, Pourriture du collet (maladie cryptogamique), Pourriture des racines (causée par champignon, bactérie ou nématode), Limaces, Escargots
Culture au jardin : Installez au soleil dans une terre de jardin caillouteuse.
 Arrosez copieusement en été et réduire en hiver.
Culture en pot : Oui
Conseils du comptoir des graines : La sauge se plaît en pot de plus de 20 cm de profondeur. Adapter l'arrosage à l'exposition.

Semis

- Facilité semis :** 2 Difficulté moyenne - voir aussi les conseils de semis généraux dans le menu
Mode de semis : **Semis sous abri :** mars à mai, à 20°C (constant)
 Stratification à froid : 4 semaines
 Substrat : mélange terreau spécial semis et sable, humide mais non trempé, irrigation par le bas, couvercle transparent jusqu'à la levée, aérer
 Besoin de lumière pour germer : oui
 Profondeur : semis à la surface, sans couvrir, tasser
 Couvert : 3 mm de vermiculite
 Luminosité : pleine lumière, sans soleil direct
 Repiquage individuel : plants de plus de 4 feuilles
 Plantation en place : après les dernières gelées
Semis direct en place : après les dernières gelées
Durée de germination : 2 à 4 semaines

En savoir plus

- Origine :** Afrique du nord, Zone méditerranéenne
Intérêt : *Permaculture, *Comestible, *Plante mellifère, Plante médicinale ou ayurvédique, Fleur comestible, *Productif
Recolte : Cueillir les feuilles au fur et à mesure des besoins.
Conservation : La sauge se conserve très longtemps séchée.
Propriétés : Antidiaphorétique (aide à lutter contre la transpiration), antiseptique, antiphlogistique.

*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.