

Les bien-faits des plantes dans l'Alimentation (la Bible des plantes:Marie-Antoinette MULOT)

Ail : antiseptique, vermifuge, vasodilatateur, hypotenseur.

Ananas : diurétique, vermifuge : aide à la digestion des protéines

Anis Vert : stimulant, tonocardiaque, antispasmodique, galactogène, calmant intestinal, favorise la sécrétion du lait.

Artichaut : régula la bile, diurétique, hypotenseur, hypocholestérolomiant.

Asperge : Diurétique

Avocat : tonique, fortifiant, régénérant des organes féminins, cicatrisant, hydratant.

Avoine : Soulage la constipation et les hémorroïdes

Basilic : stomachique, anti vomitif, expulsion des gaz intestinaux

Blé : tisane de son pour toux et rhumes; tisane de blé: prostate

Bouleau : les feuilles sont diurétiques, l'écorce: dépurative, digestive

Bourrache : antitussive, expectorante, émolliente, laxative, diurétique, cicatrisante

Camomille : anti-inflammatoire, cicatrisante, digestive, antiseptique, antispasmodique

Cannelle : anti grippe

Câpre : apéritif tonique, diurétique, astringent

Carotte : hyperglycémiant, tonique, anti anémique, antidhiarrée

Carvi : carminatif, digestif, diurétique

Cassis : recommander pour diabétique, hypertension, trouble circulatoire, ménopause

Céleri : Hypoglycémiant, désintoxiquant, apéritif digestif

Cerfeuil : diurétique, tonique général

Cerises : queues : coliques néphrétiques, cystite; fruits : laxatif léger

Chicorée : laxative, diurétique, digestive, tonique, dépurative

Chou : anticancéreux: vitamine U, curatifs dans de nombreuses affections

Citron : vitamine C, anti rhumatismal, astringent, diurétique

Citrouille : vermifuge, diurétique

Consoude : consolide les chairs, raffermi

Coquelicot : antitussif ,hypnotique

Coriandre : tonique ,digestive,carminatif,diurétique

Cresson : antiseptique ,tonique du cuir chevelu ,dermatologique ,

Cumin : carminatif ,aromatique ,stimulant ,antispasmodique

Curcuma : cholagogue ,cholérétique

Cyprès : vasoconstricteur veineux ,astringent ,antispasmodique,antisudoral

Églantier : astringent ,antispasmodique ; les fleurs:effet laxatif

Épilobe : prostate, troubles intestinaux ,maladie de la vessie

Eucalyptus : la feuille:antiseptique ,anti asthmatique

Fenouil : carminatif ,galactogène,tonique général, cholagogue ,diurétique,vermifuge,digestif,apéritif

Fenugrec : tonique général, stimule la fonction nutritive,émollient

Fraisier : astringent ,diurétique,anti rhumatismal

Framboisier : astringent ,laxatif ,diurétique

Frêne : anti rhumatismal,diurétique,laxatif;l'écorce : astringente

Genévrier : stomachique,diurétique,antalgique,antiseptique ,emménagogue,apéritive

Gentiane : tonique,apéritif,vermifuge,fébrifuge

Gingembre : apéritif , stomachique , carminatif ,fébrifuge

Ginkgo : phlébotonique

Ginseng : revitalisant

Grenade : vermifuge ,toenifuge ,antidhiarrée ; les fleurs sont astringentes

Guarana : stimulant ,antistress

Haricot : diurétique ,antidiabétique ; les fils sont tonicardiaques

Hêtre : antiseptique respiratoire ,lypolitique ,astringent

Houblon : tonique amer ,sédatif hypnotique,anaphrodisiaque

Hysope : béchique , expectorant,digestive ,diurétique

Jasmin : contre les maux de tête ,calmante ,relaxe et calme la toux nerveuse

Jujubier : contre la toux

Laurier Noble : antiseptique ,combat les fermentations ,diurétiques ,anti rhumatismal

Lavande : antispasmodique ,hypnotique léger ,diurétique

Lin : émollient ,laxatif

Mais : les stigmates sont œstrogéniques ,diurétiques ,anti inflammatoires

Marjolaine : hypotenseur,antispasmodique,diurétique,hypnotique léger,contre les douleurs

Marronnier d'Inde : vasoconstricteur veineux , décongestionnant ,hémostatique ,astringent ,tonique, anti inflammatoire

Mauve : béchique ,laxative ,émolliente,anti inflammatoire

Mélisse : stomachique ,antispasmodique,anti vomitif,sédative,cicatrisante,anti inflammatoire

Menthe : digestive ,carminative,cholagogue,béchique,emménagogue,antalgique,spasmolytique

Mille feuille : tonique veineux ,cholérétique,décongestionnant,diurétique,cicatrisant

Millepertuis : vasodilatateur artériolaire vulnérable,antiseptique

Moutarde : condiment

Myrtille : tonique astringent ,antiseptique,antidhiarrée

Néflier : fortifiant sur les muqueuses intestinales ,antidhiarrée

Noisetier : les feuilles:ulcères variqueux ,hémorroïdes ,varices

Noyer : tonique amer ,stimulant hépatique pancréatique ,astringent ,antiseptique ,hypotenseur ,tranquillisant

Olivier : hypotenseur ,vasodilatateur ,hypoglycémiant ,astringent ,diurétique ,cholagogue

Oranger : écorce tonique ,digestive ,apéritif ,sédatif;les feuilles et fleurs : sédatif ,digestif,antispasmodique

Origan : expectorant ,béchique ,stomachique ,cicatrisant

Orties : emménagogue,cholagogue ,hypoglycémiant,diurétique ,hémostatique ,révulsive,aphrodisiaque ,anti énurésique

Pâquerette : béchique ,hypotenseur ,tonique ,anti inflammatoire ,antiseptique

Pêcher : fleurs et feuilles:laxatives ,sédatif antispasmodique ,diurétique

Persil : stimulant ,diurétique ,emménagogue ,antigalactogène ,anti inflammatoire

Pin : contre la toux ,expectorant ,sudorifique ,fortifiant

Pissenlit : cholagogue ,dépuratif ,hypocholesterolémiant ,cholérétique

Plantains : astringent ,diurétique

Poireau : laxatif , anti inflammatoire ,diurétique

Prêle : diurétique ,reminéralisante ,vulnérable ,astringente ,cicatrisante

Raifort : stomachique ,cholagogue ,

Reine des prés : digestive ,astringente ,diurétique ,anti rhumatismale

Régλισse : béchique ,antispasmodique ,anti inflammatoire ,régulateur intestinal ,édulcorant ,anti ulcéreux

Romarin : cholérétique ,cholagogue ,tonique ,spasmolytique ,diurétique ,antiseptique ,cicatrisant

Ronce : astringent ,hémostatique ,vulnéraire

Roquette : expectorant ,tonique , aphrodisiaque

Rose : laxatif léger ,astringent ,cicatrisant

Safran : stomachique , emménagogue ,stimulant ,aphrodisiaque ,hypnotique

Sarriette : stomachique , antidhiarrée , tonique ,vermifuge , maladie de la peau

Sauge : tonique ,régulateur vagosymphatique ,astringent ,antisudoral,antiseptique, emménagogue, aphrodisiaque

Serpolet : digestif ,laxatif ,expectorant, sédatif ,antitussif,colagogue, antispasmodique

Spiruline : anti cholestérol

Sureau : diurétique ,sudorifique ,galactogène ,anti rhumatismale, soins de la peau

Thym : tonique ,astringent ,carminatif ,digestif ,emménagogue,aphrodisiaque

Tilleul : stomachique ,hypnotique ,émollient ,soins de la peau ,antispasmodique

Verveine : sédatif ,antispasmodique ,ocytocique ,galactogène ,hypotenseur ,vulnéraire ,résolutif

Violette : béchique ,expectorant ,émollient ,anti rhumatismale,cicatrisant ,soins de la peau