

CASSISSIER OU GROSEILLER NOIR

Ribes nigrum L.

naturactive
LABORATOIRES PIERRE FABRE

Tela
Botanica

Jardins
botaniques
de France
et des pays
francophones
Ibotanik

www.sante-nature.com

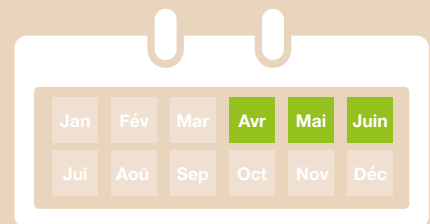
SON IDENTITÉ

OÙ LE TROUVER ?

Il est de plus en plus cultivé et donc de plus en plus présent en France. Souvent, vous le croiserez aux environs des jardins.



FLORAISON



COMMENT LE RECONNAÎTRE ?

Ses fleurs sont vert rougeâtre, en forme de clochettes et disposées en grappes pendantes.
Ses fruits sont des petites baies globuleuses de couleur noire.



Hugues Tinguy - Licence CC BY SA - Tela Botanica

Ses feuilles sont grandes, plates, avec 3 à 5 lobes aux bords dentés.

Son écorce est lisse et rouge quand il est jeune et devient sombre avec le temps.

SES VERTUS

SES PROPRIÉTÉS



Ses feuilles et ses bourgeons ont une activité anti-inflammatoire et immuno-stimulante. Ses feuilles ont des propriétés diurétiques et dépuratives, tandis que les bourgeons sont antiallergiques.



Les fruits du Cassissier ont des propriétés antidiarrhéiques, antioxydantes et ils protègent les vaisseaux.

LES TRADITIONS D'USAGE



Les feuilles sont consommées en infusion contre les maladies et les douleurs articulaires. Elles sont aussi très utiles en cas de fatigue chronique ou de stress prolongé !



Les baies de cassis sont utilisées, sous forme de sirop ou de jus, pour traiter mal de gorge, diarrhée, ou les cas de fatigue oculaire. Elles protègent aussi les vaisseaux sanguins et luttent contre l'hypertension artérielle.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Surprenant ! Le cassis est au moins deux fois plus riche en vitamine C que les kiwis et quatre fois plus que les oranges.



Il ne faut pas procéder à l'automédication. Il faut demander les conseils d'un professionnel de la santé.