

# Calendrier de récolte des plantes

**Les fleurs et sommités fleuries** sont récoltées en plein épanouissement.

**Les feuilles** juste avant la floraison.

**Les graines** à leur maturité.

**Les racines** en automne et hiver, pendant le repos végétatif de la plante, là où elle accumule les réserves.

## Février Mars

**feuilles** violette odorante

**racines** bistorte, chiendent, consoude, guimauve, grande bardane, gentiane jaune, iris germanica, genévrier, persil crispé, pissenlit, potentille ansérine, sanguisorbe, saponaire

**sommités** ficaire, pissenlit, violette odorante

**fleurs** tussilage, violette odorante

**écorces** aulne glutineux, noisetier, frêne élevé, peuplier noir, peuplier tremble, robinier faux-acacia, saule blanc

**bourgeons** : peuplier, Pin sylvestre

## Avril

**feuilles** aulne glutineux, pulmonaire, violette odorante

**racines** chiendent, guimauve, grande bardane, raifort, reine des prés, sanguisorbe

**sommités** ficaire, pissenlit, violette odorante

**fleurs** matricaire, pâquerette, pissenlit, tussilage, violette odorante

**écorces** aulne glutineux, chêne, orme, peuplier noir, peuplier tremble, robinier faux-acacia

## Mai

**feuilles** aigremoine, aubépine, aulne glutineux, bouleau blanc, busserole, fraisier sauvage, noisetier, ortie dioïque, pissenlit, reine des prés, ronce, sauge officinale, sauge sclérée

**racines** raifort

**sommités** achillée millefeuille, aigremoine, alchemille, aspérule odorante, aubépine, bourrache, buglosse, capselle bourse-à-pasteur, cresson de fontaine, lierre terrestre, ortie dioïque, pensée sauvage, potentille ansérine, prêle des champs, sarrasin

**fleurs** achillée millefeuille, anthyllis vulnéraire, aubépine, buglosse, camomille allemande, coquelicot, lamier blanc, matricaire, mauve sylvestre, pâquerette, pissenlit, primevère, robinier faux-acacia

**écorces** aulne glutineux

## Juin

**feuilles** arnica, aubépine, bouleau blanc, busserole, cassis, chêne pédonculé, chêne rouvre, épilobe à feuilles étroites, fraisier sauvage, framboisier, frêne élevé, mauve sylvestre, myrtille, noisetier, noyer, ortie dioïque, pissenlit, plantain lancéolé, reine des prés, ronce, sauge officinale, sauge sclérée

**racines** carotte

**sommités** achillée millefeuille, agripaume, aneth, arnica, aspérule odorante, aubépine, ballote fétide, bourrache, brunelle, buglosse, capselle bourse-à-pasteur, centaurée bleuet, cresson de fontaine, herbe à Robert, lierre terrestre, linaire commune, liseron des haies, marrube, mélilot, ortie dioïque, pensée sauvage, persil, poivre d'eau, potentille ansérine, prêle des champs, pulmonaire, renouée des oiseaux, sanguisorbe, saponaire, sauge sclérée, thym

**fleurs** achillée millefeuille, anthyllis vulnéraire, arnica, aubépine, buglosse, lamier blanc, matricaire, mauve sylvestre, mélilot, pâquerette, reine des prés, robinier faux-acacia, rosa