




# Allium ursinum



<b>Nom vernaculaire (français) :</b> Ail des ours													
<b>Dimension :</b> de 20 à 100 cm													
<b>Type :</b> vivace bulbeuse													
<b>Sol :</b>	pH : acide / neutre / basique type : sol ordinaire / argileux / sableux humidité : sec / normal / frais / humide autre :												
<b>Exposition :</b>	  												
<b>Type de feuillage</b>	Caduc / semi-persistant / persistant / marcescent												
<b>Période de floraison</b>	Hivernale / Printanière / Estivale / Automnale <table border="1" data-bbox="363 1724 1013 1822"> <tr> <td>Jan</td> <td>F</td> <td>Mars</td> <td>Av</td> <td>Mai</td> <td>Juin</td> </tr> <tr> <td>Juil</td> <td>A</td> <td>S</td> <td>O</td> <td>N</td> <td>D</td> </tr> </table> <p>Couleur : blanc, rose</p>	Jan	F	Mars	Av	Mai	Juin	Juil	A	S	O	N	D
Jan	F	Mars	Av	Mai	Juin								
Juil	A	S	O	N	D								

#### **ENTRETIEN :**

Couper les fleurs fanées au fur et à mesure en coupant la tige au plus près du sol. Ne couper le feuillage que lorsqu'il a jauni car c'est à ce moment que la plante constitue ses réserves pour la prochaine floraison. Aucun apport d'engrais n'est nécessaire.

#### **INTERET DE LA PLANTE :**

Au jardin : offre une multitude d'intérêts. Impressionnante floraison qui apporte de la structure et de la verticalité au jardin.

En cuisine : on le récupère pour faire de l'ail condimentaire. Les feuilles ont la consistance de la laitue. Elles s'utilisent en pesto, en salades, sauces, soupes ou en légumes. Elles sont riches en vitamines. L'odeur d'ail s'atténue à la cuisson.

En médecine : On l'utilise pour ses bienfaits en phytothérapie et en homéopathie. Il est utilisé pour la régulation de la pression artérielle, l'athérosclérose, l'arthrite, les ulcères d'estomac et les troubles intestinaux.