

Nom commun et nom latin	Parties utilisées	Indications principales	Mode de préparation	
<p>CERFEUIL MUSQUÉ</p> <p>Anthriscus cerefolium</p> <p>Famille des <i>Apiacées</i></p>	<p>Parties aériennes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Facilite la digestion. • Diminue la tension artérielle, diurétique. • En externe : jus sur les lésions : plaies, eczéma, abcès. 	<p>Infusion</p>	
<p>CHÂTAIGNE DE TERRE</p> <p>Carum bulbocastanum</p> <p>Famille des <i>Apiacées</i></p>	<p>Tubercule Graines</p>	<p>Utilisation uniquement alimentaire et condimentaire : les graines remplacent le carvi en cuisine.</p>	<p>Les faux tubercules au gout de châtaigne se mangent crus à l'apéritif.</p>	
<p>CHÉLIDOINE</p> <p>Chelidonium majus</p> <p>Famille des <i>Papavéracées</i></p>	<p>Parties aériennes sèches. Latex. Racines</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cholérétique. • Sédatif léger qui relâche les muscles bronchiques et intestinaux. • En usage externe : verrues, cors, durillons 	<p>Ne pas utiliser sans avis médical car toxique En usage externe ne pas la mettre sur une plaie.</p>	
<p>CIBOULAIL OU CIBOULE DE CHINE</p> <p>Allium tuberosum</p> <p>Famille des <i>Liliacées</i></p>	<p>Feuilles Bulbes</p>	<p>Plante aromatique</p>	<p>Assaisonne plats et salades composées.</p>	
<p>GRANDE CONSOUDE</p> <p>Symphytum officinale</p> <p>Famille des <i>Boraginacées</i></p>	<p>Racine Parties aériennes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hémostatique. • Astringente : diarrhées. • Cicatrise les plaies et accélère la consolidation des fractures. • Emollient et décongestionnant : hémorroïdes, gerçures des seins, ulcères. • Entorse : en compresse. 	<p>Pommade de feuilles Décoction puis infusion</p>	

Nom commun et nom latin	Parties utilisées	Indications principales	Mode de préparation	
<p>CRAMBÉ MARITIME OU CHOU CRAMBÉ</p> <p>Crambé maritima</p> <p>Famille des <i>Brassicacées</i></p>	<p>Bulbes et parties aériennes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Riche en vitamine A et C (un des meilleurs antiscorbutiques). • Antianémique. • Régulateur des fonctions intestinales. 	<p>Comme le légume chou</p>	
<p>DIGITALE</p> <p>Digitalis purpuréa</p> <p>Famille des <i>Scorofulariacées</i></p>	<p>Feuilles</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cardiotonique, ralentit, renforce, régularise le cœur. 	<p>Toxique</p>	