

## ***Lepidium latifolium*–Cresson des jardins**



### **Utilisation :**

Condimentaire au gout de Cresson, la passeraie est une plante médicinale qui perdit de sa notoriété depuis le 19<sup>ème</sup> siècle, elle était réputée alors surtout pour son action contre la rage et le scorbut qui sévissait à cette lointaine époque. De nos jours, bien que peu usités, elle serait utilisée dans les coliques néphrétiques et en traitement des cystites, ainsi que pour soulager les rhumatismes.

## **Recette culinaire :**

### **Pesto de cresson des vivaces**

Mélangez les feuilles fraîches de cresson du jardin vivace avec un peu d'ail, de sel et d'huile d'olive hachez (au robot c'est le mieux) puis remplissez un verre avec cette "pâte" et recouvrez d'une couche d'huile d'olive.

Laissez reposer au réfrigérateur pendant plusieurs semaines. Délicieux sur le pain, avec le fromage, sur les pâtes, comme assaisonnement sur le ragoût et les soupes.

## **Recettes médicinales :**

### **Pour soigner l'hépatite**

Faites une infusion avec 20 racines de passerage dans deux litres d'eau. Faites bouillir pendant 30 minutes. Attendez que le mélange refroidisse jusqu'à être tiède. Et buvez-en tous les jours jusqu'à ce que la couleur jaune de la peau disparaisse.

### **Pour profiter des propriétés diurétiques de la plante**

Préparez un thé avec une poignée de feuilles fraîches dans un litre d'eau. Et buvez en un verre avant chaque repas.

*{L'utilisation des plantes médicinales, sous quelque forme que ce soit, doit toujours se faire après avis et sous le contrôle d'un médecin, en particulier pour les femmes enceintes ou qui allaitent et les jeunes enfants}*