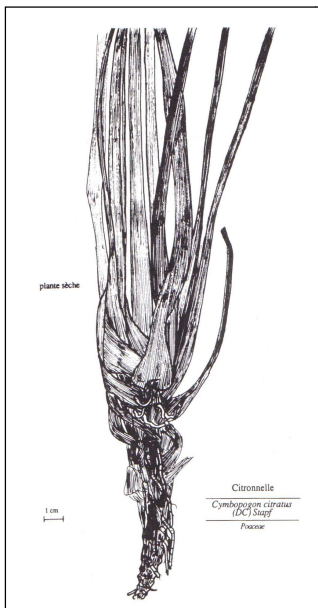





# La Citronnelle




non grass  
ées

 **Origine :** Asie tropicale

 **Description botanique :** Herbe touffue à longues feuilles retombantes pouvant atteindre 1 à 2 mètres et dégageant une forte odeur de citron.

 **Composition chimique :** les feuilles contiennent 0,5 à 0,7 % d'huile essentielle riche en 1,8-cinéole, citral, citronellal, géraniol, linalol,...

 **Parties utilisées :** feuilles et bulbe racinaire

 **Propriétés vérifiées :**

- **Antispasmodique :** réduit les spasmes gastro-intestinaux
- **Expectorante et décongestionnant** des bronchites
- **Sédative**
- Insecticide et répulsive

 **Toxicité / recommandation d'usage :**

Aucune toxicité n'a été révélée par les études menées.

Une précaution d'emploi de la tisane ou de la décoction est à noter : il faut filtrer la préparation dans un linge ou filtre à café pour éviter les lésions mécaniques des muqueuses dues aux microfils.