

Jardin Dominique Villars

# Ail des ours

*Allium ursinum* L., *Amaryllidaceae*



**Propriétés** : dépuratif, riche en vitamine C

**Usages culinaires** : assaisonnements, condiment (pesto)

**Parties utilisées** : feuilles fraîches (au printemps, avant floraison)

**Habitats** : sous-bois et ravins humides

**Confusion** : feuilles de muguet et colchique (qui ne sentent pas l'ail)

Secteur Santé



Avant tout usage de plantes médicinales, demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien.

Contact : [ufrpharmacie-jardin-dominique-villars@univ-grenoble-alpes.fr](mailto:ufrpharmacie-jardin-dominique-villars@univ-grenoble-alpes.fr)