

Aspérule odorante

Galium odoratum (L.) Scop., *Rubiaceae*



Ph.Fr. (A)

Propriétés : calmante du système nerveux (traitement de la nervosité, insomnie, émotivité), antispasmodique

Parties utilisées : parties aériennes fleuries

Habitats : lieux humides et frais, clairières ou lisière de hêtraies et sapinières

Anecdote : un vin d'aspérule en Belgique (*Maitrank* « boisson de mai ») est réalisé avec les fleurs et feuilles (mise au point par des moines au 9^e siècle).

