

# LE POTAGER

Grâce au potager on peut manger plein de bonnes choses : salades, pommes de terre, fraises, etc. Si on n'a pas de potager, on peut tout de même trouver autour de nous des aliments que nous pouvons manger ! Tu peux goûter la tisane préparée avec des ingrédients trouvés ici

On peut en faire par exemple avec de jeunes feuilles d'orties là où elles ont été fauchées, serpolet, pousses de ronces ou jeunes feuilles, origan, millepertuis, têtes fleuries d'achillées, pâquerettes, camomilles, jeunes feuilles de plantain, repousses de gaillet en fleurs là où on l'a coupé au printemps, feuilles d'aubépine....

Avez-vous aimé ?

