

Centaurium erythraea Petite centaurée, gentianelle herbe au centaure
Centaurii herba Tausengüldenkraut Centaury Famille : Gentianaceae

Origine/Habitat	Provient d'Europe, elle aime particulièrement les endroits boisés, les landes, elle pousse jusqu'à 1'400m
Histoire	Plante cicatrisante elle aida, dit la légende, le centaure Chiron à soigner une blessure au pied, infligée par inadvertance à Héraclès. Déjà connue de Dioscoride et de Pline, très appréciée par les Gaulois, souvent utilisée à la place de la gentiane.
Botanique	Plante glabre annuelle ou bisannuelle n'atteignant qu'une trentaine de cm de hauteur, à tiges divisées en rameaux dressés, à feuilles groupées au cours de la première année en rosette basale, elliptiques et spatulées. Les feuilles du haut sont oblongues puis linéaires. Un pédoncule floral ramifié apparaît la deuxième année et porte de petites feuilles sessiles et des fleurs rose vif soudées.
Principe actif	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Glycosides iridoïques ❖ Gentiopicrosides ❖ Principes amers ❖ Centapicine ❖ Flavonoïdes ❖ Acide phénolique
Propriétés	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Augmentation des sécrétions ❖ Stomacales ❖ Pancréatiques ❖ intestinales ❖ Apéritive ❖ Carminative ❖ Cholérétique ❖ Stomachique
Indications	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Inappétence ❖ Troubles dyspeptiques ❖ Troubles hépatobiliaires ❖ Tonique
Contre-indications	Ulcère gastroduodénal
Effets Secondaires	Gastrite, Hyperacidose, Inflammation muqueuse
Interaction	Aucune
Galénique	Tisane, teinture-mère
Utilisation	Tisane : 1 càc pour une tasse laissé infuser 5min Teinture-mère : 30 gtt

