



EARL LE VERNEY
74240 GAILLARD

Basilic



Exposition soleil, mi ombre, craint le froid (moins de 15°C).



Arrosage modéré, ne pas mouiller les feuilles.



Cuisine

Consommé cru avec salades, tomates, œufs, plats méditerranéens.



Nutriments

Antioxydants (anti-vieillesse, renforcement système immunitaire), vitamine K, fer.



Bienfaits

Le basilic est réputé pour ses vertus digestives et antispasmodiques. Il améliore la digestion, combat les gaz intestinaux, traite les ballonnements, soulage les crampes d'estomac et autres douleurs gastriques.