



FICHE PRATIQUE

LE SECHAGE DES PLANTES MEDICINALES



Le séchage permet de conserver les plantes tout en préservant leurs principes actifs, arômes et énergie.

<h4> Séchage à l'air libre</h4> <p>Méthode : bouquets suspendus ou plantes étalées, à l'abri de la lumière.</p> <p>Pour : feuilles, fleurs, parties aériennes. Durée : 5 à 15 jours.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Doux et naturel ✗ Dépend de l'humidité 	<h4> Séchage au soleil</h4> <p>Méthode : exposition directe, en couche fine.</p> <p>Pour : racines, écorces, graines. ⚠ À éviter pour feuilles et fleurs. Durée : quelques heures</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Rapide ✗ Altère les actifs fragiles
<h4> Séchage au four</h4> <p>Méthode : 40-45 °C, porte entrouverte.</p> <p>Pour : fruits/légumes/graines ou pour petites quantités de feuilles en dépannage. Durée : quelques minutes</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Très rapide ✗ Risque de cuisson 	<h4> Déshydrateur</h4> <p>Méthode : 35-40 °C, flux d'air doux.</p> <p>Pour : feuilles, fleurs, fruits, légumes. Durée : variable selon la machine.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Homogène et maîtrisé ✗ Matériel nécessaire
<h4> Séchage sur claires</h4> <p>Méthode : plantes à plat, retournées régulièrement dans des « cagettes ».</p> <p>Pour : fleurs et feuilles fragiles.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Préserve la forme ✗ Prend de la place 	<h4> séchage au séchoir solaire</h4> <p>Méthode : plantes posées à plat en couche fine sur des « grille » dans un séchoir solaire</p> <p>Pour : fleurs et feuilles</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Homogène et maîtrisé ✗ Besoin de place en extérieur et souvent onéreux

Plante bien sèche = Cassante = Sans humidité = Odeur bien présente

Fiche créée et offerte gratuitement par Chuchotements de Fleurs

Reproduction pour usage commercial interdite



Chuchotements de Fleurs
Audrey



Herbaliste & créatrice bien-être
Eecke (FR - 59)

"Créations végétales pour le corps, le cœur et l'âme"

www.chuchotementsdefleurs.fr
07 52 04 16 68