

## Asparagus acutifolius

Asperge sauvage



## ASPARAGACEAE

Plante vivace commune dans notre région le long des garrigues, au pied des chênes verts ou des oliviers. Dès le début du printemps les méridionaux se lancent à la cueillette des jeunes pousses, les « turions » consommés surtout en omelette. Les tiges piquantes de l'année précédente se couvrent de petites fleurs jaunes très odorantes à l'automne puis de petites boules rouges puis noires. Les asperges contiennent des sels minéraux : manganèse, potassium, fer, magnésium ; elles sont diurétiques.