

Clitoria (Pois bleu)

Clitoria ternatea

Description

Plante grimpante de la famille des Fabacées, originaire d'Asie tropicale, célèbre pour ses fleurs d'un bleu intense. Utilisée traditionnellement comme plante médicinale, colorant alimentaire naturel et ornementale, elle est aussi réputée pour ses effets bénéfiques sur la mémoire et la cognition.

Propriétés

Antioxydante, Anti-inflammatoire, Analgésique, Nootropique (améliore la mémoire), Anxiolytique, Antidiabétique, Antimicrobienne, Hépatoprotectrice

Parties utilisées

Fleurs, Feuilles, Racines / Rhizomes, Graines