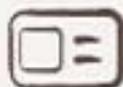


# Bardane



**NOM LATIN**  
*Arctium lappa*



**NOM COMMUN**  
Grande bardane



**FAMILLE**  
Compositae



**TYPE**  
Plante annuelle



**ORIGINE**  
Europe



**PARTIE(S) DE LA PLANTE UTILISÉE(S)**  
Racine

# Qu'est-ce que la bardane ?

La bardane (*Arctium lappa*), originaire d'Europe, est reconnaissable à sa couleur et sa forme caractéristique. Dotée de feuilles larges et rugueuses, on la trouve souvent en bordure de chemin.

## Comment utiliser la bardane

On trouve la bardane sous forme de complément alimentaire (jus, comprimés...) et dans la préparation de soins cosmétiques.

## Les Bienfaits de la bardane

- On utilise sa racine pour sa richesse en inuline (fibre), et en mucilages aux propriétés apaisantes.
- Reconnue pour ses propriétés purifiante et séborégulatrice, la bardane est recommandée pour les peaux grasses à tendance acnéique. Hydratant les zones sèches et purifiant les zones grasses, elle est l'actif idéal pour les peaux mixtes à grasses.
- La Bardane contribue à nettoyer l'organisme (pour 500 mg/j) idéalement en inter-saisons.
- est également utilisée pour le confort digestif (pour 2,5g/j de racine).

# Nos produits à base de bardane



[Concentré détox Bio](#)



[Masque détox purifiant à la bardane](#)



[Gel nettoyant purifiant 150 ml](#)



[Emulsion anti-imperfections](#)





Bardane - Pensée sauvage - Ortie Bio



Crème anti-âge légère



Fluide hydra-matifiant