

Grande Ortie

Urtica dioica L. - Famille des Urticaceae

► DESCRIPTION ◀

Elle atteint 1,50 m. Toute la plante est recouverte de poils urticants hérisrés.

- Ses feuilles dentées sont de couleur vert sombre, légèrement brillantes sur la face supérieure, en forme de cœur à la base et plus pointues au sommet de la plante.
- Ses fleurs très petites, mâles ou femelles, sont portées par des inflorescences en grappes de couleur verdâtre sur des pieds différents. Les grappes sont dressées sur les pieds mâles et pendantes sur les pieds femelles, un bon indice pour les distinguer.

► Le fruit est un akène ovoïde qui reste enveloppé dans deux gros pétales accrescents (qui continuent de croître avec le fruit).

Jadis elle était considérée comme une plante magique, qui permettait de détourner un sort ou de le retourner à son envoyer lorsqu'elle était portée sur soi.



► USAGES ◀

► Alimentaire : d'une valeur nutritionnelle importante, l'ortie est cultivée à des fins alimentaires. Les jeunes feuilles peuvent être mangées crues, mais elles sont surtout consommées cuites, en légumes dans des gratins, des quiches, dans la potée aux orties ou en soupe.

► Médical : en Occident, depuis l'antiquité, l'ortie est considérée comme un hémostatique puissant. De nombreuses vertus lui sont attribuées, notamment les feuilles pour lutter contre l'acné et les problèmes articulaires ou encore la racine prescrite dans le cas de l'adénome bénin de la prostate. Disponible en pharmacie, la plante est inscrite aux pharmacopées française et européenne.

► Artisanal : les bergers du Béarn utilisaient encore récemment les orties pour filtrer le lait destiné à la fabrication du fromage et pour nettoyer les instruments utiles à cette fabrication. Ses fibres étaient utilisées comme fibres végétales à l'instar du lin



► ÉCOLOGIE & HABITAT ◀

Originaire d'Eurasie, elle s'est répandue dans presque toutes les régions tempérées du monde. Elle affectionne les friches rudérales, les prairies, les décombres et les abords des habitations. C'est une plante bio-indicatrice des sols basiques, riches en azote, phosphore et potassium. Elle signale un excès de matières organiques ou une pollution des sols par les oxydes ferriques.

