



POUR MIEUX CONNAÎTRE NOS PLANTES



UNE PÉPINIÈRE ENGAGÉE
pour la biodiversité

ACHILLÉE À FEUILLE DE FOUGÈRE, Achillée eupatoire

ACHILLEA FILIPENDULINA *Asteraceae*

jaune
juin-novembre
1,2 -1,5 m
vivace
soleil
habitat : rocaille
humidité du sol : sec
richesse du sol : pauvre
mellifère



Utilisation: Son pollen est apprécié par les abeilles et les papillons.



ACHILLÉE NOBLE

ACHILLEA NOBILIS *Asteraceae*

blanche, crème

juillet - août

30 - 80 cm

vivace,

plein soleil, soleil, mi-ombre

habitat : rocaille, plate-bande, lisière

humidité du sol : très sec, sec, frais

richesse du sol : très pauvre, pauvre, moyen

médicinale, comestible, odorante



Utilisation: Les jeunes feuilles se mangent en salade et en soupe. Une infusion des jeunes pousses fleuries facilite la digestion et aide en cas de troubles digestifs. Plante rééquilibrante, elle accompagne en cas de problèmes liés à la menstruation, aux insomnies et à la nervosité. En externe, pour nettoyer les plaies et les inflammations.



ACHILLÉE MILLEFEUILLE, Herbe au charpentier

ACHILLEA MILLEFOLIUM *Astéraceae*



blanche

juin-septembre

20-70 cm

vivace

soleil

habitat : prairie, rocaille, balcon et pots, friche

humidité du sol: sec

richesse du sol : pauvre

médicinale, comestible, mellifère



Utilisation: Plante cicatrisante en usage externe, elle possède des propriétés toniques et astringentes.

Les jeunes feuilles sont comestibles.

Son pollen est apprécié par les abeilles.

ANGÉLIQUE DES BOIS, Teucrïde d'Allemagne

ANGELICA SYLVESTRIS *Plantaginaceae*



blanche, rosée

juillet - septembre

100 cm ou plus

vivace, bisannuelle

soleil, mi-ombre, ombre

habitat : plate-bande, lisière, prairie, zone humide

humidité du sol : frais, frais à humide, trempé

richesse du sol : moyen, riche

mellifère, médicinale, comestible



Utilisation: Très bonne plante fourragère pour les abeilles et les oiseaux. Les jeunes feuilles et les tiges s'utilisent frais ou séché pour aromatiser soupes, salades et légumes ou en infusion. Une infusion des racines facilite la digestion et aide contre la toux.

GUIMAUVE

ALTHEA OFFICINALIS *Malvaceae*



blanche

juin-septembre

1m

vivace

soleil

habitat : bord des eaux

humidité du sol : frais

richesse du sol : riche

comestible, médicinale



Utilisation: Cette plante servait jadis à la préparation de la "pâte de guimauve". On consomme racine, feuille, ainsi que les jeunes boutons floraux, fleurs, fruits. Cette plante a des propriétés adoucissantes et laxatives.

AIGREMOINE EUPATOIRE

AGRIMONIA EUPATORIA *Rosaceae*



jaune
juin-septembre
30-60 cm
vivace
mi-ombre
habitat : prés secs, friche
humidité du sol : sec
richesse du sol : pauvre
médicinale, comestible, tinctoriale



Utilisation: On peut faire un thé de ses feuilles aromatiques.

NIELLE DES BLÉS

AGROSTEMMA GITHAGO

Caryophyllaceae



rose
juillet-août
30-100cm
annuelle
soleil
habitat : champs de céréales, prés, bords de route
humidité du sol : sec
richesse du sol : pauvre
messicole, nectarifère



Utilisation: Cette plante autrefois courante dans les champs de céréales est aujourd'hui en voie de raréfaction, à cultiver dans les jardins! Mais attention, les graines riches en saponines sont toxiques.

BUGLE RAMPANTE

AJUGA REPTANS *Lamiaceae*

bleue
avril-juillet
10-40 cm
vivace
mi-ombre
habitat : prés
humidité du sol : frais
richesse du sol : pauvre
comestible, mellifère



Utilisation: Les feuilles sont comestibles crues.



ALCHEMILLE VERT JAUNÂTRE, Alchémille vert jaune

ALCHEMILLA XANTHOCHLORA Rothm. *Rosaceae*



vert jaune

mai-septembre

50 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie fraîche, lisière, bord de ruisseau

humidité du sol : frais à sec

richesse du sol : moyen

comestible, médicinale, tinctoriale



Utilisation: On peut manger les feuilles cuites.

Elle teint la laine en vert.

“Les gouttes de rosée au centre des feuilles étaient employées par les alchimistes, sous le nom d'eau céleste” F.Couplan



ALLIAIRE

ALLIARIA PETIOLATA *Brassicaceae*



blanche
avril-juin
40-80 cm
bisannuelle
mi-ombre
habitat : haies, sous-bois
humidité du sol : frais
richesse du sol : pauvre
comestible



Utilisation: Les feuilles ont une forte odeur et un goût d'ail, elles se consomment crues et cuites.

MUFLIER À FEUILLES DE PÂQUERETTE, Anarrhinante

ANARRHINUM BELLIDIFOLIUM *Scrofulariaceae*

bleu pâle ou violacées

mai-octobre

20-80 cm

bisannuelle ou vivace

soleil

habitat : rocaille, pelouse sèche, talus

humidité du sol: sec

richesse du sol : pauvre

mellifère, toxique



Utilisation: " A été utilisé autrefois pour soigner la cataracte des bovins" G. Ducerf



BUGLOSSE OFFICINALE

ANCHUSA OFFICINALIS *Boraginaceae*



bleue
juin-août
30-60 cm
vivace
soleil
habitat : rocaille
humidité du sol : sec
richesse du sol : très pauvre
nectarifère, médicinale, comestible



Utilisation: On peut consommer les jeunes feuilles.

PHALANGÈRE RAMIFIÉE

ANTHERICUM RAMOSUM *Asparagaceae*



blanche
juin-août
30-60 cm
vivace
soleil

habitat : rocaille, côteau calcaire aride
humidité du sol: sec
richesse du sol : très pauvre
mellifère



ABSINTHE

ARTEMISIA ABSINTHIUM *Asteraceae*



jaune
juillet - septembre
40 - 60 cm
vivace
soleil
habitat : lieux pierreux, espaces incultes
humidité du sol : sec
richesse du sol : pauvre
comestible, médicinale, toxique à haute dose



Utilisation: outre son emploi pour les liqueurs, l'absinthe est parfois utilisée pour parfumer des sauces et des desserts.

En usage externe, elle est cicatrisante et antiseptique.

ANCOLIE COMMUNE

AQUILEGIA VULGARIS *Ranunculaceae*



bleue
mai-juillet
30-100 cm
vivace
mi-ombre
habitat : bois et prés ombragés
humidité du sol: frais
richesse du sol : pauvre
mellifère, toxique



Utilisation: visitée et appréciée par les abeilles mais attention à sa toxicité, la sève peut en effet provoquer des brûlures. Utilisée autrefois pour ses propriétés médicinales mais avec parcimonie.

CAMOMILLE DES TEINTURIERS

ANTHEMIS TINCTORIA *Asteraceae*



jaune
juillet - septembre
60 cm
vivace
soleil
habitat : bords de chemins
humidité du sol : sec
richesse du sol : pauvre
tinctoriale



Utilisation : Belle fleur à couper.
On en extrayait autrefois une teinture jaune.
Elle accepte le calcaire.

ARMERIA DES SABLES

ARMERIA ARENARIA *Plumbaginaceae*



rosée

mai-septembre

20-60 cm

vivace

soleil

habitat : pelouses et lieux sablonneux

humidité du sol : sec

richesse du sol : pauvre



Utilisation: intéressante pour les toitures végétalisées.

ASTER À FEUILLES D'OSYRIS

ASTER LINOSYRIS *Asteraceae*

jaune
août à octobre
60 cm
vivace
soleil
habitat : pelouse sèche, rocaille
humidité du sol: sec
richesse du sol : très pauvre



Utilisation: plante vivace très rustique qui fleurira là où rien ne pousse.



BARBARÉE COMMUNE, herbe de sainte Barbe

BARBAREA VULGARIS *Brassicaceae*



jaune
mai - juillet
20-80 cm
vivace ou bisannuelle
soleil
habitat : lieux frais ou humides
humidité du sol : frais
richesse du sol : riche
comestible



Utilisation : Les jeunes feuilles sont comestibles crues.
La barbaree contient d'importantes quantités de vitamines A et C.

BUPHTALME À FEUILLES DE SAULE, Oeil de Boeuf

BUPHTALMUM SALICIFOLIUM *Asteraceae*



jaune
juin - septembre
20 - 60 cm
vivace
soleil
habitat : rocaille, prairie, plate-bande, ourlet
humidité du sol : très sec, sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre
mellifère, fleur à couper



Utilisation: Une belle plante des prairies alpines avec des fleurs étoilées d'un jaune vif et une longue floraison. La plante fait des belles touffes par ses racines.

CAMPANULE GANTELÉE, Campanule à feuilles d'ortie

CAMPANULA TRACHELIUM

Campanulaceae



bleu

juin - septembre

40 - 100 cm

vivace

soleil, mi-ombre, ombre

habitat : plate-bande, lisière

humidité du sol: sec, frais

richesse du sol : riche, moyen, pauvre

mellifère, comestible



Utilisation: Une des plus grandes campanules d'Europe. Ses fleurs de 5cm attirent de grandes abeilles et des bourdons. On peut récolter les racines dès l'automne jusqu'au printemps. Cuites, elles peuvent être servies en salade et donnent un goût légèrement sucré.

CAMPANULE AGGLOMÉRÉE

CAMPANULA GLOMERATA

Campanulaceae



bleu

juin - septembre

20 - 60 cm

vivace

plein soleil, soleil

habitat : plate-bande, pot et balcon, lisière

humidité du sol: sec, frais

richesse du sol : riche, moyen, pauvre

mellifère, comestible, fleur à couper



Utilisation: Une campanule de taille moyenne qui se répand bien grâce à ses rhizomes et forme de belles colonies sans pour autant devenir gênante. Bonne plante mellifère qui donne de belles fleurs à couper. Elle est aussi belle dans des pots sur le balcon.

CAMPANULE À FEUILLES DE PÊCHER, Bâton de Jacob

CAMPANULA PERSICIFOLIA *Campanulaceae*



bleu
mai - août
40 - 80 cm
vivace
soleil, mi-ombre, ombre
habitat : plate-bande, lisière, balcon et pots
humidité du sol: sec, frais
richesse du sol : moyen, riche
mellifère



CENTAURÉE NOIR

CENTAUREA NIGRA *Asteraceae*

pourpre

juin-septembre

30-60 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie, parterre, balcon et pots

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

comestible, mellifère, médicinale



Utilisation: Les papillons aiment cette plante. Les fleurs peuvent colorer vos salades d'été. Les fleurs et graines étaient utilisées pour leurs facultés antiseptiques, diurétiques et sudorifiques.



CENTAURÉE JACÉE

CENTAUREA JACEA *Asteraceae*

rosée
juin-septembre
20-90 cm
vivace
soleil
habitat : prés
humidité du sol: frais
richesse du sol : moyen
comestible, mellifère



Utilisation: les jeunes feuilles sont consommées comme des légumes.



CAROTTE SAUVAGE

DAUCUS CAROTA *Apiaceae*

blanche ou rosée

mai-octobre

30-80 cm

bisannuelle

soleil

habitat : champs et coteaux

humidité du sol: frais

richesse du sol : moyen

comestible, cosmétique, médicinale



Utilisation: Un des légumes racines les plus consommés actuellement. Propriétés adoucissantes et régénératrices sur la peau. La carotte aide pendant les cures à la détoxification du corps.



OEILLET DES CHARTREUX

DIANTHUS CARTHUSIANORUM *Caryophyllaceae*



rosée
juin-septembre
40 cm
vivace à feuillage persistant
soleil
habitat : rocaille, prairie, balcon et pots
humidité du sol: sec
richesse du sol : très pauvre



Utilisation: Fleur à couper, très bel intérêt estival.

OEILLET MAGNIFIQUE, Mignardise des prés

DIANTHUS SUPERBUS *Caryophyllaceae*



rosée, lilas

juin - septembre

30 - 60 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie, balcon, zone humide

humidité du sol : sec, frais, humide

richesse du sol : riche, moyen, pauvre

comestible et odorante



Utilisation : Les pétales se mangent et décorent desserts et salades.

CABARET-DES-OISEAUX, Cardère sauvage

DIPSACUS FULLONUM *Caprifoliaceae*



rose lilas

juillet - septembre

70 - 150 cm

bisannuelle

plein-soleil, soleil

habitat : prairie, rocaille, plate-bande

humidité du sol: très sec, sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre, très pauvre

mellifère



Utilisation: Une plante magnifique qui attire les insectes et les oiseaux. Ses inflorescences structurent les plantations même l'hiver. Dans ses tiges creuses nichent certaines abeilles sauvages.

VIPÉRINE COMMUNE

ECHIUM VULGARE *Boraginaceae*

bleue ou violacée

mai - août

30 - 80 cm

bisannuelle

soleil

habitat : rocaille

humidité du sol : sec

richesse du sol : pauvre

mellifère, médicinale, comestible



Utilisation: On consomme les jeunes feuilles cuites qui ont le goût de la bourrache.

Propriétés diurétiques.

Plante très appréciés par les abeilles.



EUPATOIRE À FEUILLES DE CHANVRES

EUPATORIUM CANNABINUM *Asteraceae*



rosée

juillet - août

60-120 cm

vivace

mi-ombre

habitat : bois et lieux humides, bords des chemins

humidité du sol : frais

richesse du sol : riche



Utilisation : Mellifère, tinctoriale.

Belle plante mellifère qui attire papillons et abeilles.

REINE-DES-PRÉS, Fausse Spirée

FILIPENDULA ULMARIA *Rosaceae*



blanche

juin - août

50 - 150 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie, plate-bande, zone humide

humidité du sol : frais, humide, trempé

richesse du sol : très riche, riche, moyen

mellifère, comestible, tinctoriale, odorante et
médicinale



Utilisation : Feuilles et fleurs très aromatiques. Elle est utilisée pour le thé ou pour parfumer desserts, sauces et boissons. Très bonne plante fourragère pour papillons. Plante médicinale très importante, elle fut même à l'origine des premiers aspirines.

GAILLET VRAI, CAILLE-LAIT

GALIUM VERUM *Rubiaceae*

jaune
juin - septembre
20-60 cm
vivace
soleil
habitat : prairies et pelouses
humidité du sol: sec
richesse du sol : très pauvre
aromatique et tinctoriale



Utilisation: La plante a été utilisée pour cailler le lait. Elle sert à parfumer des fromages et des sorbets. Les racines colorent la laine en rouge clair ou pourpre suivant le procédé.



GÉRANIUM DES PYRÉNÉES

GERANIUM PYRENAICUM *Geraniaceae*



violet bleuâtre

avril - octobre

30 - 60 cm

bisanuelle

soleil, mi-ombre

habitat : rocaille, prairie, plate-bande, pots

humidité du sol : sec - frais

richesse du sol : riche, moyen, pauvre



JULIENNE DES DAMES

HESPERIS MATRONALIS *Brassicaceae*



jaune
mai - juillet
40 - 100 cm
bisanuelle
soleil, mi-ombre
habitat : plate-bande, lisière, sous-bois
humidité du sol: sec - frais
richesse du sol : très riche, riche, moyen
mellifère, odorante, comestible



Utilisation: Le soir, la plante diffuse un parfum agréable.
Les jeunes feuilles se mangent crues ou cuites.
Belle fleur à couper.

HYSOPE OFFICINALE, Hysope officinale

HYSSOPUS OFFICINALIS *Lamiaceae*



bleu violet

juillet - septembre

30 - 60 cm

vivace

plein soleil, soleil

habitat : rocaille, plate-bande, pot

humidité du sol: très sec, sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre, très pauvre

mellifère, médicinale, aromatique



Utilisation: Feuilles et sommités fleuries ont un arôme chaud et agréable et parfument salades et plats divers. La plante est expectorante, stimulante et stomachique. En usage externe elle est cicatrisante.

HYSOPE ROSE, *Hysope officinale rose*

HYSSOPUS OFFICINALIS ROSEA

Lamiaceae



rose

juillet - septembre

30 - 60 cm

vivace

plein soleil, soleil

habitat : rocaille, plate-bande, pot

humidité du sol : très sec, sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre, très pauvre

mellifère, médicinale, aromatique



Utilisation: Feuilles et sommités fleuries ont un arôme chaud et agréable et parfument salades et plats divers. La plante est expectorante, stimulante et stomachique. En usage externe elle est cicatrisante.

PASTEL DES TEINTURIERS, Guède

ISATIS TINCTORIA *Brassicaceae*

jaune
mai - juin
50 - 120 cm
bisannuelle
plein soleil, soleil
habitat : rocaille, friche
humidité du sol: sec - frais
richesse du sol : moyen, pauvre, très pauvre
mellifère, tinctoriale



Utilisation: Autrefois cultivée pour la teinture - ses feuilles fournissaient l'indigo indigène. C'est un fourrage précoce.



KNAUTIE DES CHAMPS, Scabieuse des champs

KNAUTIA ARVENSIS *Caprifoliaceae*



violet
juin - août
30 - 100 cm
vivace
soleil - mi-ombre
habitat : prairie
humidité du sol: sec - frais
richesse du sol : moyen - pauvre
mellifère



Utilisation: Les jeunes feuilles en rosette sont récoltées au printemps et bouillies. On peut les consommer en légumes ou en soupe.

KOELERIE BLEUE

KOELERIA GLAUCA *Poaceae*

paille
mai / juillet
40 cm
graminées
soleil / mi-ombre
habitat : rocaille
humidité du sol : sec / frais
richesse du sol : pauvre



MARGUERITE, Marguerite commune

LEUCANTHEMUM VULGARE *Asteraceae*



blanc
juin-septembre
100 cm
vivace
soleil
habitat : prairie, plate-bande
humidité du sol: sec - frais
richesse du sol : moyen - pauvre
mellifère, comestible



Utilisation: les jeunes pousses et les feuilles se mangent en salade ou en soupe

LIN VIVACE

LINUM PERENNE *Linaceae*

bleue
juin-août
20-60 cm
vivace
plein soleil, soleil
habitat : rocaille, plate-bande, balcon et pots
humidité du sol : sec
richesse du sol : moyen, pauvre, très pauvre



Utilisation: Belle vivace avec une longue floraison pour la rocaille, des pots ou sur les toitures végétalisées



LOTIER CORNICULÉ, Cornette

LOTUS CORNICULATUS *Lamiaceae*



jaune rougeâtre

mai-août

10-30 cm

vivace

soleil

habitat : prairie, lisière, friche

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : très pauvre, pauvre, moyen

mellifère



Utilisation: Importante nourriture pour les chenilles de divers papillons et plante mellifère...

Résiste bien au piétinement et peut s'utiliser aussi sur des toitures végétalisées, tapissante

AGRIPAUME CARDIAQUE, coeur de lion

LEONURUS CARDIACA *Lamiaceae*



rose
juin-septembre
100 cm
vivace
soleil
habitat : lisière
humidité du sol: frais
richesse du sol : riche
médicinale



Utilisation: Plante médicinale importante, elle calme la nervosité, régule le rythme cardiaque, facilite la digestion...
Plante condimentaire

SILÈNE FLEUR DE COUCOU, Fleur de coucou

LYCHNIS FLOS-CUCULI *Caryophyllaceae*



rose
mai - juillet
30 - 50 cm
bisannuelle
soleil, mi-ombre, ombre
habitat : prairie, zone humide, plate-bande,
humidité du sol: frais, humide, trempé
richesse du sol : riche, moyen, pauvre
mellifère



Utilisation: La fleur de coucou , avec ses pétales découpés d'un rose vive, développe son meilleur effet plantée en groupe. Elle se ressème bien toute seule.

GRANDE MAUVE, Mauve des bois

MALVA SYLVESTRIS *Malvaceae*

rose violacée

juin - octobre

40 - 120 cm

bisannuelle, vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie, lisière, friche, pot & balcon

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : pauvre, moyen

médicinale, mellifère, comestible



Utilisation: Les feuilles se mangent en salade ou cuit. Les boutons floraux, fleurs et jeunes fruits se mangent cru ou cuits et se conservent au vinaigre. Les fleurs en thé aident contre les rhumes et des problèmes digestives.



CERFEUIL DES ALPES, Cistre

MEUM ATHAMANTICUM *Apiaceae*



blanc-rose

mai-juillet

20-50 cm

vivace

plein soleil, soleil

habitat : prairie, lisière, friche

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : pauvre, moyen

mellifère, comestible, médicinale



Utilisation: Feuilles et tiges tendres sont très aromatiques (dans les salades et sauces). Les fruits servent de condiment. La plante est apéritive, expectorante et antiseptique. Très bonne plante fourragère

MÉLIQUE CILIÉE

MELICA CILIATA *Poaceae*

jaune pâle
mai - juillet
30-70 cm
graminée
soleil

habitat : friche, plate-bande, balcon & pots
humidité du sol: sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre



Utilisation: Très belle graminée avec un épi doux et aéré.
Beau port.



MUSCARI À TOUPET, Muscari chevelu

MUSCARI COMOSUM

Asparagaceae



violet
avril-juillet
20-50 cm
vivace
soleil

habitat : prairie, lisière, rocaille

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : pauvre, moyen

comestible



Utilisation: Dans le sud de l'Europe, les bulbes sont consommés cuits ou au vinaigre. Récolte avant l'apparition de la hampe florale. Tremper 1-2 jours dans l'eau.

CERFEUIL ANISÉ, Cerfeuil musqué

MYRRHIS ODORATA *Apiaceae*

blanche

mai-juillet

50-150 cm

vivace

soleil, mi-ombre, ombre

habitat : lisière, plate-bande, balcon & pots

humidité du sol : frais

richesse du sol : moyen

mellifère, comestible, médicinale, odorante



Utilisation: Tous les parties se mangent. Les feuilles ont un goût sucré d'anis et sont bonnes dans des salades, soupes, boissons etc. Les graines s'utilisent comme de l'anis. Elle est tonique et diurétique.



MARRUBE BLANC

MARRUBIUM VULGARE *Lamiaceae*



blanche

mai - septembre

30 - 80 cm

vivace

soleil

habitat : rocaille

humidité du sol : sec

richesse du sol : très pauvre

médicinale, mellifère, comestible



Utilisation: Le marrube est tonique, expectorant et diurétique, on en fait un sirop et des bonbons contre la toux. Ses jeunes pousses peuvent être consommées cuites. Les fleurs du marrube sont visitées par les insectes pour le nectar.

CHATAIRE, Menthe des chats

NEPETA CATARIA *Lamiaceae*

blanche ponctué de rouge

juin - septembre

40 - 80 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : rocaille , plate-bande, balcon et pots

humidité du sol: sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, médicinale, aromatique,



Utilisation: Son arôme rappelle la menthe. Avec ses feuilles on prépare une infusion délicieuses qui aide contre les rhumes et les problèmes d'estomac. Les chats, ainsi que les papillons diurnes et nocturnes aiment cette plante.



ORIGAN DE GRÈCE, ORIGANUM VULGAE SSP HIRTUM

Lamiaceae



blanche
juillet - septembre
30-50 cm
vivace
soleil, mi-ombre
habitat : lisière, rocaille balcon & pots
humidité du sol : sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre
mellifère, comestible, médicinale, aromatique



Utilisation: L'origan avec l'arôme le plus intense. Cette variété garde son arôme poivrée et sauvage même après le séchage. Le plus aromatique sont les inflorescences. Un délice en cuisine! Stomachique et stimulante, se prend en infusion

MARJOLAINE SAUVAGE, Origan

ORIGANUM VULGARE *Lamiaceae*



rose
juillet - septembre
30-70 cm
vivace
soleil, mi-ombre
habitat : lisière, prairie, friche, balcon & pots
humidité du sol: sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre
mellifère, comestible, médicinale, aromatique



Utilisation: Stomachique et stimulante, se prend en infusion. Les sommités fleuries et les feuilles parfument, fraîches ou sèches, salades, plats à viande et légumes, sauces, pâtes et pizzas.

BOUCAGE SAXIFRAGE, Persil de Bouc

PIMPINELLA SAXIFRAGA *Apiaceae*



blanche

juin - septembre

20 - 60 cm

vivace

soleil

habitat : prairie, lisière, friches

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, comestible, aromatique



Utilisation: Nourriture pour papillons et coléoptères
Les jeunes feuilles sont de saveur agréable et aromatiques et se mangent avec des salades, soupes et sauces. Les jeunes pousses se mangent cuites.

RAIPONCE EN ÉPI

PHYTEUMA SPICATUM *Campanulaceae*



bleu clair

mai-août

30-70 cm

vivace

soleil, mi-ombre, ombre

habitat : lisière, sous-bois, balcon & pots

humidité du sol : frais

richesse du sol : moyen

mellifère, comestible



Utilisation: Les racines et les feuilles se mangent crues (piquantes) ou cuites (sucrées et douces comme la châtaigne). Les jeunes pousses florales sont savoureuses et décorent les salades.

BRUNELLE COMMUN, Herbe au charpentier

PRUNELLA GRANDIFLORA *Lamiaceae*



bleu violet

juin - août

10 - 40 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : lisière, prairie, sous-bois balcon & pots

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, comestible, aromatique



Utilisation: Couvre sol persistant et fiable
Les jeunes feuilles des rosettes complètent des salades, légumes ou soupes. Elles peuvent être séchées et utilisées comme herbe aromatique. Plante pour abeilles et papillons.

MARJOLAINE SAUVAGE, Origan

ORIGANUM VULGARE *Lamiaceae*



rose
juillet - septembre
30-70 cm
vivace
soleil, mi-ombre
habitat : lisière, prairie, friche, balcon & pots
humidité du sol: sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre
mellifère, comestible, médicinale, aromatique



Utilisation: Stomachique et stimulante, se prend en infusion. Les sommités fleuries et les feuilles parfument, fraîches ou sèches, salades, plats à viande et légumes, sauces, pâtes et pizzas.

BRUNELLE COMMUN, Herbe au charpentier

PRUNELLA VULGARIS

Lamiaceae



bleu violet

juin - septembre

10 - 40 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : lisière, prairie, sous-bois balcon & pots

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, comestible, aromatique



Utilisation: Couvre sol persistant.

Les jeunes feuilles des rosettes complètent des salades, légumes ou soupes. Elles peuvent être séchées et utilisées comme herbe aromatique.

RÉSÉDA DES TEINTURIERS, Gaude

RESEDA LUTEOLA *Resedaceae*



jaune
mai - septembre
60 - 120 cm
bisanuelle
soleil
habitat : friche, rocaille
humidité du sol : sec, frais
richesse du sol : moyen, riche
mellifère



Utilisation: Plante tinctoriale qui teint laine et soie en jaune

BÉTOINE

STACHIS OFFICINALIS, *Betonica officinalis* *Lamiaceae*



rosée
juillet-octobre
60 cm
vivace
mi-ombre
habitat : prairies et landes
humidité du sol: frais
richesse du sol : pauvre
comestible, mellifère et médicinale



Utilisation: les jeunes pousses sont consommées comme des légumes et les jeunes feuilles sont comestibles crues.

SAUGE DES PRÉS, Sauge commune

SALVIA PRATENSIS *Lamiaceae*



bleue
avril - septembre
30 - 70 cm
vivace
plein soleil, soleil
habitat : prairie, lisière, plate-bande, balcon
humidité du sol : sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre
mellifère, aromatique, médicinale



Utilisation: Les jeunes feuilles, au goût plus discret que la sauge officinale, aromatisent les plats de légumes, de viande et de poisson. Les fleurs décorent les salades. Les feuilles se mangent en beignets.

SAUGE SCLARÉE

SALVIA SCLAREA *lamiaceae*

rose, violette

juin - septembre

45-100 cm

bisannuelle ou vivace (courte vie)

soleil

habitat : chemins, lisière, plate-bande, balcon

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : très pauvre

mellifère, comestible, odorante



Utilisation : Ses fleurs dégagent une très bonne odeur. Elles aromatisent desserts et boissons et donnent aux confitures le goût d'ananas. Plante utilisée dans la parfumerie. En infusion elles sont censées aider à la digestion.



PETITE PIMPRENELLE, Petite Sanguisorbe

SANGUISORBA MINOR *Rosaceae*



vert-rouge

mai - août

30 - 50 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : lisière, prairie, balcon & pots

humidité du sol: sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, aromatique, comestible



Utilisation: Les feuilles, avec leur goût de concombre et noix, sont excellentes en salade. Elles sont riches en vitamines et minéraux.

COMPAGNON ROUGE, Silène dioïque

SILENE DIOICA *Caryophyllaceae*

rose, carmine

mai - août

30 - 50 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : lisière, prairie, sous-bois

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère



Utilisation: Belle plante pour les prairies fraîches et dans des bois et lisières à mi-ombre.

La racine était utilisée comme savon.



COMPAGON BLANC, Silène à larges feuilles

SILENE LATIFOLIA *Caryophyllaceae*



blanche

juin - septembre

50 - 100 cm

vivace

plein-soleil, soleil, mi-ombre

habitat : lisière, prairie, sous-bois

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, odorante



Utilisation: Belle plante pour les prairies fraîches et les lisières de bois. La racine était utilisée comme savon. Les jeunes pousses se mangent crues ou blanchies et ont un goût légèrement sucré.

SILÈNE ENFLÉ, Silène commun

SILENE VULGARIS *Caryophyllaceae*



blanche

mai - septembre

20 - 50 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie, parterre, pots et balcon

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, comestible, fleur à couper



Utilisation: Les jeunes pousses riche en vitamine A et C peuvent être consommées comme salade, légume ou dans les soupes. Elles ont un goût doux et épicé qui rappelle les petits pois. Belle fleurs à sécher.

SOLIDAGE VERGE D'OR, Herbe des Juifs

SOLIDAGO VIRGAUREA *Asteraceae*



jaune
juillet - octobre
20 - 50 cm
vivace
soleil
habitat : prairie, parterre
humidité du sol: sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre
mellifère, comestible, médicinale



Utilisation: Les fleurs sont souvent visité par les abeilles sauvages, des papillons et des syrphes. Plante tinctoriale qui donne une couleur jaune d'or. Les jeunes pousses peuvent être mangé cuit au printemps. La plante était utilisé pour soigner les reins et la vessie.

CHARDON MARIE, Artichaut sauvage

SILYBUM MARIANUM

Asteraceae



pourpre

juin - août

50 - 150 cm

bisannuelle

soleil

habitat : rocaille, lisière, plate-bande,
humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, médicinale



Utilisation: Un chardon avec un feuillage remarquable, strié de blanc. Avec un peu de sol ouvert autour d'elle, la plante se resème très bien.

Ses graines sont utilisés pour protéger et régénérer le foie.

SCABIEUSE COLOMBAIRE

SCABIOSA COLUMBARIA *Caprifoliaceae*



bleu clair

juin - octobre

20 - 60 cm

vivace

soleil

habitat : rocaille, prairie, plate-bande, pots

humidité du sol : très sec, sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, fleur à couper



Utilisation: Une plante filigrane mais très rustique qui fait son effet en groupe ou dans les interstices des parterres. Elle attire divers abeilles sauvages et papillons, ce qui donne encore plus de vie à votre jardin.

SAPONAIRE OFFICINALE, Herbe à savon

SAPONARIA OFFICINALIS *Caryophyllaceae*



rose pâle

juin - septembre

30 - 80 cm

vivace

plein-soleil, soleil

habitat : lisière, prairie, plate-bande

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : riche, moyen, pauvre

mellifère, odorante, médicinale



Utilisation: La racine est utilisée comme savon et lessive douce. Elle est aussi employée contre la bronchite. Le soir, les fleurs déploient leur odeur et attirent les papillons de nuit mais aussi les abeilles sauvages.

TANAISIE, Herbe aux vers

TANACETUM VULGARE *Asteraceae*



jaune
juillet - septembre
80 - 120 cm
vivace
plein-soleil, soleil, mi-ombre
habitat : lisière, prairie, friche, plate-bande
humidité du sol : sec, frais
richesse du sol : riche, moyen, pauvre
mellifère, odorante



Utilisation: Très odorante - chasse les insectes des maisons.
Plante compagne du potager - insectifuge, insecticide, fongicide (rouille et mildiou)

CHRYSANTHÈME EN CORYMBES, Tanaisie en corymbes

TANACETUM CORYMBOSUM *Asteraceae*



blanche

juin - août

50 - 100 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie, rocaille , ourlet

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, fleur à couper



Utilisation: Plante rustique avec beaucoup de fleurs.
Un terrain de jeux pour de multiples insectes et une belle fleur à couper.

GERMANDRÉE SCORODOINE, Sauge des bois

TEUCRIUM SCORODONIA *Lamiaceae*



jaunâtre

juillet - septembre

30 - 60 cm

vivace

soleil, mi-ombre, ombre

habitat : plate-bande, lisière, pied d'arbre

humidité du sol : sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère, médicinale, aromatique, persistante



Utilisation: On prépare des très bons vins apéritifs avec les feuilles. La plante est antiseptique, cholagogue et stomachique. Une des rares persistantes qui supportent l'ombre et un sol sec. Une très bonne plante mellifère.

SALSIFIS DES PRÉS, Barbe-bouc

TRAGOPOGON PRATENSIS

Asteraceae



jaune
mai - juillet
40 - 70 cm
bisannuelle
plein-soleil, soleil
habitat : prairie, lisière
humidité du sol : sec, frais
richesse du sol : riche, moyen,
comestible



Utilisation: Les jeunes feuilles se mangent en salade.
Les boutons floraux, tendres et agréablement sucrés se mangent crus ou légèrement cuits à la poêle ou la vapeur.
Un délice du printemps.

SALSIFIS À FEUILLES DE CROCUS

TRAGOPOGON CROCIFOLIUS *Asteraceae*



pourpre et jaune
mai - juillet
40 - 70 cm
bisanuelle
plein-soleil, soleil soleil
habitat : pelouses
humidité du sol: sec
richesse du sol : riche, moyen,



F.G

Utilisation: Les racines sont mangées depuis l'antiquité, les feuilles peuvent être mangées en salades ou cuites en soupe.
F. Couplan

VALÉRIANE À PETITES FEUILLES, Valériane officinale

VALERIANA OFFICINALIS *Caprifoliaceae*



rosée
mai-juillet
50 - 120 cm
vivace
soleil, mi-ombre, ombre
habitat : lisière, sous-bois, plate-bande
humidité du sol : sec, frais
richesse du sol : riche, moyen, pauvre
mellifère, odorante, médicinale, comestible



Utilisation: Feuilles et fleurs bonnes à manger en salade.
Très bon rééquilibrant du système nerveux. Toxique à haute dose. Stimulant biologique sur un compost.
Attire les chats.

MOLÈNE À FLEURS DENSES, Molène faux bouillon blanc

VERBASCUM DENSIFLORUM *Scrophulariaceae*



rosée
juin - octobre
70 - 150 cm
bisannuelle
plein-soleil, soleil
habitat : plate-bande, friche
humidité du sol: sec, frais
richesse du sol : riche, moyen, pauvre
mellifère, médicinale



Utilisation: Plante nourricière pour des papillons et autres insectes. Une infusion de fleurs peut aider contre la toux et la bronchite.

Belle plante avec un bel effet à distance.

MOLÈNE BOUILLON BLANC, Oreille-de-Loup

VERBASCUM THAPSUS *Scrophulariaceae*



rosée
juin - octobre
50 - 120 cm
bisanuelle
plein-soleil, soleil
habitat : plate-bande, friche
humidité du sol : sec, frais
richesse du sol : riche, moyen, pauvre
mellifère, médicinale



Utilisation: Plante nourricière pour des papillons et autres insectes. Une infusion de fleurs peut aider contre la toux et la bronchite.

Belle plante avec un bel effet à distance.

VÉRONIQUE GERMANDRÉE, Teucride d'Allemagne

VERONICA TEUCRIUM *Plantaginaceae*



bleu
mai - juillet
20 - 40 cm
vivace
plein-soleil, soleil
habitat : rocaille, plate-bande, balcon et pots
humidité du sol : très sec, sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre, très pauvre
mellifère, fleur à couper



Utilisation: Très bonne plante fourragère pour les abeilles et les papillons. Elle se développe avec le temps, pour former de belles touffes qui font de l'effet même à distance.

PEUCÉDOINE D'ALSACE, Fleur de coucou

XANTHOSELINUM (PEUCEDANUM) ALSATICUM *Apiaceae*



blanc , crème

juillet - septembre

50 - 120 cm

vivace

soleil, mi-ombre

habitat : prairie, lisière, plate-bande,

humidité du sol: sec, frais

richesse du sol : moyen, pauvre

mellifère



Utilisation: Grande ombellifère avec un port graphique et aérien. Planté devant des arbustes ou pour structurer le fond des parterres, elle fait effet. Des insectes avec une trompe courte aiment chercher son nectar.

LINAIRE COMMUNE, Chasse-venin

LINARIA VULGARIS *Plantaginaceae*



jaune
juin - octobre
20 - 600 cm
vivace
soleil, mi-ombre
habitat : prairie, lisière, friche, balcon et pots
humidité du sol: sec, frais
richesse du sol : moyen, pauvre
mellifère, médicinale



Utilisation: Les fleurs de la linaria ponctuent la végétation automnale avec leur jaune prononcé.
La plante est anti-inflammatoire, diurétique et laxative. En usage externe. La plante contient des substances toxiques.

OSMIE

Fabienne Guisle & Philipp Schröter

Centre agroécologique «La Rivoire»

42220 Saint-Julien-Molin-Molette

contact@osmie-paysage.fr

tel : 06 44 06 09 80

www.osmie-paysage.fr

