



GUIDE PLANTES BIO INDICATRICES



INTRODUCTION

Les plantes bio-indicatrices sont des plantes qui poussent spontanément sur un lieu donné et apportent des indications sur la nature et l'état des sols.

Le sol est un énorme réservoir de graines. Ces graines ne germent pas tant que des conditions particulières ne sont pas réunies. Elles sont dites « en dormance ».

Les conditions particulières à la levée de la dormance des graines et donc à leur germination sont : la géologie, la nature du sol, la quantité et la nature de la matière organique, la quantité et la nature des éléments minéraux, le climat, l'hydrologie et l'environnement végétal.

Le cultivateur va s'intéresser à ces plantes pour avoir des indications sur l'évolution de ses sols et identifier d'éventuels problèmes.

Attention toutefois à ne pas tirer de conclusions hâtives. L'identification des plantes bio-indicatrices est un pré-diagnostic qui permet d'avoir des indices sur une éventuelle problématique par l'abondance de la plante identifiée et la présence de plusieurs plantes indiquant le même problème.

C'est une alerte qui permet de déclencher des investigations plus poussées : analyses de sol, test-bêche, fosses etc...

Cet ouvrage recense une trentaine de plantes bio-indicatrices, les plus fréquentes dans les vignobles de Gironde, mais également celles offrant un intérêt en phytothérapie dans l'accompagnement des vignes par les extraits végétaux.

Ce livre n'est pas une clé de détermination et les espèces n'y sont décrites que succinctement, cependant les espèces retenues sont courantes et faciles à reconnaître à partir d'une photo. De plus, les moyens numériques modernes permettent maintenant d'identifier rapidement des espèces végétales à l'aide d'applications.

A destination des viticulteurs de Gironde, ce fascicule peut être également utilisé par l'ensemble des viticulteurs du grand Sud-Ouest. La plupart des plantes contenues pourront y être trouvées.



• AGROBIO GIRONDE •



• BIO NOUVELLE-AQUITAINE •



• FNAB •

RETROUVEZ NOS ACTUALITÉS TECHNIQUES SUR
WWW.BIONOUELLEAQUITAINE.COM

SOMMAIRE

P.2 Achillée millefeuille
P.3 Amaranthe réfléchie
P.4 Souci des champs
P.5 Chénopode blanc
P.6 Liseron des champs
P.7 Erigéron du Canada
P.8 Pomme épineuse
P.9 Prêle des champs
P.10 Géranium disséqué

P.11 Lierre grimpant
P.12 Épervière piloselle
P.13 Millepertuis perforé
P.14 Mauve sylvestre
P.15 Camomille matricaire
P.16 Luzerne maculée
P.17 Menthe odorante
P.18 Mercuriale annuelle
P.19 Dame de onze heure

P.20 Plantain Lancéolé
P.21 Pourpier
P.22 Potentille rampante
P.23 Rumex à feuille obtuse
P.24 Séneçon commun
P.25 Mouron blanc
P.26 Pissenlit
P.27 Mâche des champs
P.28 Véronique de perse



ACHILLÉE MILLEFEUILLE, *ACHILLEA MILLEFOLIUM*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASTERACÉES

L'Achillée millefeuille est une plante à rhizome et système racinaire traçant. Reconnaisable par ses feuilles très découpées, ses fleurs sont regroupées en capitules souvent blanches qui peuvent être également rosées.

BIOTOPE PRIMAIRE

Caractéristique des prairies

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Perte de matière organique sévère due à des traumatismes du sol : labour trop profond, surpâturage...

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

C'est une plante riche en soufre. Dans la lutte contre l'Oïdium, par forte chaleur, elle permet, ajoutée au soufre mouillable, de diminuer les dégâts de brûlures de celui-ci et de renforcer son efficacité. Elle apaise également la vigne lors de stress climatique. Utilisée en tisane à 10 g/ha de sommité fleurie sèche. L'Achillée est également utilisée en biodynamie pour améliorer les composts.

HUMAINE

Les sommités fleuries peuvent être consommées en tisane pour traiter les problèmes circulatoires. Elle est également hémostatique, anti-inflammatoire, analgésique et anti-fongique.

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'Achillée est également appelée l'herbe aux militaires ou l'herbe aux charpentiers. Elle tire son nom de la légende d'Achille qui s'en servit pour soigner les blessures de son roi.

EN CUISINE



Comestible, au goût piquant et camphré, les fleurs et jeunes pousses peuvent être utilisées comme condiment dans les salades.



AMARANTHE RÉFLÉCHIE, *AMARANTHUS RETROFLEXUS*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASPARAGACÉES

L'Amaranthe réfléchie peut mesurer de 20 à 80 cm de hauteur. Elle est couverte de poils et la tige dressée porte des feuilles simples d'un vert pâle. Les fleurs verdâtres sont groupées en épis épais le long de la tige et en une panicule terminale compacte.

BIOTOPE PRIMAIRE

Originaires d'Amérique, elles se sont naturalisées dans les forêts alluviales, les lisières et clairières forestières.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Liée au cycle de la potasse et de l'azote. Son apparition au printemps indique des apports d'engrais potassiques trop importants. Au contraire, son apparition à l'automne indique un manque de potasse ou d'azote au printemps, dû à un apport trop important de matière organique carbonnée fraîche et à une vie du sol qui peine à la décomposer.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

Pas d'usage répertorié.

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'Amarante réfléchie a été utilisée pour une multitude de fins alimentaires et médicinales par de nombreux groupes amérindiens. Elle est également utilisée dans l'état indien du Kerala pour préparer un plat populaire connu sous le nom de Thoran en combinant les feuilles finement découpées avec de la noix de coco râpée, des piments, de l'ail et du curcuma.

EN CUISINE



Les graines peuvent être consommées comme des céréales. Les jeunes pousses et les feuilles sont également comestibles crues ou cuites.



> SOUCI DES CHAMPS, *CALENDULA ARVENSIS*

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASTÉRACÉES

Plante possédant une racine principale grêle. Haute de 10 à 30 cm, elle pousse souvent en colonie. L'inflorescence est un capitule typique des astéracées, dont la couleur peut varier de jaune pâle à orange vif. Elle commence à fleurir très tôt à la fin de l'hiver et ses fleurs s'ouvrent et se ferment au rythme de l'apparition du soleil.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols riches en matière organique, filtrants, avec faible pouvoir de rétention. Erosion par manque de couverture du sol. Complexe argilo-humique défaillant.

BIOTOPE PRIMAIRE

Caractéristique des garrigues et maquis méditerranéens

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Une tisane de fleurs de Souci (10 g/ha) aide à la cicatrisation après un épisode de grêle. Elle a également des effets positifs sur la santé générale des végétaux.

HUMAINE

En médecine, le Souci des champs a les mêmes propriétés que le Souci officinal. On peut en réaliser des baumes cicatrisants et apaisants pour la peau.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Son nom latin *Calendula*, vient de la même racine que le mot calendrier. Cela fait référence au fait que la plante fleurit presque toute l'année.

EN CUISINE



Comestibles, les boutons floraux peuvent être confits au vinaigre avant qu'ils ne s'ouvrent. On peut aussi les faire « sauter » pour accompagner les grillades. Les fleurs crues agrémentent les salades. On peut aussi en collecter les pétales et les ajouter au dernier moment au riz et aux pâtes. Elles y apportent de la couleur et une tonalité douce-amère agréable.



CHÉNOPODE BLANC, ***CHENOPODIUM ALBUM***

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES AMARANTACÉES

Le Chénopode blanc est une plante dressée mesurant de 30 cm à 2 m de haut. Sa tige est érigée, dure, ramifiée. Ses feuilles, vertes au-dessus, sont farineuses en-dessous. Ses fleurs sont groupées en glomérules et également farineuses. Ses racines sont superficielles et s'étalent en étoile, plus d'un mètre autour de la tige.

BIOTOPE PRIMAIRE

Bras morts des rivières et ripisylves des vallées alluviales. Très présente dans les lieux cultivés, elle est originaire d'Europe, du Moyen-Orient et de l'Afrique du Nord. C'est souvent une des premières à coloniser les sols fraîchement perturbés.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Le Chénopode blanc est une plante nitrophile caractéristique des libérations brutales d'azote. Elle peut indiquer des excès d'épandage de matière organique animale mal compostée ou des travaux du sol effectués par temps trop sec.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

Cette plante possède des propriétés rafraîchissantes et sédatives, elle peut être utilisée dans les régimes amincissants. Les feuilles sont très riches en protéines, vitamines A et C ainsi qu'en calcium.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Plante aux multiples usages, un colorant vert est obtenu à partir des jeunes pousses. Les racines fraîches écrasées donnent un substitut de savon doux, grâce à la saponine qu'elles contiennent.

EN CUISINE



C'est une bonne comestible, les extrémités et jeunes pousses peuvent être consommées cuites comme celles de proches cousins les épinards. Ne pas consommer cru car elle contient de l'acide oxalique néfaste pour la santé.



LISERON DES CHAMPS, *CONVOLVULUS ARVENSIS*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES CONVULVULACÉES

Le Liseron des champs est une plante rampante et grimpante, elle peut atteindre jusqu'à 2 m de long. Ses fleurs solitaires sont blanches ou roses rayées de blanc avec une légère odeur anisée. Fréquent dans les vignobles, on n'aime toutefois pas trop l'y trouver. Son rhizome peut être très long et le travail du sol le dissémine rapidement. C'est une adventice qui peut entrer en compétition pour la lumière avec les plantes qu'elle prend pour support. Elle participe aussi (quand elle encombre la haie foliaire) à la création d'un microclimat humide, favorable aux maladies cryptogamiques.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Excès de matière organique animale ou de nitrate d'ammonium avec une probable saturation du complexe argilo-humique par l'azote.

BIOTOPE PRIMAIRE

Vallées alluviales dont les sols sont engorgés d'éléments nutritifs.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

En médecine, sa racine récoltée en été est utilisée comme purgatif et laxatif. Ses feuilles infusées ont les mêmes propriétés. Attention, ne pas utiliser sans avis médical.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Malgré son caractère envahissant, le Liseron des champs a pour avantage d'attirer les syrphes (auxiliaires prédateurs généralistes) et de favoriser les bons mycorhizes dans les sols qu'il colonise (propriétés à utiliser plutôt au jardin qu'au vignoble !).

EN CUISINE



Plante toxique.



ERIGÉRON DU CANADA, *CONYZA CANADENSIS*

HERBACÉE ANNUELLE DE LA FAMILLE DES ASTÉRACÉES

De taille variable, l'Érigéron peut atteindre jusqu'à 1,5 m de haut, et ainsi dépasser la hauteur des vignes. Bien connu des viticulteurs, son fort potentiel de développement peut en faire un vrai concurrent pour la vigne et parfois devenir ingérable dans les vignobles conventionnels dés herbés chimiquement. Fauchée, la plante reprend de plus belle en multipliant les sorties de tiges. Les tiges coupées tardivement sont ligneuses, dures et gênantes pour la circulation dans les parcelles.

BIOTOPE PRIMAIRE

Cette plante arrivée du continent américain sur le sol français vers 1650 a colonisé l'ensemble du territoire en 150 ans. Elle affectionne les sables et limons des vallées alluviales et delta de fleuves.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Compactage des sols riches en base.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

Vertus antispasmodiques, anti-inflammatoires et anti-rhumatismales.

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'Érigéron du Canada est aussi appelé Vergette. On dit parfois que cette plante servait autrefois de verges (fouets) pour punir les enfants, d'où son nom. En réalité, sa dénomination provient de virga qui signifie pousse en latin, en partie en raison de ses longs rameaux flexibles et souples.

EN CUISINE



Toutes les parties aériennes de la plante sont comestibles, aromatiques au goût légèrement poivré et évoquant aussi le poivron. Elles peuvent être consommées crues ou brièvement cuites.



POMME ÉPINEUSE, ***DATURA STRAMONIUM***

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES SOLANACÉES

Le Datura pomme à épine est une plante que l'on voit quelque fois lever sur des parcelles arrachées aux sols perturbés. Plante annuelle à racine pivotante, elle peut mesurer jusqu'à 1 m de haut. Très caractéristique, elle ne peut se confondre avec aucune autre plante ! Feuilles ovales vert foncé, très dentées. Fleurs blanches à rosées en forme d'entonnoir, fruits en capsule recouverts d'épines.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols pollués par les eaux lors de crues, par des pollutions d'origine agricole (engrais, pesticides), ou d'origine urbaine. Le Datura peut également indiquer une salinisation des sols, notamment dans les zones littorales.

BIOTOPE PRIMAIRE

Originnaire d'Amérique, elle a colonisé les sables et limons des rivières de toute la France, mais thermophile, elle préfère le sud !

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

Très toxique, elle n'est utilisée qu'en homéopathie.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Jadis, Datura stramonium était considérée comme une plante magique associée à la magie noire. La pomme épineuse en onguent, en philtre ou en fumée provoque la déconnexion du réel, hallucinations et sommeil. Ses effets délétères l'ont fait surnommer l'herbe aux fous.

EN CUISINE



Très toxique voire mortelle. Ne pas la désherber sans gants !



PRÊLE DES CHAMPS, *EQUISETUM ARVENSE*

VIVACE HERBACÉE DU GROUPE DES PTÉRIDOPHYTES (CRYPTOGAMES VASCULAIRES)

Pouvant mesurer de 20 à 50 cm de haut, elle a la particularité de présenter deux types de tiges, stérile et fertile. La tige fertile ressemble plus à un champignon qu'à une plante et pousse au début du printemps. La tige stérile, verte, apparaît plus tard. Elle est composée d'une tige avec des nœuds comportant des verticilles (apparentées à des feuilles grêles). La prêle possède un rhizome et des racines traçantes très puissantes et très profondes.

BIOTOPE PRIMAIRE

Sols des vallées alluviales et des arènes granitiques.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Présence d'une nappe d'eau en sous-sol, sols déstructurés.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Plante très utilisée en viticulture, elle contient beaucoup de silice et différents polyphénols. Cela fait d'elle un bon anticryptogame qui agit de façon directe : fongitoxique, anti-germinatif et de façon indirecte : renforce les parois cellulaires et limite la pénétration du mildiou. S'utilise en décoction (40 mn) à 100 g/ha pulvérisé avec la bouillie de traitement. En biodynamie, une décoction de Prêle pulvérisée au sol aux alentours de Pâques ralentit la maturation des œufs de mildiou.

HUMAINE

Les tisanes et décoctions de Prêle sont un bon reminéralisant, utiles lors de fractures ou suite à des hémorragies.

LE SAVIEZ-VOUS ?

La Prêle est une plante archaïque dont l'apparition sur terre remonte à 250 millions d'années. Ses premières utilisations à des fins médicinales remonteraient au premier siècle après JC. Pline l'Ancien disait alors d'elle « sa nature est tellement merveilleuse qu'à peine y toucher, c'est assez pour éteindre le sang des patients » et la nommait « Poil de la Terre ».

EN CUISINE



Les tiges stériles étant trop riches en silices, seules les tiges fertiles sont consommables cuites.



GÉRANIUM DISSÉQUÉ, ***GERANIUM DISSECTUM***

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES GÉRANIACÉES

Velue, aux tiges plus ou moins dressées de 10 à 40 cm de haut. Ses feuilles, caractéristiques, sont très découpées presque jusqu'au pétiole en lobes étroits. Ses petites fleurs roses (de juin à septembre) ont 5 pétales échancrées.

BIOTOPE PRIMAIRE

Sables et limons des vallées alluviales.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Excès d'azote minéral (nitrates). En agriculture biologique, elle indique un excès de matière organique d'origine animale.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

Plante dont les parties souterraines ont été autrefois utilisées en gargarisme contre les angines, contre les hémorragies, les néphrites, les contusions.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le nom Geranium est issu du grec geranos, grue. Le fruit des plantes de cette famille sont allongés et pointus à l'image du bec de cet oiseau.

EN CUISINE



Les jeunes pousses et fleurs sont comestibles et peuvent être utilisées en salade.



> LIERRE GRIMPANT, *HEDERA HELIX*

VIVACE LIANE ARBUSTIVE DE LA FAMILLE DES ARALIACÉES

Le Lierre est une plante grimpante ou rampante munie de crampons. Ses feuilles sont persistantes, luisantes, coriaces et découpées, sauf celles des rameaux fructifères qui sont plus rondes.

BIOTOPE PRIMAIRE

Plante capable de s'adapter à de nombreux milieux, peu exigeante quant à la nature du sol. On la trouve très couramment en sous-bois.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Excès de matière organique archaïque d'origine végétale, une évolution vers la forêt. Elle peut également montrer un manque de matière organique d'origine animale, d'azote.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Peu utilisé en vigne, le purin de Lierre a des vertus insectifuges et insecticides notamment contre pucerons, aleurodes et acariens. Il serait intéressant de faire des essais en vigne contre les cicadelles.

HUMAINE

Utilisation interne en cas de rhume, de bronchite et même de coqueluche, son action permet de dégager les voies respiratoires et apaiser une toux grasse. Il traite aussi l'arthrose et les rhumatismes. Utilisation externe : action reconnue contre les affections de la peau, diminution des démangeaisons, des brûlures. Il contribue à la cicatrisation des plaies et possède un effet anticellulite. Toxique, ne pas utiliser sans avis médical.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Anciennement de sinistre réputation, le Lierre ne mérite pas son surnom de « bourreau des arbres »

Il fleurit de fin septembre à octobre, voire novembre, c'est-à-dire après que la plupart des autres plantes aient terminé leur floraison, et après la chute des feuilles. C'est ainsi une source essentielle de nourriture pour les pollinisateurs à une période où il y a peu de fleurs et où l'hiver arrive. Le Lierre fournit ensuite des fruits aux oiseaux, en février, quand il ne reste plus rien à manger. Loin d'être un parasite, c'est à l'inverse un organisme mutualiste.

Les véritables pelotes permanentes de Lierre dans un arbre servent d'abri et de lieu d'hibernation à une faune nombreuse. Ainsi il permet d'accroître la quantité d'auxiliaires utiles (notamment pour la vigne et les vergers) car il leur fournit un réservoir de proies supplémentaires. Il sert en particulier de lieu d'hibernation pour la forme adulte de certains auxiliaires, notamment les coccinelles.



Acteur essentiel de la biodiversité, le Lierre associé à un Chêne abrite plus de 700 organismes vivants différents (tous règnes et espèces confondus).

EN CUISINE



Plante toxique



> ÉPERVIÈRE PILOSELLE, *HIERACIUM PILOSELLA*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASTÉRACÉES

Stolonifère, les fleurs sont composées, jaunes et la tige ne dépasse que rarement 10 à 15 cm. Ses feuilles oblongues, entières, grisâtres dessous sont hérissées de longs poils.

BIOTOPE PRIMAIRE

Plaines alluviales, pelouses calcaires et pelouses montagnardes.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols pauvres en argile et en matière organique, carences en matières organiques animales ou surpâturage ovin.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

La pharmacologie moderne lui reconnaît les propriétés suivantes : anti-infectieuse, détoxifiante, astringente, apéritive, dépurative et diurétique. Elle contient notamment de l'umbelliférone ayant des propriétés antibiotiques, antioxydantes, anti-inflammatoires, anti-hyperglycémiques et anti-tumorales.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Cette plante, allélopathe, de petite taille, a des racines superficielles qui concurrencent peu les plants à racines plus profondes. Elle inhibe la croissance racinaire des adventices par sécrétion au niveau racinaire de toxines telles que l'umbelliférone et l'acide chlorogénique. Elle développe également des propriétés anti-germinatives, phénomène connu sous le nom de télétoxie.

L'émission de stolons permet une installation rapide et une couverture dense du sol.

Elle peut dans certains cas limiter le recours au travail du sol.

EN CUISINE



En raison de son astringence, elle est utilisée par petites touches :

- > Feuilles : ajoutées aux salades, soupes et farces
- > Boutons floraux : à la manière des câpres, ajoutés aux salades, soupes, utilisés comme légumes.
- > Fleurs : ajoutées aux salades, comme décoration.



MILLEPERTUIS PERFORÉ, *HYPERICUM PERFORATUM*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES CLUSIACÉES

Le Millepertuis perforé ou herbe à mille trous peut mesurer jusqu'à 1 m de hauteur. La tige est d'une couleur rougeâtre, avec des feuilles ovales opposées deux à deux. Les fleurs sont pentamères (corolle de cinq pétales), d'une couleur jaune éclatant. Elles dégagent un léger parfum d'encens.

BIOTOPE PRIMAIRE

Lisières et clairières forestières, landes.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Engorgement des sols riches en base, excès de carbone, manque d'azote et de matière organique animale.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Utilisé dans certaines propriétés viticoles, en tisane, pour accompagner la floraison de la vigne.

HUMAINE

Le Millepertuis est utilisé pour le traitement des troubles psychosomatiques, des dépressifs saisonniers, de l'anxiété, de l'agitation nerveuse. Il améliore aussi la qualité du sommeil, permet de lutter contre les insomnies et de réduire le stress. Il atténue les douleurs musculaires telles que les crampes, les névralgies. Il peut également être utilisé dans le traitement des contusions, la cicatrisation des plaies et des brûlures du premier degré.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Jadis, le Millepertuis était considéré comme une plante magique associée à la magie blanche. Le Millepertuis perforé est un très ancien « chasse diable », on disait de lui qu'il faisait fuir les esprits tourmenteurs. Au Moyen Âge, il n'était pas rare de trouver des bouquets accrochés aux portes des granges. L'usage médicinal du Millepertuis remonte à au moins 2 400 ans.

EN CUISINE



Les sommités fleuries peuvent être utilisées comme aromates.



MAUVE SYLVESTRE, *MALVA SYLVESTRIS*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES MALVACÉES

La Mauve sylvestre est une plante qui peut atteindre 1,5 m. Ses feuilles ont de 3 à 7 lobes dentés et ses fleurs, enroulées à préfloraison ont 5 pétales roses veinées de pourpre.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Engorgement en matière organique, en azote et en potasse provoquant un manque d'oxygène. Elle peut également indiquer un compactage du sol et des blocages divers dus à un pH élevé.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

La Mauve sylvestre est connue pour sa capacité à soulager la toux, les irritations de la gorge, les aphtes, etc. Souvent utilisée en tisane, feuilles et fleurs sont complémentaires, combinant la douceur des mucilages avec les flavonoïdes, tanins et anthocyanes connus pour leurs vertus protectrices et antioxydantes.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Très appréciée depuis l'Antiquité, elle était considérée comme une plante sacrée capable de libérer l'esprit. Charlemagne en raffolait et la voulait comme plante ornementale dans ses jardins. Dans l'Italie du XV siècle, la Mauve portait le nom latin d'Omnimorbia : contre toutes les maladies.

EN CUISINE



Les fleurs peuvent être consommées en tisanes ou utilisées pour agrémenter une salade. La Mauve est riche en sels minéraux, vitamines A, B1, B2 et C, en protéines, en fer et en calcium.



> CAMOMILLE MATRICAIRE, *MATRICARIA CHAMOMILLA*

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASTÉRACÉES

Haute de 20 à 50 cm, ses feuilles sont découpées en fines lanières. Les fleurs sont portées par un réceptacle conique et creux à maturité. La Camomille matricaire possède un parfum caractéristique qui aide à la différencier des autres Camomilles.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Asphyxie des sols limoneux lors du travail par temps de pluie, tassement ou compactage des sols riches ou à pH élevé, ou excès de matière organique provoquant des manques d'oxygène. Saturation du complexe argilo-humique en azote minéral.

BIOTOPE PRIMAIRE

Sables et limons des vallées alluviales.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

La Camomille matricaire, de par l'azulène qu'elle contient, régule l'évapotranspiration via la stimulation du cycle du potassium. De ce fait, elle a un effet salutaire en cas de stress hydrique sévère ou de fortes chaleurs. Elle limite de manière significative les symptômes d'échaudage. On peut utiliser toute la partie aérienne à 50 g/ha de plante sèche. En biodynamie, elle est utilisée pour l'amélioration des composts.

HUMAINE

La Camomille, riche en polyphénols, est avant tout un excellent anti-inflammatoire. Mais elle possède également une action antiseptique et antibactérienne. En raison de ses vertus apaisantes, on la retrouve très souvent dans les tisanes destinées à lutter contre les insomnies ou le stress et pour réduire les tensions.

LE SAVIEZ-VOUS ?

La Camomille est utilisée dans de nombreux produits capillaires pour entretenir le blond des cheveux !

EN CUISINE



En tisane, pour agrémenter salades, desserts, compotes et jus, de nombreuses recettes existent dans les magazines ou sur les sites internet.



LUZERNE MACULÉE, ***MEDICAGO ARABICA***

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES FABACÉES

Pouvant mesurer de 20 à 60 cm à port couché, la Luzerne maculée ou Luzerne d'Arabie se caractérise par des feuilles formées de 3 folioles portant une tache foncée en leur centre. Les fleurs sont jaunes, groupées par 3 ou 4 à l'extrémité de hampes florales prenant naissance à l'aisselle des feuilles.

BIOTOPE PRIMAIRE

Sables et limons des vallées alluviales.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols riches en base, en matière organique et un C/N équilibré. En élevage, elle indique des prairies particulièrement favorables à l'engraissement.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié. Mais la Luzerne maculée est un bon engrais vert.

HUMAINE

Toxique

LE SAVIEZ-VOUS ?

Medicago : du latin Medica, désignant la Médie, région d'Asie mineure au Nord-Ouest de l'actuel Iran. Les auteurs anciens pensaient que cette plante provenait de cette région. Riche en phosphore, en calciums et en protéines. Elle peut donc fournir au bétail de nombreux éléments nutritifs.

EN CUISINE



Toxique pour l'Homme, elle ne s'utilise ni en cuisine, ni en médecine.



> MENTHE ODORANTE, *MENTHA ROTUNDIFOLIA*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES LAMIACÉES

Plante pouvant mesurer de 10 à 80 cm de hauteur au port touffu, érigé et au feuillage caduc. Les feuilles sont sessiles, opposées deux à deux, d'aspect gaufré et poilues duveteuses sur la surface inférieure. Les feuilles sont nettement dentées, de forme ovale. Au froissement, elles dégagent une odeur mentholée forte. La tige dressée porte de petites fleurs mauves, groupées en multiples grappes sommitales denses.

BIOTOPE PRIMAIRE

Prairies humides, marécages, tourbières. Zones humides des vallées alluviales, des fleuves et rivières.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Hydromorphisme, engorgement en eau et en matière organique, surpâturage, piétinement.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

Utilisée pour ses effets toniques, contre les troubles de la digestion et pour soulager les maux de tête.

LE SAVIEZ-VOUS ?

De cette variété de Menthe, il est extrait une huile essentielle qui, du fait de son parfum, est un répulsif reconnu et naturel contre les rats et les souris. Elle agit de la même façon envers les puces de lit que l'on fait fuir en plaçant un sachet de feuilles de menthe dans le lit.

EN CUISINE



Très utilisée dans le bassin méditerranéen, elle est préparée en gelée sucrée ou bien pour aromatiser certains plats, par exemple, le couscous ou dans les salades, le taboulé. De plus, elle sert à faire le thé à la Menthe.



MERCURIALE ANNUELLE, **MERCURIALIS ANNUA**

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES EUPHORBIACÉES

Adventice commune des vignobles et autres cultures, c'est une plante dioïque (fleurs mâles et fleurs femelles sur deux pieds séparés). Plutôt basse (10 à 50 cm), glabre, les feuilles sont ovales lancéolées et dentées, elle possède une racine pivotante. Les fleurs mâles sont en glomérule formant un épi assez long. Les femelles sont solitaires et localisées à l'aisselle des feuilles. La floraison est très étalée et peut durer de mai à décembre.

BIOTOPE PRIMAIRE

Pelouses écorchées des terrains riches en base et en matière organique, sables et graviers des vallées alluviales.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols riches en base et en matière organique, maltraités, retournés ou laissés à nu avec un fort risque d'érosion. Elle indique une fragilité des sols pouvant évoluer vers des formes plus graves de déstructuration.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

Plante toxique comme toutes les euphorbiacées

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le fruit est capable de s'accrocher au pelage d'un animal de passage ou aux vêtements du promeneur, participant ainsi à la dissémination de la plante. Chaque capsule contient une graine grise, pourvue d'une expansion charnue appelée élaïosome, qui produit une huile dont raffolent les fourmis. Ces dernières transportent les graines à la fourmilière afin d'y consommer l'élaïosome ; cela fait, la graine est rejetée... souvent à grande distance du pied qui l'a produite ! Est-ce l'observation de ce double mode de dissémination qui a valu à la Mercuriale son nom lié à Mercure, dieu romain des voyages et du commerce ?

EN CUISINE



Plante toxique



DAME DE ONZE HEURE, ***ORNITHOGALUM UMBELLATUM***

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASPARAGACÉES

La Dame de onze heure que l'on peut admirer dans certaines parcelles est une petite plante printanière bulbeuse. Son nom provient de la réaction thermostatique de ses fleurs qui s'ouvrent en plein soleil et se referment le soir. Ses fleurs blanches érigées ont 6 pétales d'un blanc pur à l'intérieur, et comportant une bande médiane verte à l'extérieur.

BIOTOPE PRIMAIRE

Maquis et garrigues de la région méditerranéenne.
Pelouses alpines des Alpes du Sud.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols riches en base souvent calcaires avec des pH élevés. Une carence réelle ou un blocage de la potasse par manque de vie microbienne aérobie

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

Toxique, elle n'est utilisée qu'en homéopathie et élixirs floraux.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Cette fleur est considérée comme « la fleur du réconfort ». Elle fait, en effet, partie des trente-huit élixirs floraux élaborés par le Docteur Edward Bach, permettant d'harmoniser l'esprit et le corps de l'Homme.

EN CUISINE



Plante toxique pour l'Homme et le bétail.
Attention à ne pas la confondre avec l'Ail des ours.



PLANTAIN LANCÉOLÉ, ***PLANTAGO LANCEOLATA***

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES PLANTAGINACÉES

Le Plantain lanceolé (ou petit Plantain ou Herbe à cinq coutures) a des feuilles en forme de fer de lance (lancéolées) disposées en rosette basale. Les 3 - 5 nervures saillantes presque parallèles sont marquées. Les fleurs sont disposées en épi cylindrique plus ou moins allongé au sommet d'une longue hampe.

BIOTOPE PRIMAIRE

Pelouses et prairies naturelles des vallées alluviales sur sol équilibré en matière organique, argile et humus.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Voir du Plantain lanceolé dans ses parcelles est un bon signe ! Il pousse dans les prairies et vignobles équilibrés en eau et en matière organique. Il démontre une bonne activité microbienne. C'est une des premières plantes qui repousse après la correction d'un tassement du sol.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié en vigne mais le Plantain lanceolé est important pour la santé du bétail, notamment des ovins.

HUMAINE

Le Plantain a de nombreuses vertus médicinales, notamment contre les affections respiratoires, les coupures et les piqûres d'insectes. Il s'utilise en infusion ou cataplasme pour les utilisations externes.

LE SAVIEZ-VOUS ?

En Amérique du Nord, les Amérindiens l'appelaient « Pieds de Blanc », car il s'installait partout où passaient les colons européens, dont les semelles de chaussures transportaient les graines. C'est une plante qui sert également en palynologie (étude des pollens fossiles). Elle permet de dater le début du néolithique sur les différentes zones géographiques car sa présence est directement liée à l'agro-pastoralisme.

EN CUISINE



Toute la plante est comestible, (feuilles, fleurs, fruits, graines). Les jeunes feuilles tendres, au goût de champignon, se mangent crues en salade. Les feuilles plus âgées, coriaces, se consomment cuites en soupe ou comme légume.



POURPIER, ***PORTULACA OLERACEA***

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES PORTULACACÉES

Plante rameuse et couchée s'étalant sur 10 à 30 cm. Ses tiges sont le plus souvent rougeâtres. Elles sont charnues à l'instar des feuilles. Les fleurs sont solitaires ou agglomérées à l'aisselle et au sommet des rameaux ; elles comportent 2 sépales et 4 à 6 pétales.

BIOTOPE PRIMAIRE

Originnaire d'Inde, mais très anciennement naturalisé en Europe. Sables et limons des vallées alluviales.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols à faible pouvoir de rétention, érosion et lessivage des sols laissés nus, compaction et tassement par les passages de tracteurs.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

Riche en vitamines A, B et C, le Pourpier a des qualités anti-scorbutiques, reminéralisantes, diurétiques et rafraîchissantes. Il est également utilisé dans le traitement préventif des troubles cardio-vasculaires et pour lutter contre les contractures musculaires.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le Pourpier est largement consommé en Crète. Il fait partie du régime crétois feuilles et tiges frites à l'huile d'olive, avec de la féta, des tomates, de l'ail et de la marjolaine. Les jeunes tiges et feuilles de Pourpier se consomment en salade et leur goût légèrement acidulé donne une petite touche originale. En Turquie il est consommé en salade mais surtout tend à remplacer l'épinard car plus facile à préparer.

EN CUISINE



Cru ou cuit, le Pourpier est cultivé comme légume sur tous les continents.



> POTENTILLE RAMPANTE, *POTENTILLA REPTANS*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ROSACÉES

Elle se reconnaît à ses feuilles caractéristiques divisées en 5 folioles dentées et à ses fleurs à 5 pétales jaunes. Très commune dans nos vignobles, elle fait partie des « cauchemars » des vignerons. Souvent associée au chiendent, elle colonise et couvre rapidement les milieux grâce à des capacités stolonifères. Gourmande, elle peut poser des problèmes de concurrence azotée si elle n'est pas maîtrisée.

BIOTOPE PRIMAIRE

Pelouses et prairies des vallées alluviales et des plateaux calcaires.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Engorgement en eau et en matière organique provoquant des manques d'oxygène. Elle peut aussi indiquer des compactages et piétinements qui conduisent également à des anaérobioses.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

Le principe actif de la Potentille rampante est l'acide tannique. Ce sont souvent ses fleurs et feuilles qui sont utilisées. On peut s'en servir aussi bien par voie interne qu'externe. Anti-inflammatoire, antihémorragique, elle est efficace contre les diarrhées. En gargarisme, la décoction de Potentille rampante vient à bout des aphtes, gingivites, pharyngites chroniques. Les compresses à base de Potentille rampante soulagent les contusions et les brûlures.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Jadis, cette plante était considérée comme magique, elle était classée dans les plantes de type 5 d'où son surnom d'herbe à cinq feuilles qui correspond au domaine du pouvoir et de l'amour, de l'argent, de la santé et la sagesse, par conséquent elle était censée apporter la protection, les gains matériels et les rêves prémonitoires.

Pour ce faire, il suffisait de déposer un bouquet de cette Potentille rampante devant la demeure d'une personne pour qu'elle contribue à apporter des bienfaits aux propriétaires de cette maison.

EN CUISINE



La Potentille rampante est comestible : les jeunes pousses peuvent être consommées en salade, mais elle n'a pas un grand intérêt gustatif.



RUMEX À FEUILLE OBTUSE, ***RUMEX OBTUSIFOLIUS***

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES POLYGONACÉES

Plante pouvant mesurer de 50 cm à 1,2 m . Elle se développe avec une grande vigueur et peut atteindre sa taille maximale dès la première année. Elle se reproduit soit de manière sexuée (par la production de graines) soit par drageonnement à partir de ses rhizomes, et ce, même s'ils sont coupés ou cassés. Elle est dotée d'une racine pivotante tubérisée, pouvant atteindre 2,50 mètres de profondeur, ce qui la rend extrêmement difficile à éradiquer. Elle est facilement reconnaissable à ses feuilles pétiolées, ovales, très grandes (jusqu'à 20 cm de longueur), d'un vert glabre. Ses fleurs, d'abord verdâtres, regroupées en verticille très rapproché, deviennent rouges à maturité.

BIOTOPE PRIMAIRE

Marécages, tourbières, vases et limons humides des bras morts en vallée alluviale.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Hydromorphisme, engorgement en eau et en matière organique, provoquant des anaérobioses avec blocage des oligo-éléments et du phosphore. Destruction du complexe argilo-humique avec libération d'aluminium de fer et de nitrates. Pousse en général sur terre acide.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

La racine et les feuilles intéressent les phytothérapeutes en raison de leurs propriétés toniques, laxatives et analgésiques. Elles sont indiquées dans la prise en charge des toux sèches, des troubles gastro-intestinaux, des douleurs articulaires associées aux rhumatismes (arthrose, arthrite) et des affections cutanées (ulcères). Elles sont également indiquées dans le traitement des intoxications aux métaux, notamment à l'aluminium.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le Rumex à feuilles obtuses est devenu une des espèces d'adventices les plus répandues au monde. Ainsi, en Europe centrale, plus de 80 % des herbicides utilisés sur les prairies permanentes ou temporaires le sont pour combattre cette plante.

EN CUISINE



Les feuilles et les jeunes pousses sont comestibles comme tous les Rumex (oseilles). Elles se préparent comme les épinards. Attention, le Rumex est riche en acide oxalique qui peut être un allergène pour certaines personnes.



SÉNEÇON COMMUN, ***SENECIO VULGARIS***

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASTÉRACÉES

Ses feuilles sont profondément dentées et ses capitules de fleurs jaunes sont regroupés en grappes lâches. Plante pionnière sauvage et solitaire, elle n'aime pas la compagnie des autres plantes.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Excès d'azote ou de matière organique en sol à faible pouvoir de rétention. Il est également signe d'érosion par manque de couverture des sols.

BIOTOPE PRIMAIRE

Sables et graviers des vallées alluviales.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

Utilisé en médecine comme expectorant et anti-inflammatoire (prescription réservée aux médecins).

LE SAVIEZ-VOUS ?

Une croyance du moyen-âge affirme que pour supprimer une douleur dentaire, on arrache le Séneçon, on touche trois fois la dent incriminée en crachant à chaque fois et si on remet la plante au même endroit de manière qu'elle reprenne, cette dent, dit-on, ne fera plus souffrir.

EN CUISINE



Légèrement toxique.



MOURON BLANC, **STELLARIA MEDIA**

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES ASTÉRACÉES

Petite plante annuelle à port rampant et tiges souples. La fleur blanche compte 5 pétales très échancrés et ses graines font le régal des oiseaux (d'où son nom).

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Le Mouron est une des rares plantes indicatrices d'équilibre et de minéralisation active de la matière organique par des bactéries aérobies.

BIOTOPE PRIMAIRE

Lisières et clairières forestières, forêts alluviales et riveraines.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

Les feuilles fraîches écrasées ont été utilisées en cataplasme contre différentes affections cutanées. Le suc peut également être utilisé. Riche en minéraux (calcium, magnésium, fer...) et en vitamines (A, B, C), sa consommation permet de tonifier l'organisme. Le Mouron aurait également des effets anti-inflammatoires, diurétiques et expectorants.

LE SAVIEZ-VOUS ?

« Mouronnier » était une profession, au XIX^{ème} siècle. La capacité du Mouron à s'épanouir dans les terrains vagues a sauvé des centaines de miséreux. En effet, la vogue des oiseaux domestiques que connut cette époque permit à ces gens de s'orienter vers la récolte des graines de Mouron et de gagner quelques subsides.

EN CUISINE



Ajoutée à une salade, elle donne un léger goût de noisette ! Attention, les autres espèces de Mouron rouge ou bleu sont toxiques.



PISSENLIT, *TARAXACUM OFFICINALE*

VIVACE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES COMPOSÉES

Le Pissenlit est une plante qui peut mesurer de 5 à 30 cm de hauteur. Sa « tige » qui est en fait un pédoncule, est creuse et laisse couler un latex abondant. Il possède une racine pivot qui peut atteindre 30 cm de long et 2 cm de diamètre. Les feuilles dentées sont disposées en rosette, la « fleur » est un capitule dans lequel les fleurs individuelles jaunes éclatants, de 3 à 5 cm de diamètre, sont insérées les unes à côté des autres sur un réceptacle floral.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Engorgement en matières organiques animales, compactage des sols riches en base et en matière organique provoquant des anaérobioses.

BIOTOPE PRIMAIRE

Prairies naturelles, lisières et clairières de forêt.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

La tisane de fleur de Pissenlit (10 g/ha) permet de renforcer les tissus de la vigne, de stimuler ses défenses naturelles et de soutenir la floraison. C'est une plante utilisée en biodynamie dans l'amélioration des composts.

HUMAINE

Le Pissenlit est un excellent diurétique (feuilles séchées) qui est utilisé en complément pour soigner les infections urinaires et les calculs rénaux. La plante entière soigne les engorgements du foie par excès de nourriture. C'est une des meilleures plantes nettoyantes de l'organisme.

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'image représentant une femme soufflant sur les aigrettes de Pissenlit qui est la marque du dictionnaire Larousse et symbole de « la connaissance semée à tout vent » est l'oeuvre du peintre Eugène Grasset.

EN CUISINE



La plante entière est comestible, des racines à la fleur crue ou cuite. Les feuilles sont souvent consommées en salade en fin d'hiver avant la floraison. Les racines peuvent être rôties ou frites et on peut réaliser des gelées à la saveur subtile avec les fleurs.



MÂCHE DES CHAMPS, **VALERIANELLA LOCUSTA**

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES CAPRIFOLIACÉES

Egalement appelée doucette ou oreillette, c'est une petite plante de 10 à 40 cm, presque glabre, d'aspect délicat. Ses racines sont blanches. Ses feuilles vertes très tendres sont toutes de forme spatulée, obtuse, légèrement charnue. A la base en rosette, elles se superposent pour former de petites touffes.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Sols à très faible pouvoir de rétention, fragiles aux lessivages fréquents et intenses. Carences en argile et/ou en humus stable. Dans tous les cas, elle signale un danger d'érosion physique lors de pluies importantes.

BIOTOPE PRIMAIRE

Sables littoraux et arènes granitiques mais aussi les sables et limons alluviaux.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié

HUMAINE

La Mâche est émolliente, dépurative, laxative et diurétique. Elle est riche en bêta-carotènes et en oméga-3, elle possède très peu de calories (19 kcal pour 100 g) et est donc appropriée dans le cadre d'un régime amaigrissant.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le nom Mâche serait issu du latin pomasca « fruit », peut-être par référence à la saveur légèrement fruitée de cette salade. Longtemps cueillie comme plante sauvage, la Mâche est cultivée depuis le XVIII^e siècle. La France en est le premier producteur mondial, l'exploitation y est concentrée en Loire-Atlantique.

EN CUISINE



Excellente comestible, crue, en salade ou cuite.

> VÉRONIQUE DE PERSE, *VERONICA PERSICA*

ANNUELLE HERBACÉE DE LA FAMILLE DES PLANTAGINACÉES

Petite plante de 5 à 25 cm de haut, généralement rampante, cette herbacée assez grêle possède des feuilles simples, ovales, assez larges et dentées. Les fleurs d'un bleu vif ont 4 pétales inégaux légèrement striés de blanc.

BIOTOPE PRIMAIRE

Sables et limons riches en bases et en matière organique des vallées alluviales. Clairières des forêts alluviales. Originaire d'Asie du Sud-Ouest, elle s'est naturalisée dans toute l'Europe depuis au moins le XIX^{ème} siècle.

CARACTÈRE BIO-INDICATEUR

Richesse du sol en base, azote et matière organique. Elle peut également indiquer un compactage provoquant un début d'anaérobiose.

PHYTOTHÉRAPIE



VIGNE

Pas d'usage répertorié.

HUMAINE

Plante toxique dont l'usage est réservé au corps médical. Des études récentes montrent son intérêt dans le traitement du diabète de type 2 et de l'hypertension.

EN CUISINE



Plante toxique.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Plante dédiée à Sainte-Véronique qui essuya le visage du Christ, son voile en garda l'empreinte : allusion aux fleurs de ces végétaux qui ressemblent légèrement à un visage.

LEXIQUE

- Akène** Un akène est un fruit, sec, dont la graine unique n'est pas soudée à son enveloppe appelée péricarpe.
- Bulbille** Bourgeon renflé destiné à se détacher de la plante qui l'a produit et à donner naissance à une nouvelle plante.
- Capitule** Partie d'une plante formée de fleurs insérées les unes à côté des autres sur l'extrémité élargie du pédoncule, formant visuellement une seule fleur. Caractéristique des astéracées.
- Lancéolé** En forme de fer de lance.
- Ripisylve** Forêt en bord de cours d'eau.
- Sessile** Directement attaché à la tige, sans pétiole ou pédoncule.
- Stolonifère** Qui produit des stolons : organe végétal de multiplication végétative. C'est une tige aérienne rampante ou arquée.
- Verticille** Groupe de plus de deux feuilles qui naissent au même niveau sur la tige, en anneau.
- Vivace** Plante qui vit plusieurs années.

Ce document a été rédigé à l'aide des publications suivantes :



L'ENCYCLOPÉDIE DES PLANTES BIO-INDICATRICES – vol 1 et 2 – Gérard Ducreff - Editions Promonature

ESTIMATION DE LA QUALITÉ DES SOLS PAR LES PLANTES BIO-INDICATRICES : application aux vignobles de l'Entre-Deux-Mer – Mémoire de Marion Houtin – 2009

FLORE DES VIGNES – Station de recherche Agroscope Changins (Suisse) – Editions Agroscope

PREMIERS SOINS PAR LES PLANTES – Vincent Delbecq – Editions Quelle Est Belle Company

PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES – Isabelle Hunault – Editions Ulmer

E-FLORE – Tela Botanica

E-PHYTIA – INRAE

QUI CONTACTER ?

SYLVAIN FRIES

Conseiller technique en viticulture bio

06 38 35 33 17

s.fries33@bionouvelleaquitaine.com



• AGROBIO GIRONDE • • BIO NOUVELLE-AQUITAINE •

347 Avenue Thiers, 33100 Bordeaux

05 56 81 37 70

