

Coquelicot



Nom scientifique : *Papaver rhoeas*

Famille : Papavéracées

Hauteur : 20 à 90 cm

Type : Annuelle

Floraison : Mai à août

Biotope : Bords des routes et des chemins, terrains vagues, cultures, vignes et vergers

Description : Plante à tige dressée, non ramifiée, hérissée de poil, pouvant atteindre 60 cm de haut. Lorsqu'on coupe la tige, il y a un latex blanc qui s'échappe.

Les feuilles sont alternes. Les feuilles inférieures sont découpées, oblongues lancéolées, pennées, formant d'abord une rosette. Les feuilles supérieures sont tripartites, sessiles.

Les fleurs sont solitaires, grandes et simples, d'environ 7 à 10 cm de diamètre, portées par de longs pédoncules velus. Elle est composée de 4 pétales papyracées, le plus généralement rouge vif, tachés de noir à la base. Elles sont composées de 4 pétales rouge vif, chiffonnées dans le bouton, 2 sépales caducs et des étamines bleuâtres à noirâtres.

Le fruit est une capsule semi-déhiscente, ronde et glabre.

Utilisations : C'est une plante sédative, pectorale et adoucissante, on l'utilise également contre les troubles du sommeil mais également contre les infections bronchiques, la toux et l'enrouement.

Le coquelicot a des vertus apaisantes permettant de trouver le sommeil et de lutter contre les insomnies, notamment chez les enfants de plus de 7 ans.

Antitussive, antiseptique et apaisante, cette plante favorise l'expectoration.

Le coquelicot possède également des propriétés antispasmodiques, il participe au traitement des bronchites, de la coqueluche, de la toux.

On utilise également en cuisine pour faire des sirops sucrés pour les enfants et des bonbons.

Au printemps, on peut consommer les rosettes des jeunes feuilles, crues ou cuites.

Dosage : en infusion, faire bouillir 20 gr de pétales séchés (ou de 6 à 8 pétales) dans 1 litre d'eau. En sirop laisser, pendant 6 heures, 65 gr de pétales dans 1 litre d'eau, puis filtrer et ajouter 180 gr de sucre pour 100 ml de liquide.

Caractères indicateurs : Le coquelicot est présent lorsque qu'il y a une brusque remontée de PH quel qu'en soit le niveau initial. Il est présent également en cas de contraste hydrique, humidité et sécheresse estivale.

