

Ortie blanche



Nom scientifique : *Lamium album*

Famille : Lamiacées

Hauteur : 50 cm à 1 m

Type : Vivace

Floraison : Mai à juillet

Biotope : Bords de chemins et de routes, prairies agricoles, vignes, vergers, lisières de forêts, et pieds d'arbres.

Description : La plante possède une tige carrée, caractéristique de la famille des lamiacées. La plante est velue, odorante et possède des racines traçantes.

Les feuilles opposées, sont ovales triangulaires, aiguës et fortement dentées comme sa cousine l'ortie auxquelles elles ressemblent beaucoup. Les fleurs blanches sont à deux lèvres, grandes en verticilles écartées à l'aisselle des feuilles.

Le fruit est formé de 4 carpelles disposés en croix au fond du calice.

La plante ne pique pas.

Utilisations : On l'utilise comme diurétique, comme hémostatique et aussi des propriétés toniques, rafraichissantes ou vulnérinaires. On l'utilise également contre la goutte. C'est également une plante régulatrice du cycle des femmes.

Dosage : En infusion : 2 cuillères à café de sommités fleuries séchées et broyées à faire infuser pendant 5 min dans l'eau bouillante. Filtrer et boire 3 à 4 tasses par jour. Cela correspond à 20 gr de fleurs et feuilles séchées pour 1 litre d'eau.

