



Armoise commune (plant)

Artemisia vulgaris L.

- mi-ombre à plein soleil
- floraison de juillet à septembre

Fiche technique

FAMILLE	Asteraceae
GENRE	Artemisia
ESPÈCE	vulgaris
NOM D'AUTEUR	L.
CYCLE DE VIE	vivace
HAUTEUR EN FLEUR	1 à 50 cm
MILIEU	terrain sec
EXPOSITION	mi-ombre , plein soleil
ZONE DE RUSTICITÉ	De 4a (de -34,4°C à -31,7°C) à 8b (de -9,4°C à -6,7°C)
COULEUR DES FLEURS	gris-jaune
FLORAISON	De juillet à septembre

Description

Famille : Asteraceae

Nom latin : *Artemisia vulgaris* L.

Noms communs : Armoise, Armoise commune, Armoise vulgaire, Armoise citronnelle

Description sommaire : L'armoise est une plante vivace pouvant mesurer jusqu'à 1,50 m de hauteur. Feuilles découpées en lanières larges, vert sombre sur le dessus, blanches cotonneuses sur le dessous, tige rougeâtre. Fleurs en grappes en petits capitules gris avant épanouissement, roux-jaunes en pleine. Floraison de juillet à septembre. Elle est indigène dans une bonne partie de la France. On la trouve aux bords des chemins et des routes, dans les remblais, les décombres, terrains vagues, pour résumer dans les sols riches en azote.

Multipliation : On obtient de nouveaux plants par semis, boutures et divisions.

Culture : Les plants seront espacés tous les 50 cm de mi-ombre à plein soleil. Cette plante apprécie les sols secs et les expositions chaudes.

Usage médicinal : L'armoise est une plante connue pour favoriser l'apparition et la régulation du cycle menstruel et pour son action tonique digestif. Ce sont les feuilles et les sommités fleuries en début de floraison qui sont utilisées.

Usage alimentaire : Les jeunes pousses sont parfois consommées dans les salades. On peut aussi les consommer cuites, en omettes, quiches ou trempées dans une pâte à beignets.

Usage tinctorial : L'armoise donne des couleurs jaunes en teinture végétale.

Autres usages : Plante fumable en succédané du tabac. Plante utilisée en magie.

Précautions d'emploi : L'armoise peut être délicate à employer, car elle contient des substances pouvant causer l'avortement, renseignez-vous avant de l'utiliser.

Cette plante peut provoquer une allergie respiratoire par le pollen, éviter l'exposition des personnes allergiques.