

## Ballote à feuilles de dictame (plant) -

Graine de vie

*Ballota pseudodictamnus* (L.) Benth.

<https://www.grainedevie.net/ballote-a-feuilles-de-dictamne-plant.html>



### FICHE TECHNIQUE

#### Botanique

**Famille** : Lamiaceae  
**Genre** : Ballota  
**Espèce** : pseudodictamnus  
**Nom d'auteur** : (L.) Benth.

#### Details

**Cycle de vie** : vivace  
**Hauteur en fleur** : de 0 à 20 cm , de 20 à 50 cm , de 50 à 100 cm  
**Milieu** : terrain drainant , terrain sec  
**Exposition** : plein soleil  
**Zone de rusticité** : 5a (de -28,9°C à -26,1°C) , 5b (de -26,1°C à -23,3°C) , 6a (de -23,3°C à -20,6°C) , 6b (de -20,6°C à -17,8°C) , 7a (de -17,8°C à -15°C) , 7b (de -15°C à -12,2°C) , 8a (de -12,2°C à -9,4°C) , 8b (de -9,4°C à -6,7°C)  
**Couleur des fleurs** : blanc  
**Floraison** : juillet , août

### DESCRIPTION

**Famille** : Lamiaceae

**Nom latin** : *Ballota pseudodictamnus* (L.) Benth.

**Noms communs** : Ballote à feuilles de dictamne, Ballote à feuilles de dictame, Faux dictamne, Ballote blanche, Dictame bâtard, Dictamne bâtard

**Description sommaire** : La ballote à feuilles de dictame est une plante vivace poussant en touffe d'environ 60 cm de hauteur, très branchue. Feuilles rondes de couleur grisâtre. Petites fleurs blanches tachées de pourpre. Floraison en juillet-août.

**Multiplication** : Pour obtenir de nouveaux plants, la ballote à feuilles de dictame se multiplie par semis, boutures et divisions.

**Culture** : La ballote à feuilles de dictame appréciera un sol sec et une exposition bien ensoleillée. On espacera chaque plant de 60 cm. Elle est rustique jusqu'à -15°C en terrain bien drainant. On rabattra au mois d'avril, juste au démarrage de la végétation.

**Usage ornemental** : La ballote à feuilles de dictame est une jolie plante vivace de terrain sec, plus intéressante pour son feuillage que pour sa floraison. C'est parmi les plus des beaux feuillage gris argenté qui mettra en avant d'autres plantes comme la coquelourde (*Silene coronaria*).

**Autres usages** : La ballote à feuilles de dictame est une plante mellifère.