

Stachys betonica (L.) Trevis.

<https://www.grainedevie.net/plant-betoine-officinale-godet.html>



FICHE TECHNIQUE

Classification APG IV

Famille : Lamiaceae

Genre : Stachys

Espèce : betonica

Nom d'auteur : Benth. Classification APG IV

Famille (APG IV) : Lamiaceae

Genre (APG IV) : Betonica

Espèce (APG IV) : officinalis

Nom d'auteur (APG IV) : L.

Details

Cycle de vie : vivace

Hauteur en fleur : de 0 à 20 cm , de 20 à 50 cm

Milieu : terrain frais , terrain drainant

Exposition : mi-ombre , plein soleil

Difficulté : facile

Zone de rusticité : 4a (de -34,4°C à -31,7°C) , 4b (de -31,7°C à -28,9°C) , 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) , 9a (de -6,7°C à -3,9°C) , 9b (de -3,9°C à -1,1°C)

Couleur des fleurs : rose

Floraison : juin , juillet , août , septembre

DESCRIPTION

Famille : Lamiaceae

Nom latin : *Stachys betonica* (L.) Trevis.

Noms communs : Bétoine officinale, Épiaire officinale, Bétoine vulgaire, Bétoine pourprée, Tabac des gardes

Description sommaire : La bétoine officinale est une plante vivace, qui forme des coussinets de feuilles vert foncé à dents arrondies. Sa hauteur en fleurs est d'environ 40/60 cm. Belles et nombreuses fleurs roses groupées en épi pendant l'été.

Multiplication : Pour obtenir de nouveaux plants de bétoine officinale, on peut la semer, la bouturer ou la diviser.

Culture : La bétoine appréciera un sol frais et un endroit lumineux. On espacera les plants de 20/30 cm.

Usage médicinal : La bétoine officinale est notamment connue pour son action vulnérable sur des plaies infectées ou des problèmes veineux. On utilisera les feuilles et sommités fleuries en externe sous forme de macération dans l'huile. L'usage interne de sa racine est vraiment délicat et peut causer de sérieux troubles.

Usage alimentaire : On peut consommer les feuilles de bétoine officinale en salades.

Usage ornemental : La bétoine officinale est une jolie plante vivace rustique et de culture facile. Elle pourra être mise à profit pour réaliser des bordures de vivaces, massifs de fleurs sauvages, ...

Autres usages : Plante fumable en succédané du tabac.