

Lamier blanc (plant) -

Graine de vie

Lamium album L.

<https://www.grainedevie.net/plant-lamier-blanc-godet.html>



FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Lamiaceae

Genre : Lamium

Espèce : album

Nom d'auteur : L.

Details

Cycle de vie : vivace

Hauteur en fleur : de 20 à 50 cm

Milieu : terrain frais

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 : blanc

Floraison : mars , avril , mai

DESCRIPTION

Famille : Lamiaceae

Nom latin : *Lamium album* L.

Noms communs : Lamier blanc, Ortie blanche

Description sommaire : Le lamier blanc est une plante vivace d'environ 30/40 cm de hauteur. Feuilles pétiolées fortement dentées. Fleurs blanches regroupées en verticilles à l'aisselle des feuilles. Floraison au printemps.

Sans les fleurs, son feuillage odorant fait penser à la grande ortie, à la différence que celui du lamier ne pique pas. La base des calices est tachée de pourpre et les anthères sont très foncées.

Forme des colonies denses, fréquent dans le centre de la France et en Île-de-France, excepté dans le Midi.

Multiplication : De nouveaux plants de lamier blanc peuvent être obtenus par semis, boutures, marcottes ou divisions.

Culture : La culture du lamier blanc est très facile, il appréciera un sol frais, généralement profond et riche en azote, et une exposition à mi-ombre. Il redoute les sols calcaires et trop secs.

Usage médicinal : La plante est traditionnellement utilisée dans la pharmacopée féminine en cas de troubles de cycle féminin, saignements anormaux. Ce sont les sommités fleuries en début de floraison qui sont la partie utilisée en infusion, sous forme d'alcoolature.

Usage alimentaire : Le lamier blanc est tout à fait comestible, on consommera les parties les plus tendres crues ou sinon, cuites comme des épinards, ou en soupe. Les fleurs ont un léger goût de champignon.

Autres usages : La plante pourrait éloigner les doryphores des pommes de terres...

Plante mellifère (nectarifère). Comme pour la digitale pourpre, les abeilles ne peuvent butiner sans qu'au préalable les bourdons n'aient percé un trou à la base des fleurs.