

Livèche (graines) -

Graine de vie

Levisticum officinale W.D.J.Koch

<https://www.grainedevie.net/graines-liveche.html>

FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Apiaceae

Genre : Levisticum

Espèce : officinale

Nom d'auteur : W.D.J.Koch

Details

Type : vivace

Hauteur en fleur : de 20 à 50 cm , de 50 à 100 cm

Zones usda : 3a (de -40°C à -37,2°C) , 3b (de -37,2°C à -34,4°C) , 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)

Milieu : terrain frais

Exposition : mi-ombre , plein soleil

Couleur des fleurs : jaune

Floraison : juin , juillet , août

Difficulté : Facile

Nombre de graines au gramme : 350

Poids de 1000 graines : 2.8

DESCRIPTION

Famille : Apiaceae

Nom latin : *Levisticum officinale* Koch.

Noms communs : Livèche, Ache des montagnes, Céleri perpétuel

Description sommaire : La livèche est une plante vivace mesurant jusqu'à 1 m 50. Cette plante très odorante rappelle le céleri. Feuilles d'un vert foncé luisantes portées par une tige creuse. Petites fleurs jaunes réunies en ombelles. Fruits (diakènes) striés de couleur jaune à brun à maturité.

Multiplication : On peut semer les graines de livèche, soit en automne, soit au printemps. Comme beaucoup de plantes de cette famille, les Apiacées, la germination peut prendre du temps. Toutefois, les graines de livèche germent mieux avec une température de 20 °C.

On peut aussi diviser les souches.

Culture : Elle aime les sols riches et frais, avec une exposition ensoleillée. Elle n'appréciera pas un sol trop sec. On l'espacera de 40 cm.

La livèche une plante rustique (-20 °C).

Usage condimentaire : La livèche peut servir à aromatiser vin, salades, soupes, bouillons.... Les feuilles sont aromatiques, les graines le sont encore plus. Les tiges peuvent se confire comme celles de l'angélique ou servir à parfumer des liqueurs.

Usage médicinal : Proche de l'angélique et de l'impéatoire, la livèche est digestive, diurétique, expectorante, ... Cette plante est riche en huile essentielle, on peut distiller les feuilles, mais c'est bien souvent la racine que l'on distille.

Peut provoquer une réaction cutanée anormale en cas de contact cutané suivi d'une exposition au soleil. Évitez de s'exposer au soleil après avoir manipulé ce végétal. En cas de contact, rincez à l'eau les zones exposées et lavez les vêtements ayant été en contact. En cas de réaction cutanée anormale, consultez un centre antipoison ou un médecin.