

Urtica dioica L.

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



FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Urticaceae

Genre : Urtica

Espèce : dioica

Nom d'auteur : L.

Details

Type : vivace

Hauteur en fleur : de 20 à 50 cm , de 50 à 100 cm , de 1 à 1,50 m , de 1,50 à 2 m

Zones usda : 2a (de -45,6°C à -42,8°C) , 2b (de -42,8°C à -40°C) , 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) , 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)

Milieu : terrain frais , terrain drainant

Exposition : mi-ombre , plein soleil

Couleur des fleurs : vert

Floraison : juillet , août , septembre , octobre

Difficulté : facile

Nombre de graines au gramme : 6000

Poids de 1000 graines (en g) : 0.1

DESCRIPTION

Famille : Urticaceae

Nom latin : *Urtica dioica* L.

Noms communs : Ortie, Ortie dioïque, Ortie sauvage, Ortie piquante

Description sommaire : L'ortie est une plante vivace rustique à ses souches traçantes, connue de tous à cause des brûlures qu'elle occasionne au toucher.

Plante emblématique des milieux habités par l'homme, clairières, friches, décombres... qui prend ses aises sur les sols déséquilibrés par l'activité humaine, riches en éléments organiques, saturés en nitrates (repositoires de troupeaux).

Multiplication : On sème les graines d'ortie à partir du mois de mars. La germination des graines est rapide à 20°C.

Culture : On repiquera les plants d'ortie en sol riche, à 30 cm sur le rang et 75 cm en interrang.

Usage alimentaire : Très nutritif par sa richesse en protéines, minéraux, oligoéléments, les feuilles d'ortie se consomment généralement cuites en gratins, soupes, voire dans des desserts, les graines toastées en condiment.

Usage médicinal : L'ortie est un bon reconstituant en cas d'anémie, de fatigue, en période de convalescence. En tant que diurétique général, la racine est indiquée en cas de problèmes bénins de prostate.

Usage textile : L'ortie est une plante à fibres, utilisée dans la confection de cordages ou de vêtements, également employée pour la fabrication de pâte à papier.

Autres usages : L'ortie s'utilise en purins, décoctions pour le jardin. Elle est intéressante pour apporter de l'azote et comme répulsif à insectes (puçerons, acariens).