



Poivre de Chine (plant)

Houttuynia cordata Thunb.

- mi-ombre à plein soleil
- floraison de juin à juillet

Fiche technique

FAMILLE	Saururaceae
GENRE	Houttuynia
ESPÈCE	cordata
NOM D'AUTEUR	Thunb.
CYCLE DE VIE	vivace
HAUTEUR EN FLEUR	0 à 20 cm
MILIEU	aquatique , terrain humide , terrain frais
EXPOSITION	mi-ombre , plein soleil
ZONE DE RUSTICITÉ	De 4a (de -34,4°C à -31,7°C) à 9b (de -3,9°C à -1,1°C)
COULEUR DES FLEURS	blanc
FLORAISON	De juin à juillet

Description

Famille : Saururaceae

Nom latin : *Houttuynia cordata* Thunb.

Noms communs : Poivre de Chine, Herbe à poivre, Coriandre des bois, Houttuynie

Description sommaire : Plante vivace basse d'environ 20/30 cm de hauteur, de milieux humides, à comportement fortement traçant. Feuilles en forme de cœur. Petites fleurs blanches en étoiles et au cœur fortement bombé de couleur jaune. Floraison en début d'été (juin/juillet).

Multiplication : Les plants de poivre de Chine peuvent être obtenus par semis, boutures et divisions.

Culture : Le poivre de Chine est de culture facile. Cette plante se plaira à mi-ombre dans une terre fraîche d'un massif, berge d'un bassin, bord de ruisseaux, etc. Elle peut aussi être submergée par 5 à 10 cm d'eau. Sa croissance très vigoureuse fait qu'il pourra être judicieux dans les petits jardins de la cultiver en pot avec une soucoupe ou de la limiter par une barrière anti-racines.

Usage alimentaire : Son nom de poivre n'est pas exact ! En froissant un peu ses feuilles, le poivre de Chine dégage une odeur épicée et piquante, mélangée à un parfum de zestes d'agrumes. Son goût est aussi marqué de notes de coriandre, d'agrumes (orange amère) voire iodée.

Ce n'est pas seulement un aromate. En Asie, on consomme les feuilles et les racines en tant que légumes : plante typique de la cuisine vietnamienne, accompagnant notamment les poissons et les viandes.

Usage médicinal : Plante traditionnelle dans diverses médecines asiatiques (médecine traditionnelle chinoise, médecine ayurvédique), le poivre de Chine est notamment utilisé comme antibactérien, dépuratif, fébrifuge, ... Elle possède aussi la propriété d'augmenter la production d'anticorps, certains l'utilisent dans les cas de maladie de Lyme.

Usage ornemental : Pour ceux qui souhaitent avoir un joli et vigoureux couvre-sol pour la mi-ombre et sans entretien, c'est tout à fait la plante adaptée !