

## Reine des prés (plant) -

Graine de vie

*Filipendula ulmaria* (L.) Maxim.

<https://www.grainedevie.net/plant-reine-des-pres-godet.html>



### FICHE TECHNIQUE

#### Botanique

**Famille** : Rosaceae

**Genre** : Filipendula

**Espèce** : ulmaria

**Nom d'auteur** : (L.) Maxim.

#### Details

**Cycle de vie** : vivace

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

**Milieu** : aquatique , terrain humide , 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** : juin , juillet

### DESCRIPTION

**Famille** : Rosaceae

**Nom latin** : *Filipendula ulmaria* (L.) Maxim.

**Noms communs** : Reine des prés, Spirée ulmaire

**Description sommaire** : La reine des prés est une grande plante vivace, à souche souterraine rampante, pouvant atteindre deux mètres de haut. Elle illumine la nature lorsqu'elle est en fleurs, au début de l'été. Sa tige dressée et rougeâtre porte des feuilles organisées en paires de folioles alternativement grandes et petites. Ses fleurs de couleur crème disposés en grappes lâches exhalent en juin une odeur vaporeuse. Après floraison, elles laissent place à des fruits en forme spiralee, qui brunissent à maturité.

Vie en colonies assez denses dans les prairies humides, bords de fossés, endroits marécageux jusqu'à 1500 m d'altitude.

**Multiplication** : On obtient de nouveaux plants par semis et par divisions de souches.

**Culture** : La reine des prés peut se cultiver au jardin dans un endroit frais, à mi-soleil. Les plants seront espacés de 20-30 cm.

**Usage médicinal** : La reine des prés calme les douleurs articulaires, rhumatismes articulaires, douleurs dentaires, états fébriles ... Si ce sont les sommités fleuries récoltées en début de floraison qui sont principalement utilisées, toute la plante semble avoir des propriétés voisines.

**Usage condimentaire** : Ses fleurs très aromatiques, surtout séchées, sont une excellente alternative plus locale à la vanille ! La reine des prés permet de réaliser de délicieux desserts, entremets, boissons...

**Usage tinctorial** : Avec la reine des prés, on peut obtenir une coloration jaune vert sur les tissus.

**Autres usages** : La reine des prés a une action de protection des fleurs en cas de gel printanier (infusion de fleurs sèches pulvérisée).