

Verbena officinalis L.

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



FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Verbenaceae

Genre : Verbena

Espèce : officinalis

Nom d'auteur : L.

Details

Type : vivace

Hauteur en fleur : de 50 à 100 cm

Zones usda : 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 , terrain sec

Exposition : mi-ombre , plein soleil

Couleur des fleurs : violet

Floraison : juin , juillet , août , septembre

Difficulté : facile

Nombre de graines au gramme : 2500

Poids de 1000 graines (en g) : 0.4

DESCRIPTION

Famille : Verbenaceae

Nom latin : *Verbena officinalis* L.

Noms communs : Verveine officinale, Herbe sacrée, Herbe aux sorcières, Herbe sainte, Guérit-tout

Description sommaire : Très commune mais discrète, la verveine officinale dépasse rarement 50 à 80 cm. Elle dresse ses rameaux divergents assez caractéristiques, qui portent un épi terminal grêle composé de toutes petites fleurs lilas clair. La tige est cannelée, à 4 angles bien marqués, les feuilles opposées et dentelées. Elle fleurit de juin à septembre.

Elle est indigène dans toute la France, et présente dans une partie de l'Eurasie et en Afrique du Nord, apprécie les sols secs et les expositions ensoleillées.

Il est facile de distinguer la verveine officinale de la verveine odorante car la verveine officinale est quasiment dénuée d'odeur.

Multiplication : On sème les graines de verveine officinale, en pépinière ou en place, à faible profondeur. Le semis peut être effectué au printemps ou à l'automne. La germination peut prendre du temps, et la levée peut être irrégulière.

Culture : On repique les plantules de verveine officinale en pleine terre, dès lors qu'elles ont au moins deux vraies feuilles, à 20 cm sur le rang et 60 cm en interrang. La verveine officinale est parfaitement rustique, en supportant des froids allant jusqu'à -25°C. La plante disparaît l'hiver et refait des feuilles. Elle aime toutes sortes de sols, sauf ceux trop humides ou ombreux.

Usage médicinal : La verveine officinale est digestive, calmante, sédative (léger),,, Les sommités fleuries récoltées en début de floraison sont utilisées en infusion ou en alcoolature pour soulager les maux de tête, tensions nerveuses, bouffées de chaleur...

Autres usages : Plante de haute magie utilisée par les druides de Gaule pour purifier et préparer les autels rituels. Herbe sainte, les gaulois l'employaient pour « tirer les sorts et prédire l'avenir ».