

Lilas d'Espagne, Valériane rouge (graines) -

Graine de vie

Centranthus ruber (L.) DC.

<https://www.grainedevie.net/graines-lilas-d-espagne-valeriane-grecque.html>



FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Valerianaceae
Genre : *Centranthus*
Espèce : *ruber*
Nom d'auteur : (L.) DC.

Details

Type : vivace
Hauteur en fleur : de 20 à 50 cm , de 50 à 100 cm
Zones usda : 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)
Milieu : terrain drainant , terrain sec
Exposition : mi-ombre , plein soleil
Couleur des fleurs : rose
Floraison : mai , juin , juillet , août
Difficulté : Facile
Nombre de graines au gramme : 600
Poids de 1000 graines : 1.6

DESCRIPTION

Famille : Valerianaceae

Nom latin : *Centranthus ruber* (L.) DC.

Noms communs : Lilas d'Espagne, Valériane grecque, Valériane rouge

Description sommaire : La valériane rouge est une plante vivace à souche épaisse d'environ 1 m de hauteur. Feuilles opposées vert-bleu. Grappes de fleurs roses en tube. Floraison de mai à août.

Présente de façon spontanée dans les lieux difficiles, notamment rocailloux en région méditerranéenne.

Multiplication : On sème les graines de valériane rouge au printemps ou en automne.

Culture : La valériane rouge appréciera un sol bien drainé, avec une petite préférence pour les sols calcaires et pauvres. L'exposition peut aller de mi-ombre à plein soleil. On l'espacera de 40 cm en tous sens.

Usage médicinal : La racine de valériane rouge est utilisée (en tisanes, alcoolature) pour les mêmes usages que ceux de la valériane officinale, c'est-à-dire sédatives du système nerveux, calmantes, ...

Usage ornemental : Plante utilisée depuis longtemps pour l'ornement des jardins.