



Alchemille (plant)

Alchemilla vulgaris L.

- mi-ombre
- floraison de juin à octobre

Fiche technique

FAMILLE	Rosaceae
GENRE	Alchemilla
ESPÈCE	vulgaris
NOM D'AUTEUR	L.
CYCLE DE VIE	vivace
HAUTEUR EN FLEUR	0 à 20 cm
MILIEU	terrain frais
EXPOSITION	mi-ombre
ZONE DE RUSTICITÉ	De 4a (de -34,4°C à -31,7°C) à 7b (de -15°C à -12,2°C)
COULEUR DES FLEURS	jaune
FLORAISON	De juin à octobre

Description

Famille : Rosaceae

Nom latin : *Alchemilla vulgaris* L.

Noms communs : Alchemille, Alchemille commune, Manteau de Notre-Dame, Herbe aux femmes

Description sommaire : L'alchemille est une petite plante vivace tapissante. Feuillage doux et élégant (feuilles dentées et divisées en 5-11 lobes). Fleurs à sépales jaunes verdâtres entre juin et octobre. Inflorescence ramifiée.

Cette plante se distingue par une goutte de rosée matinale souvent présente au cœur de la feuille. Cette rosée nommée « eau céleste » par les alchimistes leur a servi dans leur quête de la pierre philosophale.

Multipliation : La méthode la plus facile pour obtenir des plants d'alchemille est la division de touffes. On peut aussi semer les graines.

Culture : Les plants d'alchemille seront espacés de 30 cm en terrain riche et frais. On la mettra de mi-ombre à plein soleil. La culture en pot, à l'intérieur, est possible.

Usage alimentaire : On peut consommer les jeunes feuilles d'alchemille en salade, gratins, farces, galettes.... La plante a un goût qui rappelle le chou-rave.

Usage médicinal : Feuilles et fleurs ont une action pour les problèmes liés au cycle féminin (emménagogue, sédatif gynécologique, régulateur cyclique et hormonale), connues pour leurs propriétés tonique, décongestionnante, circulatoire.

Usage tinctorial : L'alchemille donne des couleurs jaunes aux tissus.

Usage ornemental : L'alchemille est un bon couvre-sol pour la mi-ombre et les terrains frais. On pourra par exemple l'associer avec les rosiers, lys, etc. Il est agréable de venir observer l'alchemille le matin.