

***Symphytum officinale* L.**

<https://www.grainedevie.net/plant-consoude-officinale-godet.html>



#### FICHE TECHNIQUE

##### Botanique

**Famille :** Boraginaceae

**Genre :** Symphytum

**Espèce :** officinale

**Nom d'auteur :** L.

##### Details

**Cycle de vie :** vivace

**Hauteur en fleur :** de 0 à 20 cm , de 20 à 50 cm , de 50 à 100 cm , de 1 à 1,50 m

**Milieu :** terrain humide , terrain frais , terrain drainant

**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 :** mai , juin , juillet

## DESCRIPTION

**Famille :** Boraginaceae

**Nom latin :** *Symphytum officinale* L.

**Noms communs :** Consoude, Consoude officinale, Herbe aux charpentiers

**Description sommaire :** La consoude officinale est une grande plante vivace vigoureuse mesurant jusqu'à 1 m 50 formant des touffes compactes. Les feuilles lancéolées et rugueuses au toucher peuvent mesurer jusqu'à 50 cm. Les fleurs en tubes retombantes de couleur blanche ou rose pâle réunies en grappes, sont très visitées par les pollinisateurs (abeilles, bourdons, etc). La floraison a lieu entre mai et juillet.

A l'état sauvage, on trouve la consoude officinale dans les fossés, prés humides, berges de rivières, ...

**Multiplication :** On peut semer les graines de consoude officinale mais la division ou bouture de racines sont les moyens les plus rapides et faciles pour obtenir des plants.

**Culture :** On plante les plants de consoude officinale tous les 50 cm dans un sol riche et frais, et plutôt à mi-ombre. La culture de la consoude est facile. Si l'on préfère ne pas voir un certain nombre de petits plants se ressemer, il est préférable de couper les fleurs de consoude avant qu'elle ne fasse ses graines.

**Usage médicinal :** Traditionnellement, la consoude officinale est utilisée en externe sur les plaies infectées, entorses, tendinites, fractures... pour ses propriétés cicatrisantes, vulnéraires. C'est la racine râpée, préalablement débarrassée de son écorce brune foncée, qui est travaillée dans une matière grasse en pommade.

**Usage alimentaire :** Les feuilles de consoude officinale sont consommables (cuites, à l'étouffée, trempées dans une pâte à beignets...), avec modération et sur une période assez courte. Elles ont un goût d'huître.

**Usage agricole :** En purins et décoctions, la consoude officinale renforce les autres plantes du jardin (maturation des tomates, etc), accroît la fertilité du sol et accélère le compostage.

**Usage ornemental :** La consoude officinale est une jolie plante vivace à fleurs blanches.

**Autres usages :** La consoude officinale est une plante très mellifère.