



# Cynoglosse officinale (graines)

Cynoglossum officinale L.

- mi-ombre à plein soleil
- floraison de mai à juillet

## Fiche technique

|                              |                                                        |
|------------------------------|--------------------------------------------------------|
| FAMILLE                      | Boraginaceae                                           |
| GENRE                        | Cynoglossum                                            |
| ESPÈCE                       | officinale                                             |
| NOM D'AUTEUR                 | L.                                                     |
| TYPE                         | bisannuel                                              |
| HAUTEUR EN FLEUR             | 0 à 100 cm                                             |
| ZONES USDA                   | De 4a (de -34,4°C à -31,7°C) à 9b (de -3,9°C à -1,1°C) |
| MILIEU                       | terrain frais , terrain drainant                       |
| EXPOSITION                   | mi-ombre , plein soleil                                |
| COULEUR DES FLEURS           | violet                                                 |
| FLORAISON                    | De mai à juillet                                       |
| NOMBRE DE GRAINES AU GRAMME  | 22                                                     |
| POIDS DE 1000 GRAINES (EN G) | 45                                                     |

## Description

**Famille :** Boraginaceae

**Nom latin :** *Cynoglossum officinale* L.

**Noms communs :** Cynoglosse, Cynoglosse officinale, Langue de chien

**Description sommaire :** La cynoglosse est une plante bisannuelle ou vivace à vie brève des endroits sablonneux, fréquente sur les dunes de l'Atlantique, pouvant atteindre 75 cm. Feuilles, velues et douces, ce qui leur a valu le nom populaire de « *Langue de chien* ». Fleurs pourpre-foncé, virant au violet sombre en fin de saison et toutes orientées dans la même direction. Floraison de mai à juillet. Fruits couverts de petites épines crochues, ce qui en fait aussi sa particularité. Racine à écorce brune rougeâtre, blanche d'aspect laiteux à l'intérieur.

**Multipliation :** On sème les graines de cynoglosse au printemps, principalement en place car elle ne supporte peu la transplantation. La germination peut être assez lente, d'une durée supérieure à 4 semaines, mais peut être favorisée par un passage au froid.

**Culture :** La cynoglosse est peu exigeant quant à la nature du sol (pauvre, pierreux...) et préférant une situation ensoleillée, même si elle peut supporter la mi-ombre.  
La culture peut rester quelques années.

**Usage médicinal :** Si la racine et les feuilles étaient autrefois utilisées contre la toux pour leurs propriétés béchiques et adoucissantes, son emploi a été abandonné du fait de sa toxicité, notamment à long et moyen terme.

**Usage tinctorial :** En teinture végétale, la cynoglosse donne des teintes grises.

**Autres usages :** Son odeur est réputée éloigner les rongeurs. On peut en semer entre les rangs de fenouil qui souffrent fréquemment des dégâts des rats taupiers.