



Verveine officinale (graines)

Verbena officinalis L.

- mi-ombre à plein soleil
- floraison de juin à septembre

Fiche technique

FAMILLE	Verbenaceae
GENRE	Verbena
ESPÈCE	officinalis
NOM D'AUTEUR	L.
TYPE	vivace
HAUTEUR EN FLEUR	50 à 100 cm
ZONES USDA	De 4b (de -31,7°C à -28,9°C) à 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	De juin à septembre
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 ombrés.

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 ».