



C'est à partir de 2020, pendant le COVID, qu'a été créé ce livret pour répondre à la demande de quelques villageois passionnés de plantes sauvages. Il était à l'époque distribué à leur domicile et provoquait pas mal d'échanges... Il y avait 3 ou 4 plantes à chaque fois.

Les photos étaient prises par Dominique Desquets. Monique Romieux écrivait des textes explicatifs . Ils donnaient une idée des qualités de la plante à partir de lectures et surtout à l'aide des apports du botaniste qui lui avait fait aimer les plantes sauvages dans les RV balades de la Puce (Coeur de Vanne) : Jean-Paul Brulé.

Chaque année ce livret s'est enrichi de plantes jusqu'à plus de quatre-vingt aujourd'hui. Il a toujours été écrit avec la même rigueur, avec la relecture attentive de Jean-Paul Brulé.

Il s'agit de répertorier les plantes découvertes sur la partie sauvage du Jardin de l'Érable, les décrire à partir de données simples et noter leurs caractéristiques. Nous rajoutons les appellations et les utilisations locales expliquées par les villageois.

En 2023 un atelier de cueillette et découverte des plantes sauvages a été créé au Jardin de l'Érable par Monique Romieux et Bénédicte Polrot formée en Technologies du végétal. Ce livret est alors devenu un outil d'aide au service des fans qui viennent une fois par mois se pencher sur le carré de plantes sauvages qui bordent le ru de l'érable.

C'est en 2024 que ce livret s'est enrichi des dessins réalisés par Agnès Dornstetter, une artiste peintre sculpteur parisienne, venue s'exiler dans l'Yonne, émerveillée par les plantes sauvages.

Voici la légende du document que vous avez entre les mains.



MORTEL



TRES DANGEREUX



MEFIANCE



COMESTIBLE



SOMMAIRE

| | |
|--|----|
| ACHILLEE MILLEFEUILLE..... | 5 |
| AIGREMOINE EUPATOIRE | 6 |
| ALLIAIRE OFFICINALE | 7 |
| AMARANTE RÉFLÉCHIE | 8 |
| ARMOISE COMMUNE | 9 |
| ARUM D'ITALIE | 10 |
| BARDANE COMMUNE | 11 |
| BEC DE GRUE COMMUN..... | 12 |
| BENOITE COMMUNE ou urbaine..... | 13 |
| BERCE COMMUNE | 14 |
| BRUNELLE COMMUNE..... | 15 |
| BRYONE DIOÏQUE | 16 |
| CARDAMINE HERISSÉE..... | 18 |
| CARDAMINE DES PRES..... | 19 |
| CARDERE SAUVAGE | 20 |
| CAROTTE SAUVAGE | 21 |
| CENTAUREE SCABIEUSE | 22 |
| CERFEUIL SAUVAGE | 23 |
| CHÉLIDOINE GRANDE ÉCLAIRE | 24 |
| CHÉNOPODE blanc | 25 |
| CIRSE DES CHAMPS ou chardon des champs | 26 |
| COLZA | 27 |
| COQUELICOT..... | 28 |
| CORONILLE BIGARREE | 29 |
| DATURA STRAMOINE..... | 30 |
| ÉPIAIRE DES BOIS..... | 31 |
| EUPATOIRE A FEUILLES DE CHANVRE..... | 32 |
| GAILLET BLANC | 33 |
| GAILLET GRATTERON | 34 |
| HERBE A ROBERT ou Bec de grue | 35 |
| LAITERON DES CHAMPS ou maraîcher | 36 |
| LAITERON ÉPINEUX..... | 37 |
| LAITUE SCARIOLE | 38 |
| LAMIER BLANC..... | 39 |
| LAMIER POURPRE | 40 |
| LAMPSANE | 41 |
| LIERRE TERRESTRE | 42 |

| | |
|---|----|
| LINAIRE COMMUNE..... | 43 |
| LUZERNE COMMUNE..... | 44 |
| LUZERNE LUPULINE | 45 |
| LYCOPE D'EUROPE | 46 |
| MACHE..... | 47 |
| MERCURIALE..... | 48 |
| MILLEPERTUIS PERFORÉ | 49 |
| MOLENE BOUILLON BLANC | 50 |
| MORELLE NOIRE | 51 |
| MOUTARDE DES CHAMPS | 52 |
| MOURON BLANC DES OISEAUX | 53 |
| MOURON ROUGE | 54 |
| MYOSOTIS DES CHAMPS | 55 |
| ORIGAN COMMUN | 56 |
| GRANDE ORTIE | 57 |
| PICRIDE FAUSSE EPERVIERE..... | 58 |
| PISSENLIT | 59 |
| PLANTAIN LANCEOLÉ ou Petit Plantain | 60 |
| GRAND PLANTAIN ou Plantain Majeur..... | 61 |
| POTENTILLE RAMPANTE | 62 |
| PORCELLE ENRACINEE | 63 |
| POURPIER SAUVAGE..... | 64 |
| PRELE des champs | 65 |
| RENONCULE RAMPANTE | 66 |
| RENOUEE DES OISEAUX..... | 67 |
| RÉSÉDA | 68 |
| RONCE SAUVAGE..... | 69 |
| SCABIEUSE DES CHAMPS | 72 |
| SCROFULAIRE NOUEUSE..... | 73 |
| SÉNEÇON COMMUN..... | 74 |
| SETAIRE | 75 |
| SILENE A LARGES FEUILLES | 76 |
| SORGHO D'ALEP | 77 |
| TRÈFLE DES PRÉS | 78 |
| VELAR ODORANT | 79 |
| VERGERETTE ANNUELLE | 80 |
| VERGERETTE DU CANADA | 81 |
| VERVEINE OFFICINALE | 83 |
| VESCE COMMUNE | 84 |



ACHILLEE MILLEFEUILLE

Achillea millefolium

Famille : Astéracées

C'est une plante médicinale dont les principes actifs se trouvent concentrés dans les sommités fleuries (partie de la plante qui porte les fleurs, la tige et quelques feuilles). Elle est cicatrisante, anti-inflammatoire, tonique digestive.

La feuille est hémostatique, elle arrête les écoulements de sang. Bien écraser la feuille ou les fleurs pour extraire le jus et l'appliquer. Cela s'arrête tout de suite.

Elle peut être utilisée en infusion pour réguler les cycles menstruels et soulager les problèmes hémorroïdaires ; en macération et même en apéritif avec des pois chiches (en houmous). Les jeunes feuilles sont comestibles en salade ou cuites.

Autrefois, elle était ramassée pour les lapins.

Les Chigyciens l'appelaient « Millefeuille ».





AIGREMOINE EUPATOIRE

Agrimonia eupatoria

Famille : Rosacées

Cette plante est héliophile, elle aime la lumière. Son nom tire ses origines du grec « agrios » signifiant sauvage et « monos » qui veut dire solitaire.

La partie utilisée est la sommité fleurie récoltée en pleine floraison (juillet-Aout). Elle est principalement employée en infusion ou en décoction, en poudre ou en extrait sec.

C'est une plante médicinale utilisée depuis longtemps. Elle a beaucoup de propriétés. C'est une pharmacie à elle toute seule. Comme toutes les rosacées, elle est riche en tanins et en silice.

Ses fruits (des akènes) sont munis de crochets appelés par un Vareillois « des teignes » car ils s'accrochent aux vêtements.





ALLIAIRE OFFICINALE

Alliaria petiolata

Famille des Brassicacées

Elle a la particularité de sentir l'ail lorsque l'on froisse ses feuilles.

Elle vit dans des lieux ombragés, frais à la lisière des bois
et le long des haies.

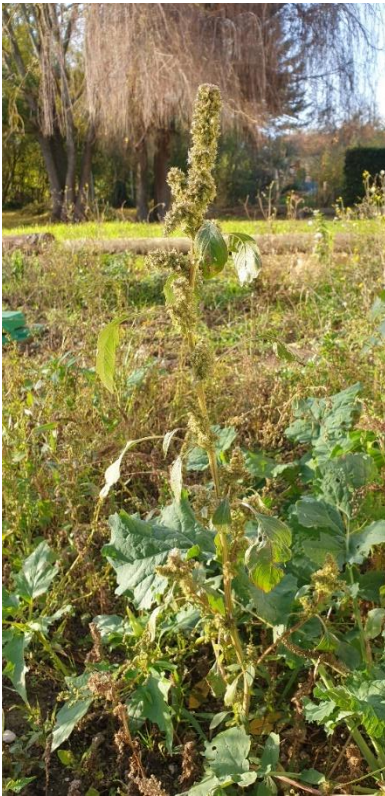
Les premiers européens l'ont apportée avec eux comme plante
médicinale et condimentaire.

En usage interne, elle est utilisée pour les troubles urinaires et asthme ; en
usage externe contre l'eczéma et les plaies.

Elle est employée en : infusion, décoction, cataplasme, lotion....

Elle a été découverte dans le potager expérimental du Jardin de l'Erable
après avoir mis du fumier d'ânes venant d'Arces Dilo.





AMARANTE RÉFLÉCHIE

Amaranthus retroflexus

Famille : Amaranthacées

Les jeunes feuilles d'amarante se mangent crues ou cuites (à la poêle, en soupe, en tarte) comme le chénopode mais avec modération à cause de l'acide oxalique. Elles ont le goût d'épinard.

Les graines et les tiges sont également comestibles.
L'amarante pousse très souvent à côté du chénopode blanc et du datura stramoine.
En décembre, c'est la bonne période pour cueillir les graines.





ARMOISE COMMUNE

Artemisia vulgaris

Famille : Asteracée

Cette armoise est aussi appelée « Herbe de la Saint-Jean ».

Elle est utilisée comme plante médicinale. Elle stimule le processus de digestion. L'armoise soulage les spasmes digestifs ou liés aux règles douloureuses.

C'est une plante comestible qui a des propriétés toniques amères. Avec ses fleurs, on peut : faire des infusions à prendre avant les repas, parfumer les plats... Ses pousses peuvent être préparées en beignets.





ARUM D'ITALIE **ou GOUET d'Italie**

Arum italicum

Famille : Aracées

L' arum d'Italie se cultive dans un sol humifère, frais et bien drainé, à mi-ombre pour avoir un beau feuillage mais un peu au soleil du matin pour favoriser sa floraison. C'est une plante qui peut parfois être envahissante.

Elle offre un joli feuillage décoratif au jardin d'hiver souvent assez dépouillé, sans oublier qu'il est utilisé dans la composition de bouquets frais.

Les feuilles, les fruits et les tubercules de l'Arum sont toxiques du fait de leur teneur en oxalate de calcium.





BARDANE COMMUNE

Arctium lappa

Famille: Astéracées

Elle pousse dans des terrains incultes ou des friches. Elle est apparue au Jardin de l'Erable lors de la chute du mur du voisin.

La bardane doit être ramassée de préférence en automne.

Sa grande racine noire est comestible : elle a un goût mielleux, elle peut être cuisinée comme les carottes.

Elle a des propriétés médicinales : elle est détoxifiante et agit sur la peau.

Le mode de dispersion du fruit est à l'origine de la création du système VELCRO.

Le terme Velcro est la contraction des mots velours et crochet.





BEC DE GRUE COMMUN

Erodium cicutarium

Famille : Géraniacées

L'épithète *cicutarium* fait référence aux feuilles du Bec de Grue commun qui ressemblent à celles de la cigüe. Cette plante est de la famille des géraniums.

Elle se trouve souvent sur un terrain sec. Elle poussait au milieu des gravillons, dans l'allée devant la maison du Jardin de l'érable.

Cette espèce constitue une source de nourriture saisonnière pour les herbivores. Ils peuvent consommer son feuillage ou ses graines.
Chaque graine fournit près de 9 calories.





BENOITE COMMUNE ou urbaine

Geum urbanum

Famille: Rosacées

Elle a longtemps été cultivée pour sa racine au parfum étonnant de clou de girofle. Séchées et réduites en poudre, ses racines apportent une touche épicée, chaude, aux sauces, aux soupes, aux marinades.

Les jeunes feuilles accompagnent les salades et peuvent être cuites comme des légumes verts. Elles peuvent être utilisées en infusion, confiture, liqueur et condiment.

La racine est utilisée pour soulager les aphtes et les douleurs dentaires.





BERCE COMMUNE

Heracleum sphondylium

Famille : Apiacées

Elle est souvent appelée « panais » à tort. Bien qu'il soit de la même famille, le panais (*pastinaca sativa*) a une floraison jaune. Ne pas la confondre non plus avec la GRANDE BERCE du CAUCASE qui peut faire plus de 3m de hauteur et qui est ponctuée de taches bordeaux sur la tige et n'a pas de poils. C'est une espèce qui peut parfois être envahissante et qui est difficile à éliminer de par ses racines pivotantes.

Tout est comestible dans la berce : les racines, les jeunes feuilles, les côtes (gratins, confitures, soupes, pestos...). La tige se mange aussi crue. Les fruits ont un goût d'orange amère. Ne pas en manger une trop grande quantité. Les berces sont phototoxiques : le fait de cueillir la plante et de s'exposer ensuite au soleil peut produire des brûlures sur la peau qui a été en contact.





BRUNELLE COMMUNE

Prunella vulgaris

Famille : Lamiacées

La brunelle est une excellente plante mellifère, très visitée par les abeilles. En butinant ses fleurs, elles y récoltent un excellent liquide sucré. C'est une plante très riche en nectar et en pollen .

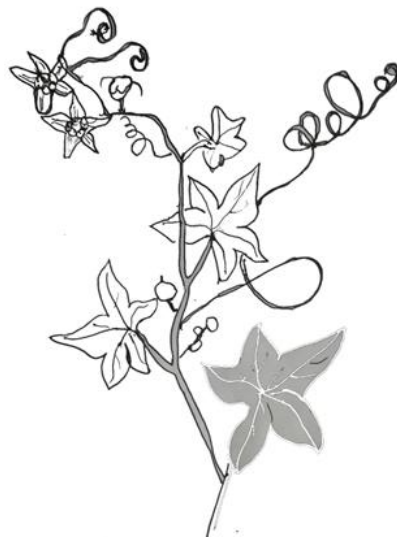
C'est une plante souvent très présente dans nos pelouses.

Elle a de nombreuses propriétés médicinales.

Elle est comestible, crue en salade ou cuite comme des épinards.

Il existe plusieurs types de brunelles, sa couleur change selon les variétés. Elles ont une très longue floraison estivale.





BRYONE DIOÏQUE

Bryonia dioica

Famille : Cucurbitacées

Cette plante très envahissante est aussi appelée « Navet (ou Vigne) du diable ».

C'est une belle plante mellifère qui attire de nombreux insectes.

Elle est très toxique, surtout par sa racine et ses fruits.
Elle a une odeur nauséabonde surtout au moment de la fructification.
Elle a des baies vertes, puis rouges à maturité.

Elle est utilisée malgré tout en pharmacologie ancienne
pour ses vertus vomitives et dépuratives
et également en homéopathie pour soulager les maux de gorge.





CAPSELLE BOURSE à PASTEUR

Capsella bursa-pastoris

Famille : Brassicacées

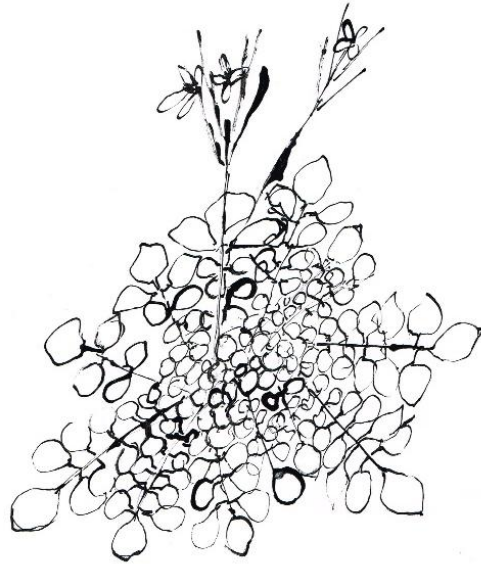
Cette plante est aussi appelée Bourse de Capucin. C'est la forme des fruits qui a donné son nom à cette espèce : capsule en forme de cœur comme la bourse du berger.

C'est la plante qui marche le mieux pour arrêter les écoulements de sang. Prendre le jus de la plante (fleur, feuille, tige) et le mettre sur le saignement, même dans le nez et cela s'arrête ! Cette plante est hémostatique.

Les jeunes feuilles se mangent en salade. Elles ont une odeur soufrée, piquante qui ressemble aux radis et aux choux (même famille). C'est une plante annuelle qui se ressème.

Elle fait partie des plantes indicatrices du jardin et indique des sols de bonne fertilité pouvant être riches en sels.





CARDAMINE HERISSÉE

Cardamine hirsuta

Famille des choux : Brassicacées

Elle s'appelle aussi cardamine hirsute et est de la même famille que le chou et le cresson. Cette plante annuelle est présente un peu partout. Elle pousse dans des endroits riches en azote, c'est pour cela qu'il y en a beaucoup dans nos potagers. On l'observe en fleurs à partir de février/mars.

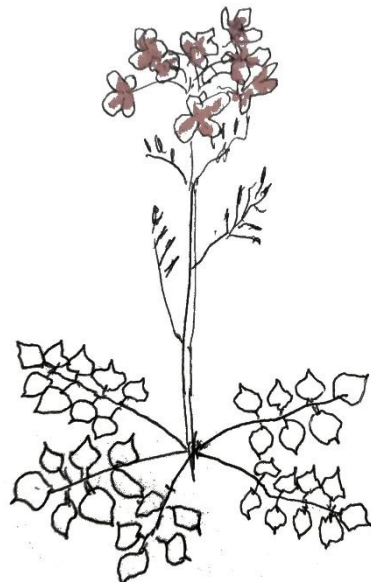
Au Jardin de l'Érable, elle est surtout le long des murs.

On peut manger cru les rosettes de feuilles, les feuilles sur la tige et les jeunes fruits. Ils accompagnent très bien les salades, les sushis...

Cette plante a un agréable goût de cresson en moins prononcé. Elle est souvent appelée « cresson sauvage », « cressonnette ».

Elle est riche en vitamines C et A et elle stimule la digestion





CARDAMINE DES PRES

Cardamine pratensis

Famille: Brassicacees

Plante de début de printemps qui apparaît après la cardamine hérissée au mois de mars.

Comme beaucoup de cardamines, elle est comestible. On la mange crue en cueillant les rosettes de feuilles, les feuilles de la tige, les fleurs et les jeunes fruits. Elle est un peu plus amère que la cardamine hérissée.

Elle est jolie en décoration.

Elle se trouve surtout dans les près mais aussi en bordure de chemin.





CARDERE SAUVAGE

Dipsacus fullonum

Famille: Caprifoliacées

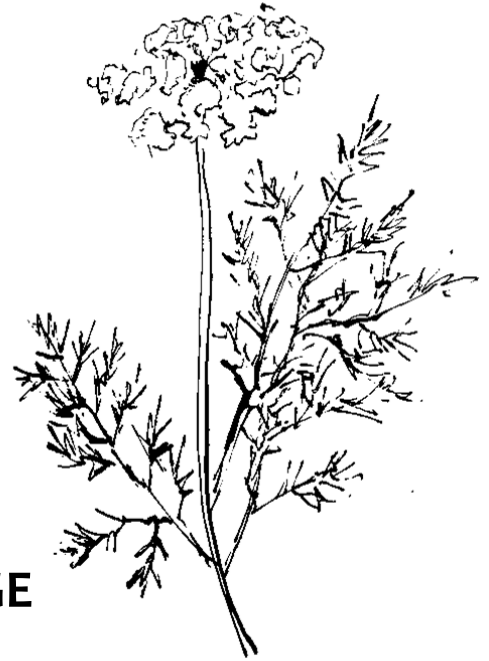
Cette plante fait entre 0,50 et 2m de haut. Au Jardin de l'Erable , elle fait autour de 2m. Les graines sont venues de la source St Léger à Vareilles.

Les feuilles sont soudées et opposées deux à deux. Elles forment une cuvette dans laquelle l'eau de pluie s'accumule d'où le nom de « Cabaret des oiseaux ». Les oiseaux viennent s'y désaltérer.

Une espèce de cardère(amélioration de la cardère sauvage) a été cultivée : la cardère à foulons (*dipsacus sativus*)

Les têtes épineuses de cette plante étaient utilisées une fois séchée pour la finition des tissus ou des draps de laine, donnant une surface poilue ou velue, les rendant imperméables.





CAROTTE SAUVAGE

Daucus carota

Famille : Apiacées

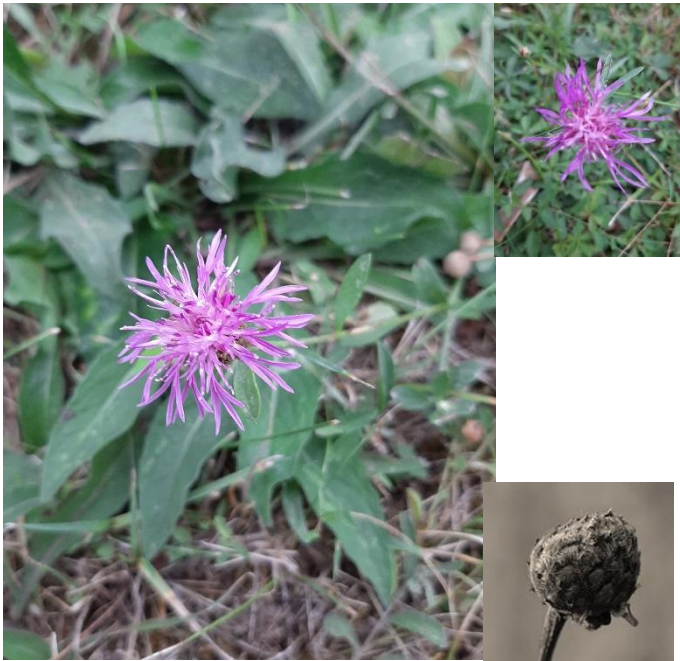
C'est l'ancêtre de notre carotte cultivée. La variété orange n'est arrivée qu'au XVII^{ème} siècle.

Elle se reconnaît facilement car elle a une belle ombelle avec au milieu une petite fleur stérile (mouche pourpre qui devient noire), mais toutes ne l'ont pas. La tige est poilue avec des feuilles très découpées. Elles ont une bonne odeur de fanes de carotte.

La carotte se referme dès qu'il y a fécondation et on voit les petits fruits.

On peut la consommer très facilement : feuilles et fleurs ont un goût de carottes. On peut les faire en soupe de légumes, en mettre un petit peu dans les salades, dans les vinaigrettes. On peut faire des beignets salés avec les fleurs. On peut aussi consommer les petits fruits dans les glaces, les sirops, les légumes. Sa racine blanche fibreuse est mangée surtout en automne ou en hiver à la fin de la 1^{ère} année.





CENTAUREE SCABIEUSE

Centaurea scabiosa

Famille : Asteracées

Elle est comestible quand elle est jeune. Elle est assez amère et stimule le système digestif. Elle est expectorante et purgative (graines).

On peut manger les fleurs, elles ont un goût d'artichaut.

Si on veut faire baisser l'amertume, faire bouillir la feuille jeune et les fleurs tubulées 1 ou 2 minutes pas plus.

Cette plante est également astringente (cicatrisante), calmante et diurétique. Dans l'ancien temps, elle aurait servi de remède contre la gale et contre les dartres.





CERFEUIL SAUVAGE

Anthriscus sylvestris

Famille : Apiacées

Le cerfeuil sauvage porte aussi le nom de « cerfeuil des haies » ou « ciguë blanche », en raison de sa ressemblance avec la petite ou grande ciguë très toxique.

Le cerfeuil sauvage est proche du cerfeuil utilisé en cuisine (*Anthriscus cerefolium*), mais il ne faut surtout pas les confondre.

En effet cette plante contient des produits photo-sensibilisants qui peuvent provoquer des dermatites aiguës après un contact prolongé avec elle ou une de ses parties (feuilles comprises) suivi d'une exposition au soleil. La racine renferme des substances phénoliques toxiques.

C'est une plante indicatrice qui nous montre que le sol est riche en azote.





CHÉLIDOINE GRANDE ÉCLAIRE

Chelidonium majus

Famille : Papaveracées

Elle est souvent appelée « herbe aux verrues » ou « herbe aux boucs ».

Elle ne s'utilise qu'en externe. Elle a du latex jaune orangé dans toutes ses parties et aussi dans les feuilles. On met ce latex frais sur une verrue plusieurs fois par jour. (Pour le garder frais à peu près une semaine : rapporter la plante chez soi, la mettre dans un tissu, le rouler, le mettre dans un sac puis au réfrigérateur dans le bac à légumes).

Ce latex doit pénétrer et aller attaquer la verrue. C'est en avril qu'il est le plus efficace. Si ça ne marche pas, le mieux est d'aller voir un dermatologue !

La chélidoine en grande quantité, est une plante indicatrice d'un manque d'argile et d'humus, et d'une accumulation inerte de matière organique végétale sous le sol (branches d'arbres...).





CHÉNOPODE blanc

Chenopodium album

Famille : Chénopodiacees



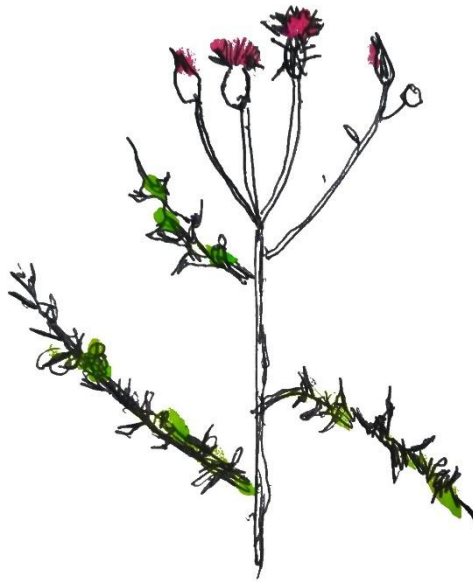
Très bon « légume » sauvage à la saveur proche de l'épinard, dont il est d'ailleurs l'ancêtre. Son goût est cependant plus fort.

Graines très nutritives rappelant à cet égard le quinoa, appartenant d'ailleurs avec l'épinard et le chénopode à la même famille des chénopodiacees.

Le chénopode blanc, tout comme l'épinard, contient de l'acide oxalique. De manière générale, il ne faut pas en abuser. Il vaut mieux cueillir les feuilles avant qu'il y ait des fleurs, il y aura moins d'acide et de saponine, c'est plus doux au goût.

Au jardin potager : très prolifique, il peut devenir vite envahissant.
Aux Vallées-de-la-Vanne, les agriculteurs le nomment « Belle-Dame ».





CIRSE DES CHAMPS ou chardon des champs

Cirsium arvense

Famille : Astéracées

Cirsium vient du Grec « Kirkos » signifiant varice en référence à l'usage traditionnel de cette plante.

Elle joue un rôle essentiel pour la biodiversité.

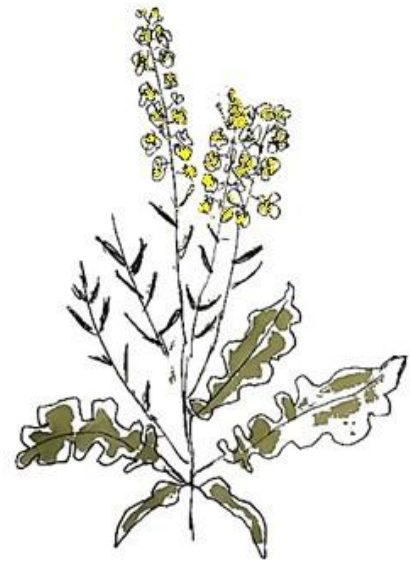
Elle est redoutée par les agriculteurs car elle peut provoquer des pertes de rendement. Elle est considérée dans l'Yonne comme invasive.

Les moyens les plus efficaces pour limiter l'installation du cirse sur une parcelle reste la mise en place de cultures concurrentielles (trèfle, vesce, légumineuse, pommes de terre...) qui viennent prendre la lumière.

Les fleurs attirent une multitude d'insectes pollinisateurs.

Les graines sont mangées par les oiseaux granivores (moineaux domestiques, verdiers d'Europe ou chardonnerets élégants se nourrissent principalement de graines).





COLZA

Brassica napus

Famille: Brassicacées

Cette plante est largement cultivée pour la production d'huile alimentaire et d'agrocarburant. C'est, avec le tournesol et l'olivier, l'une des trois principales sources d'huile végétale alimentaire en Europe.

Elle est née d'un croisement entre un chou et une navette.

Certaines espèces cultivées : navette, colza, rutabaga, quelques choux sont si proches, qu'elles portent le même nom latin :

Brassica napus.





COQUELICOT

Papaver rhoeas

Famille : Papavéracées

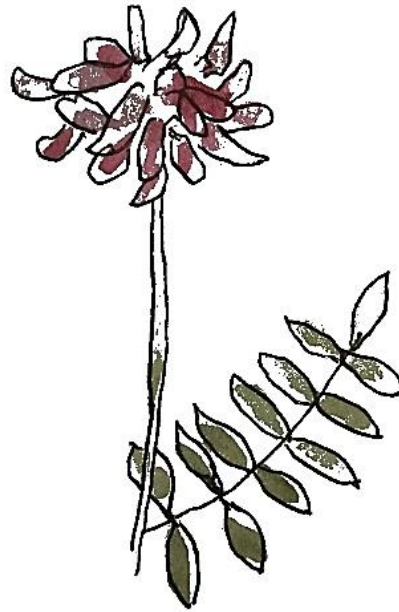
Le coquelicot pousse sur des sols travaillés, remués. Il y a en a beaucoup dans les champs. Il est de la même famille que le pavot.

Avec ses boutons floraux on peut faire, comme avec les capres, des conserves au vinaigre.

La tige et les feuilles jeunes ; les graines (quand les capsules sont à maturité) se mangent.

Les pétales se mélangent dans la salade par exemple. On peut en faire des sirops, des gelées, des bonbons (de Nemours) ou des infusions pour apaiser la toux sèche. Ils sont utilisés aussi pour calmer le stress, car ils contiennent des opiacés.





CORONILLE BIGARREE

Securigera varia

Famille : Fabacées

La Coronille bigarrée est une plante toxique. Elle était utilisée autrefois en médecine traditionnelle pour ses propriétés cardiologiques et diurétiques et également pour soigner certains troubles de la prostate.

On en tirait l'alcaloïde que l'on utilisait en très faible quantité. On prenait beaucoup de précautions à cause de sa toxicité.

Cette plante ressemble un peu aux Vesces mais n'a pas leurs propriétés.





DATURA STRAMOINE

Datura stramonium L.

Famille : Solanacées

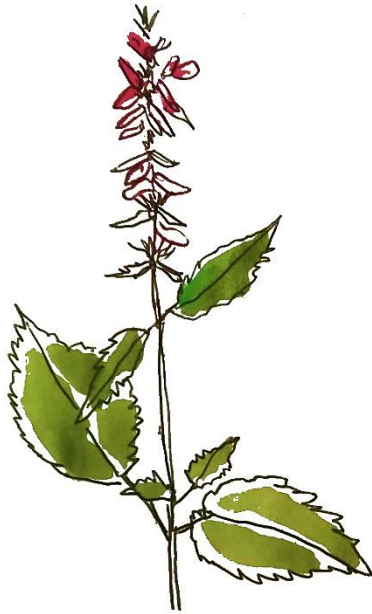


Belle plante qui nous vient d'Amérique du sud et qui s'est naturalisé un peu partout. On reconnaît, très facilement ce *Datura* par ses fleurs, ses fruits curieux et surtout par son odeur fétide très désagréable (froisser la feuille).

Appelée aussi « Herbe à la taupe » et « Herbe du diable ».

Ses fruits amusants et curieux avec ses nombreux piquants sont extrêmement toxiques ainsi que toute la plante qui est à éloigner des enfants et des adultes.





ÉPIAIRE DES BOIS

Stachys sylvatica

Famille : Lamiacées



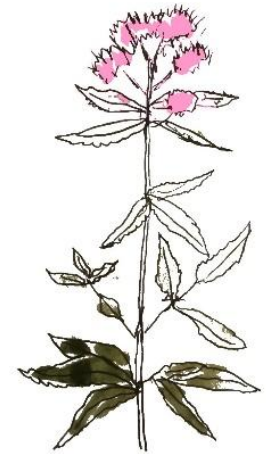
Elle est de la même famille que la mélisse, le lierre terrestre, la menthe et que les lamiers. Sa feuille ressemble à celle de l'ortie mais elle ne pique pas.

On l'appelle aussi l'ortie puante ou la plante cèpe. Elle dégage une odeur plutôt désagréable, mais elle a un bon goût de cèpe qui vient de la tige écrasée. On peut faire de très bons veloutés.

La feuille peut servir à aromatiser les desserts, les boissons.

Au jardin de l'érable, elle se trouve au bord du ru de l'érable.





EUPATOIRE A FEUILLES DE CHANVRE

Eupatorium cannabinum

Famille : Astéracées

Son nom vient de la ressemblance de ces feuilles avec celles du chanvre, du genre cannabis. Elle est aussi appelée « Chanvrine ».

Cette plante pousse auprès du ru de l'érable. Ses fleurs roses et mellifères attirent de nombreux papillons.

Les feuilles étaient utilisées pour des infusions prises en début de grippe mais également comme purge.

De longue date, c'était une plante médicinale à visée hépatorénale utilisées à dose modérée et en traitements de courte durée.

Ses principes actifs, concentrés tant dans les sommités fleuries, les feuilles et les racines, varient selon que la plante est fraîche ou sèche. Ses alcaloïdes pyrrolizidiniques peuvent avoir un effet toxique à long terme et son usage demande sans aucun doute les conseils d'un phytothérapeute compétent ou d'un herboriste chevronné





GAILLET BLANC

Galium album

Famille : Rubiacées

Cette plante pousse sur des terrains riches dans les prés et les pâturages ensoleillés, en bordure de chemin ainsi qu'en lisière de bois et de fourrés. Au Jardin de l'Érable le gaillet blanc est en train de prendre la place du gaillet-gratteron.

Au printemps le goût de la plante évoque un mélange de laitue et de roquette.

Les feuilles et les tiges tendres peuvent entrer presque toute l'année dans les plats de légumes feuille. On peut aussi parsemer les salades de fleurs et de boutons floraux. Les petites graines conservées dans des récipients sombres à l'abri de la lumière, peuvent germer en hiver et servir de substitut de café.





GAILLET GRATTERON

Galium aparine

Famille : Rubiacées

La tige de cette plante s'accroche à nous. On l'appelle souvent « l'herbe collante », la plante « Velcro ».

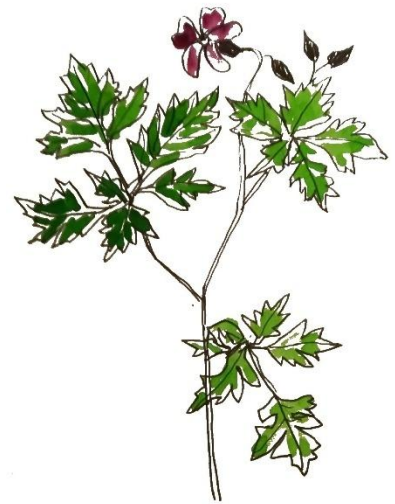
Elle est comestible. On peut la consommer soit en beignet soit en jus, mais également en salade (jeunes pousses). Cuites, les feuilles et les pointes peuvent entrer dans la composition de nombreux plats : on peut les manger telles quelles avec une sauce ou un filet d'huile, en farce, gratin, omelette, soupe, quiche... Les graines furent torrifiées autrefois, pour remplacer le café (même famille).

Cette plante est un très bon diurétique, elle est hypotensive, antispasmodique et sédative. Fraîche, en usage externe, elle est indiquée contre les coups et les contusions.

Le gaillet gratteron est en grande quantité une plante indicatrice d'un manque d'argile et d'humus, et une accumulation inerte de matière organique végétale sous le sol (branches d'arbres...).

Autrefois, il était roulé en boule pour servir de tampon à récurer.





HERBE A ROBERT ou Bec de grue

Geranium robertianum

Famille : Geraniacées

Le terme de geranium dériverait du terme Grec « geranos » la grue. Les fruits du geranium présentent des petites pointes ressemblant au bec ou à la tête du volatile.

L'herbe à Robert tolère tout type de sol et d'exposition.

Elle est tanique et donc astringente (qui resserre les tissus vivants).

Il n'est pas une partie de l'herbe à Robert qui n'ait été utilisée par l'homme.

Ses petites fleurs s'épanouissent en un temps très court pour laisser place à des capsules poilues.

NB Les fleurs de nos balcons sont des pélargoniums et non des géraniums.





LAITERON DES CHAMPS ou maraîcher

Sonchus arvensis

Famille : Astéracées

Si on casse les tiges épaisses du laiteron des champs, un suc blanc et laiteux s'en écoule.

Les feuilles basales ont des dents épineuses mais non piquantes dirigées vers la base (à la différence du laiteron épineux).

Le laiteron des champs est potager, il a été cultivé par l'homme dès l'antiquité consommé en salade ou cuit comme des épinards. Plus récemment il a été utilisé comme nourriture pour le bétail.

Un seul pied de laiteron des champs peut produire plusieurs milliers de graines à la belle saison, de petits akènes que le vent disperse.





LAITERON ÉPINEUX

Sonchus asper

Famille : Astéracées

Appelé également laiteron piquant ou rude, ses feuilles sont piquantes.

Plante polymorphe : les formes de ses feuilles, à dentelures aiguës et embrassant la tige, sont très variables. Ses rameaux feuillés se métamorphosent en boutons floraux.

Les jeunes feuilles sont comestibles et sont utilisées localement comme salade crue (légume-feuille).

Le latex est assez abondant quand on casse une tige. Les tiges doivent être meurtries et le jus laiteux au goût amer délavé avant de les manger ou de les faire cuire. Les tiges sont épluchées et mangées crues comme du céleri. La plante est pilée et appliquée en cataplasme sur les plaies et les furoncles.





LAITUE SCARIOLE

Lactuca serriola

Famille : Asteracées

Pour manger la laitue Scariole, il faut la récolter encore jeune.
Car plus elle grandit, plus elle devient amère. Elle peut être mangée crue
en salade seule, ou mélangée avec d'autres jeunes pousses.
Les racines sont utilisées pour la production de faux café.

C'est une plante aux propriétés sédatives, hypnotiques, calmantes,
émollientes, cicatrisantes, diurétiques et antispasmodiques. C'est
d'ailleurs un des plus puissants sédatifs naturels.

Elle est appelée plante boussole pour se repérer car ses feuilles s'alignent
pour fuir le soleil et peuvent indiquer l'axe nord ou sud
(à utiliser avec modération !)





LAMIER BLANC

Lamium album

Famille : Lamiacées

Le lamier blanc ressemble à l'ortie mais ne pique pas.
On l'appelle aussi ortie blanche.

Il est de la même famille que le basilic, la menthe, la sauge,
le thym, le romarin et la sarriette : les Lamiacées.

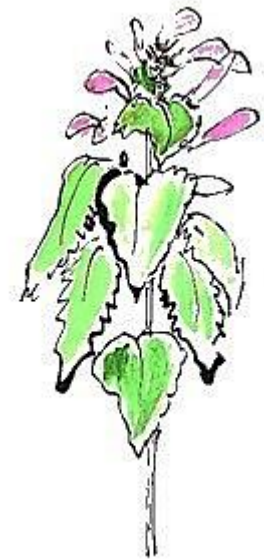
La vraie ortie est de la famille des Urticacées.

Toutes les Lamiacées ont une tige carrée.

Ce n'est pas une plante aromatique, mais c'est une plante comestible.
C'est une plante légume avec beaucoup de caractéristiques médicinales

Elle aide les reins à éliminer l'acide urique. Elle est expectorante
(permet d'évacuer les mucosités des bronches encombrées),
calmante, cicatrisante et antidiarrhéique.





LAMIER POURPRE

Lamium purpureum

Famille : Lamiacées

Le lamier pourpre fleurit tôt au printemps avant le lamier blanc.

Il a une tige carrée avec des feuilles opposées (en face l'une de l'autre),
décussées (en croix) pour capter le soleil et des fleurs
comme des gueules ouvertes.

C'est une plante comestible, on peut la manger crue ou cuite. Elle a un
goût assez fort : de betterave pour les uns ou de champignons pour les
autres. Il faut la récolter jeune et ne prendre que les extrémités.

Elle est agréable en quiche, beignet, soupe, poêlée et en omelette. On
peut aussi la faire en pâté, la mettre dans les salades...





LAMPSANE

Lapsana communis

Famille : Astéracées

C'est une plante qui est très visible en hiver et que l'on peut consommer une bonne partie du printemps. Elle est de la même famille que le pissenlit et les laitues. Elle a aussi du latex blanc quand on coupe la tige.

Toute jeune, elle est en rosette et elle est moins amère, elle a le goût de laitue romaine.

Plus les feuilles se trouvent en haut de la plante et plus elles sont affinées.

Généralement elle est consommée en salade l'hiver avec la cardamine, la mâche. Elle est alors très douce en goût.

Les tortues l'apprécient aussi.

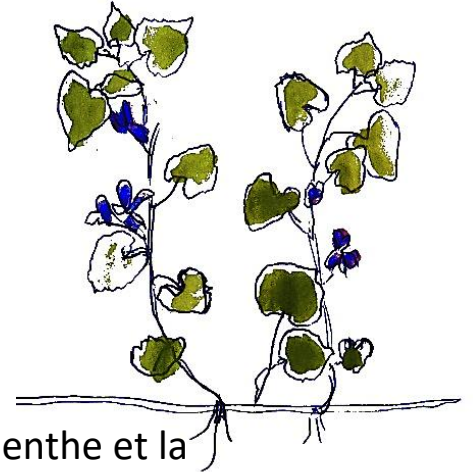




LIERRE TERRESTRE

Glechoma hederacea

Famille : Lamiacées



Cette plante est de la même famille que la menthe et la mélisse. Elle est vivace et se développe en tapis à mi-ombre, dans les sous-bois ou près des maisons.

Elle est également appelée « Courroie de Saint-Jean » ou Herbe de Saint-Jean ».

C'est une très bonne plante sauvage aromatique.

La feuille peut être utilisée toute l'année. Elle sert à aromatiser les desserts, faire des jus...

C'est une plante conseillée pour les bronchites. Pour réaliser des remèdes, il faut prendre la feuille et la fleur.





LINAIRE COMMUNE

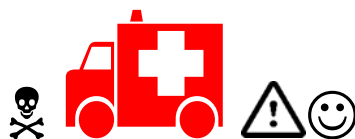
Linaria vulgaris

Famille : Scrophulariacées

La linaria commune n'est apparue qu'en 2025 dans la partie sauvage du Jardin de l'Erable, après la chute du mur du voisin et quelque temps après le remblaiement avec de la terre de Pont-sur-Vanne .

Elle possède des propriétés médicinales reconnues depuis longtemps. Ses fleurs récoltées en début de floraison et séchées offrent de nombreux bienfaits thérapeutiques : elle soulage la toux et l'asthme.

Elle contient des composants chimiques toxiques pour le bétail et pour les humains.





LUZERNE COMMUNE

Medicago sativa

Famille : Fabacées

C'est une plante fourragère herbacée de la famille des légumineuses, très cultivée pour sa richesse en protéines et ses qualités d'amélioration des sols.

C'est un engrais vert. Elle fixe l'azote de l'air et le redonne au sol.

On peut manger ses graines, ses fleurs ; ses jeunes feuilles, ses boutons floraux (dans la salade). Elle est très riche en minéraux.

C'est une plante médicinale (pour les problèmes de la ménopause), comme le trèfle ou le soja.

En herboristerie occidentale, on utilise les graines germées et les parties aériennes en début de floraison pour traiter l'arthrite et l'arthrose, les irrégularités menstruelles, les troubles des reins, de la vessie et les problèmes digestifs.





LUZERNE LUPULINE

Medicago lupulina

Famille : Fabacées

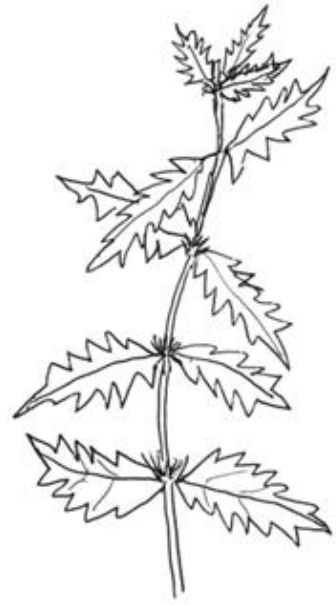
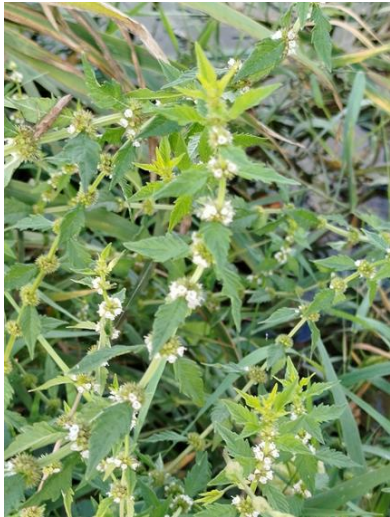
La luzerne lupuline appartient à l'ancienne famille des légumineuses, maintenant appelée Fabacée.

La luzerne lupuline est aussi nommée « Minette ». Les lapins en sont très friands.

Dans les champs BIO autour de Chigy, elle est employée comme engrais vert.

Elle est également utilisée pour la fabrication de la bière. Elle sert alors d'agent conservateur et donne la saveur au breuvage.





LYCOPE D'EUROPE

Lijeopeus europaeus

Famille : Lamiacées

Cette plante est appelée également Pied de loup du grec « Lycos » qui veut dire Loup et « podos » qui veut dire pied ; et Chanvre d'eau.

On la trouve au bord du ru de l'érable. Elle colonise les zones humides. Elle est considérée comme une plante invasive aux Etats-Unis.

C'est une des rares plantes capables de fournir un colorant noir. L'infusion de ses parties aériennes permettait autrefois de teindre les laines, voire la peau et les cheveux.





MACHE

Valerianella locusta

Famille : Caprifoliacées

Elle est appelée aussi « Doucette » et résiste bien au froid.

Elle pousse de l'automne au printemps et disparaît en été.

Elle est dans les prairies et au bord des chemins. Au Jardin de l'Erable, on la trouve dans le bac à fraises à l'entrée du jardin.

C'est une plante hermaphrodite.

C'est un excellent comestible recherché qui contient des mucilages qui font de cette plante, la salade la mieux digérée.





Plante mâle

MERCURIALE

Mercurialis annua
Famille : Euphorbiacées



plante femelle

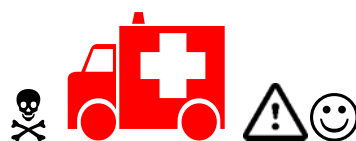
Origine supposée du nom : c'est une plante dédiée à Mercure qui, selon la légende, en fit connaître les propriétés.

C'est une espèce dioïque : les fleurs mâles et femelles sont sur des pieds distincts.

Un botaniste s'est intéressé à cette plante dès 1691. Elle lui avait permis de prouver expérimentalement l'existence de phénomènes sexuels chez les plantes dioïques, ce qu'il développera en 1694 dans son *De sexu plantarum espistola*. Il s'agit de Rudolf Jakob CAMERARIUS (1665-1721).

La Mercuriale annuelle est toxique pour l'homme comme pour les animaux. Elle a autrefois été utilisée comme remède purgatif, ou pour couper la montée de lait des nourrices.

Les habitants des Vallées-de-la-Vanne l'appelle la « *Foiraude* ».





MILLEPERTUIS PERFORÉ

Commun ou officinal

Hypericum perforatum

Famille :Hypericacées

Le millepertuis perforé est reconnaissable sans fleur grâce à ses feuilles semblant percées de nombreux trous. Ce sont des poches à essence translucides donc transparentes à la lumière.

Cette plante discrète des prairies tempérées, appelée aussi « fleur de la Saint-Jean » est réputée depuis toujours pour ses vertus médicinales.

Elle est connue comme plante anti-dépresseur. Elle est récoltée au moment de la floraison autour de la Saint-Jean (20 juin).

Les jeunes plants, les boutons floraux et les fleurs sont comestibles.
Ils peuvent être mis dans les salades, en décoration.

Les fleurs peuvent être préparées en infusion, en teinture mère ou en macérats huileux. L'huile de millepertuis est utilisée pour les brûlures de premier degrés/coups de soleil, pour certains massages en cas de douleurs articulaires et aussi en interne pour des maux d'estomac.

Mais attention, il y a des contre-indications.





MOLENE BOUILLON BLANC

Verbascum thapsus

Famille : Scrofulariacées

Il y a 3 espèces qui se ressemblent : *Verbascum densiflorum* (faux bouillon blanc), *Verbascum phlomoides* (bouillon blanc) et *Verbascum thapsus*, celle qui semble la plus commune chez nous.

C'est une plante médicinale qui peut faire 1m50 à 1m80. Ses fleurs et ses feuilles sont utilisées contre l'inflammation des bronches.

Cette plante est prise en infusion avec de la mauve et de la violette par exemple. Les feuilles étant velues, les poils sont irritants, il vaut mieux filtrer l'infusion.

Un ancien Vareillois raconte : « *Quand nous étions gamins, notre mère faisait avec les fleurs de la molène, un sirop parfumé qui ajouté à de l'eau fraîche donnait une délicieuse boisson* ».

De source chigycienne, « *les oiseaux, surtout les mésanges, se régalent de ses graines.* »





MORELLE NOIRE

Solanum nigrum L.

Famille : Solanacées

C'est une « mauvaise herbe » très commune de nos jardins.

Toutes les plantes de cette famille sont suspectes : morelle, douce-amère et même pomme-de-terre (graines).

Les baies noires à maturité, seraient moins toxiques que vertes mais à éviter absolument.





MOUTARDE DES CHAMPS

Sinapis arvensis

Famille : Brassicacées

Cette espèce est une « mauvaise » herbe des champs cultivés : elle est appelée « SANVE » ou « Sénevé ». En Bourgogne, une espèce très proche est cultivée comme engrais vert : la moutarde blanche (*sinapis alba*), de couleur jaune.

Pour reconnaître les plantes de cette famille, il suffit de froisser une feuille, elle sent une odeur piquante, soufrée, proche du chou, des fanes de radis ou de navets. Il existe peu de plantes toxiques dans cette famille.

Les feuilles, les fleurs, les tiges (souples ou qui se cassent facilement), sont comestibles. On peut faire un petit pesto.

Les fleurs ont un goût soufré, piquant qui rappelle la moutarde. Celle-ci est faite avec les graines.

Il faut consommer cette plante avec modération, car elle contient des essences sulfurées qui sont irritantes pour les muqueuses.





MOURON BLANC DES OISEAUX

Stellaria media

Famille : Caryophyllacées

Le mouron des oiseaux est appelé aussi stellaire intermédiaire ou Morgeline.

Il pousse en larges touches souvent tapissantes.

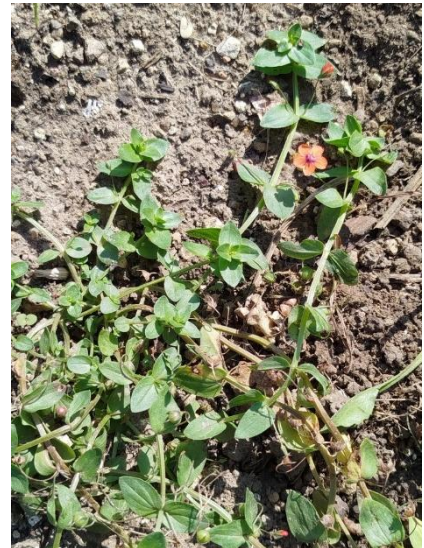
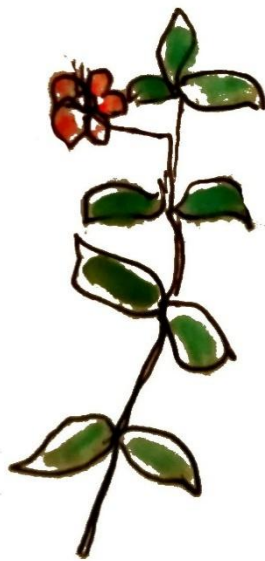
Ces toutes petites fleurs blanches se composent d'une corolle à 5 pétales dessinant une étoile.

Les graines de cette plante sont très appréciées des oiseaux, dont les poules.

C'est une excellente plante comestible (en salade, cuite comme les épinards, en gratins et en tartes).

Sa présence est la signature d'un sol équilibré et fertile.





MOURON ROUGE

Lysimachia arvensis

Famille : Primulacées

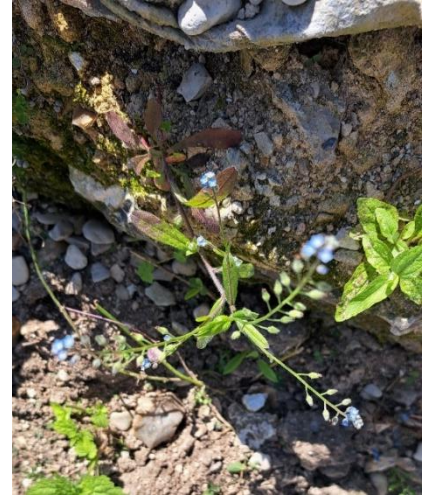
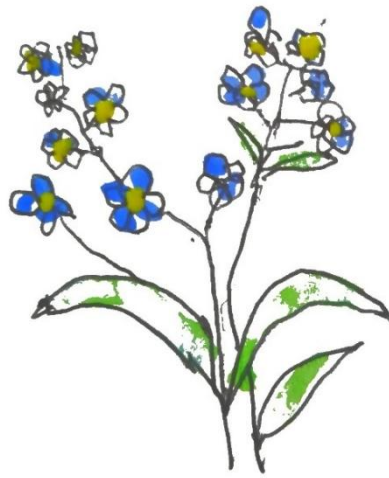
Cette plante est de la même famille que les primevères. Attention à ne pas la confondre avant la floraison, avec le Mouron blanc des oiseaux.

On peut s'attendre, lorsqu'elle referme ses petites fleurs rouges dans la matinée à de la pluie avant la fin de la journée.

Les racines du Mouron rouge contiennent de la saponaire et ont une odeur de savon.

Le mouron rouge est légèrement toxique pour l'homme et mortel pour les lapins et certains rongeurs. Les oiseaux n'y touchent pas.





MYOSOTIS DES CHAMPS

Myosotis arvensis

Famille : Boraginacées

Le mot Myosotis signifie littéralement « Oreilles de souris » en référence à la forme et au duvet de ses feuilles.
Le surnom le plus célèbre de cette plante est bien sûr « Forget me not » ou « Ne m'oublie pas ».

Cette plante annuelle peut parfois être biannuelle.

Les fleurs et les feuilles du Myosotis sont comestibles.
Elles se mangent en salade.

Ce Myosotis a été découvert à la limite sur le bord du mur qui est tombé dans le Jardin de l'Erable.





ORIGAN COMMUN

Origanum vulgare

Famille : Lamiacées

Cette plante est aussi appelée « Marjolaine sauvage ».

Les jeunes feuilles fraîches ont une saveur douce, au parfum de thym. Elles peuvent accompagner les charcuteries, les salades, les fromages, les fruits au sirop.

Les abeilles en font un miel ambré aux saveurs très aromatiques.

C'est lorsqu'il est en fleur, que l'origan a le plus de propriétés médicinales, d'essence aromatique.

L'origan est recommandé contre l'inflammation des bronches, la perte d'appétit et l'aérophagie.

Les feuilles et les fleurs cueillies en été sèchent facilement en bouquet et se conservent bien.





GRANDE ORTIE

Urtica dioica

Famille : Urticacées

L'ortie est une plante comestible et médicinale. Elle est plus aromatique au début du printemps, quand elle est jeune.

En fleur, elle pique beaucoup moins, mais elle est moins bonne au goût. Cette espèce est dioïque : les fleurs femelles et les fleurs mâles sont sur des pieds différents. Les fleurs minuscules mâles et femelles sont réunies en longs chatons. Ils pendent chez les femelles et sont redressés chez les mâles.

La grande ortie contient beaucoup de protéines. On utilise les racines, la tige et les fruits/graines de l'ortie femelle mais surtout les jeunes feuilles printanières qui se mangent seules ou accompagnées en pesto, soupe, cake, décoction... En cure, elle donne de l'énergie.

On peut aussi en faire un excellent purin fertilisant ou insecticide. Elle a été employée pour faire des cordes, des tissus et des billets de banque !





PICRIDE FAUSSE EPERVIERE

Picris hieracioides

Famille : Astéracées

Cette plante doit ce nom de picride au suc amer et poisseux contenu dans sa tige, « Picros » signifiant amer en Grec.

Les feuilles sont rêches comme du papier de verre. La Picride fausse épervière dresse sous ses fleurs une couronne caractéristique des bractées poilues.

Les jeunes feuilles sont comestibles mais elles deviennent tendres en gagnant en maturité et on peut alors les faire cuire.





PISSENLIT

Taraxacum officinalis

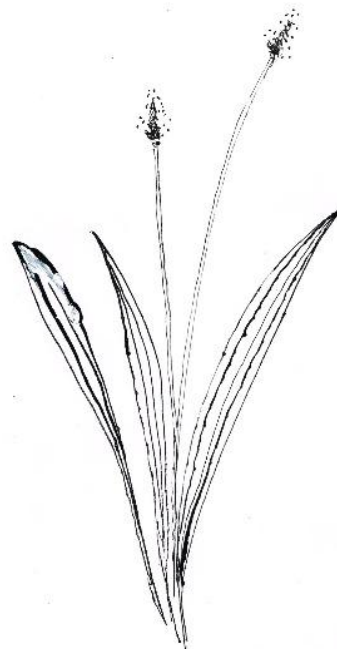
Famille : Astéracées

Le pissenlit est comestible. Les feuilles de pissenlit peuvent être mangées en salade ou cuites en n'importe quelle saison. Les boutons floraux sont cuisinés à la poêle. Avec les fleurs on peut faire du vin de pissenlit, ainsi qu'une magnifique gelée dorée comme le miel : la Cramayotte. La racine se mange également cuite plutôt en apéritif.

C'est une plante apéritive qui stimule la digestion.
Les propriétés digestives sont dans les feuilles et dans les racines.

Il est appelé aussi « Dent-de-lion » à cause de ses feuilles dentelées.





PLANTAIN LANCEOLÉ ou Petit Plantain

Plantago lanceolata

Famille : Plantaginacées

Cette plante est extrêmement répandue dans toute la France. Les enfants font des tire-boulettes avec l'épi cylindrique des fleurs.

Les jeunes feuilles sont comestibles, crues, ajoutées aux salades ou cuites avec les soupes de légumes ou en beignets.

Les très jeunes feuilles de plantain lancéolé ont une saveur de girole et de haricot vert cru. Elles deviennent coriaces avec l'âge.

Elles sont agréables et nutritives, notamment riches en calcium, vitamines C, protéines et Zinc.

Le jus du plantain calme les piqûres d'insectes. Il faut le couper, l'écraser et frotter l'endroit de la pique.





GRAND PLANTAIN ou Plantain Majeur

Plantago major

Famille : Plantaginacées

Jusqu'au début du XX^{ème} siècle, le plantain était utilisé à la fois comme plante alimentaire et plante médicinale.

Les jeunes feuilles sont comestibles, crues ou cuites. Elles sont agréables et nutritives, notamment riches en calcium, vitamines C, protéines et Zinc.

A Vareilles, les jardiniers froissent ses feuilles pour se soulager des piqures d'orties et de moustiques.

Autrefois, il était coutume d'accrocher des bouquets de graines de plantain sur la cage des oiseaux pour les nourrir (oiseaux des champs, serins...). Plusieurs habitants des Vallées-de-la-Vanne s'en souviennent.

Le plantain majeur fait partie des plantes indicatrices du jardin, il indique des sols compactés, humides.

Il existe 7 à 8 espèces : les plus communes étant le plantain moyen, le grand plantain et le plantain lancéolé.





POTENTILLE RAMPANTE

Potentilla reptans

Famille : Rosacées

La potentille rampante se distingue par son côté rampant et stolonifère. Chaque nœud s'enracine s'il rentre en contact avec une terre nue et un peu humide.

Les fleurs arborent cinq pétales jaune vif en forme de cœur.

La potentille est bio-indicatrice d'un sol un peu trop riche en azote. C'est le cas du potager expérimental au Jardin de l'Erable.

Les très jeunes feuilles sont comestibles. Elles peuvent être dégustées en salade. Mais elles deviennent vite astringentes, amères et coriaces pour êtres agréables.





PORCELLE ENRACINEE

Hypochaeris radicata

Famille : Astéracées

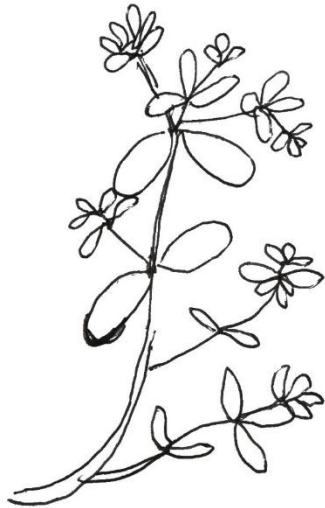
La Porcelle enracinée est plaquée au sol. Son port à ras de terre lui permet de passer sous les tondeuses à gazon et fournit un autre avantage, rien ne peut pousser sous son tapis de feuilles plaquées au sol.

« Elle assure ainsi sa place au soleil sans partage. »

Elle est aussi appelée « salade de porc ». On dit que les porcs raffolent de ses racines qu'ils déterrent de leur groin, d'où peut-être le nom de Porcelle.

Elle est donnée comme comestible par François Couplan : à cuire à 2 eaux pour ôter l'amertume. Si cette plante est comestible pour l'homme, elle est très toxique pour les chevaux .





POURPIER SAUVAGE

Portulaca oleracéa

Famille : Portulacacées

Petite plante annuelle, étalée, aux feuilles charnues, luisantes et tendres , avec des tiges rougeâtres , elle est utilisée en salade ou cuite. On peut tout manger de la plante jeune et tendre.

Le Pourpier est souvent cité en lien avec le régime Crétois (exemple la salade Grecque).

Il aime s'installer dans le potager, là où la terre a été travaillé. Il est apparu dans le potager des « anciens ».

Il ressemble à une plante grasse. Elle produit de petites fleurs blanches en grappe.

Le pourpier supporte très bien le froid, jusqu'à – 20 degrés.





PRELE des champs

Equisetum arvense

Famille : Equicetacées

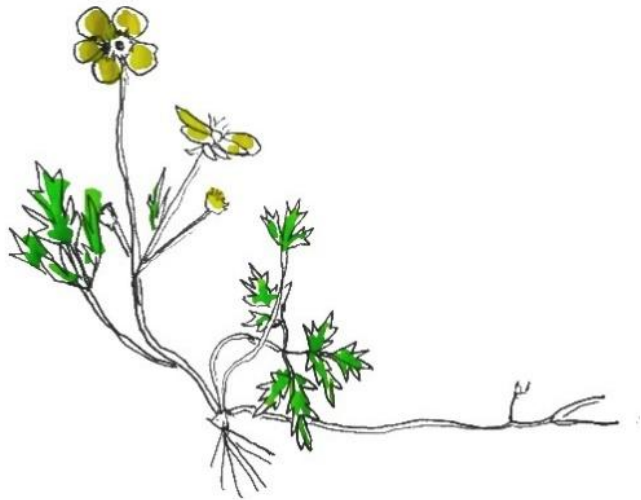
Elle est aussi appelée « Queue-de-renard ».

Une Chigycienne la récoltait dans un petit champ au lieu-dit le Guichet pour la donner aux lapins. La prêle pousse dans de bonnes terres. Autrefois, il y en avait beaucoup dans le potager d'un Vareillois au milieu des pommes de terre et des carottes à côté de la source St Léger.

Dès le mois de mars, ses jeunes tiges fertiles se consomment. Sinon, elle se récolte aux mois de mai, juin, car c'est le meilleur moment pour profiter de ses propriétés. Riche en minéraux et en silice, elle est traditionnellement utilisée pour les douleurs articulaires.

Le purin de prêle est intéressant au jardin : c'est un fongicide, insecticide, insectifuge. Il est vendu dans toutes les bonnes jardinerie si on n'a pas le courage de le faire soi-même.





RENONCULE RAMPANTE

ou bouton d'or

Ranunculus repens

Famille : Ranunculacées

Cette plante a de longs stolons qui lui permettent de se dupliquer et de s'étendre sur de grands territoires comme le ferait un fraisier.

Elle inhibe la croissance des plantes voisines . Elle se plait bien dans le jardin expérimental du Jardin de l'Erable.

Ses colonies importantes indiquent souvent un sol gorgé d'eau.

Elle adopte sa prestance au paysage environnant : elle est courte dans les zones fauchées et haute jusqu'à 50cm dans les milieux sauvages.

Elle est toxique lorsqu'elle est fraîche mais perd de sa dangerosité une fois coupée et séchée.





RENOUEE DES OISEAUX

Polygonum aviculare

Famille : Polygonacées

Cette plante est aussi appelée herbe à cochon, trainasse. Une adhérente raconte qu'étant enfant, elle l'utilisait comme perruque.

Au Jardin de l'Erable, la Renouée des oiseaux pousse dans l'allée, elle est étalée au sol. Il y en a aussi bien à la campagne qu'en ville.

Les petits oiseaux : pinsons des arbres, moineaux... mangent ses fruits, de petits akènes.

Ses fleurs sont blanches et minuscules, de quelques millimètres.

La Renouée des oiseaux est comestible. Son infusion est réputée pour soulager les toux et les bronchites.





RÉSÉDA

Reseda lutea

Famille : résédacées

Le réséda jaune est aussi appelé réséda bâtard.

Il est odorant et mellifère.

C'est une plante comestible. On mange les jeunes inflorescences.
Elles rappellent le chou.

On peut les consommer en salade, elles ont une saveur poivrée.

C'est aussi une plante médicinale.





RONCE SAUVAGE

Rubus fruticosus

Famille : Rosacées

Il existe un très grand nombre d'espèces et de sous-espèces de ronce : on trouve des flores spécialisées uniquement sur cette famille.

Sous les ronces, on peut récupérer une terre riche pleine de vie. C'est un bon endroit pour planter un arbre qui sera protégé.

On peut manger les jeunes pousses (les peler), les feuilles, les mûres des ronces (confitures, sirops). On peut également faire des infusions pouvant remplacer le thé.

C'est un remède privilégié des maux de gorges.

Le bout des tiges blanches des ronces sont chargées d'hormones qui vont favoriser le bouturage.





RUINE DE ROME

Cymbalaria muralis

Famille : Plantaginacées

Cette plante est aussi appelée Cymbalaire des murs. Ce nom lui vient de ses feuilles légèrement concaves (en forme de nacelle).

C'est une rampante qui fait des fleurs violettes à 2 lèvres et gorges jaunes. Elle habille les murs qu'elle colonise. Ces fleurs se tournent vers le soleil jusqu'à leur fécondation pour se détourner ensuite de la lumière. La fleur se retourne vers le mur afin que les graines soient déposées dans une fissure proche.

Ces feuilles sont comestibles.

Elle est incapable de causer la ruine d'un mur !





RUMEX CREPU

Rumex crispus

Famille : Polygonacées

Cette plante porte aussi le nom de « Patience crépue ». Elle ressemble à l'oseille. Les Latins donnaient déjà le nom de *rumex* à la petite oseille, sans doute en raison de la forme de ses feuilles en forme de pique ou de dard.

On utilise les racines. Elles ont un rôle de nettoyage et de dépuración. Elles servent pour les problèmes de peau, les inflammations, la constipation...

Les jeunes feuilles peuvent être mangées crues ou cuites (changement d'eau plusieurs fois) avec modération du fait de la teneur en acide oxalique, mais riche en protéine et en vitamine A. C'est une plante envahissante dans un pré, les chevaux n'en veulent pas, signale une Vareilloise. Elle est toxique pour le bétail.





SCABIEUSE DES CHAMPS

ou Knautie des champs

Knautia arvensis

Famille : Dipsacacées

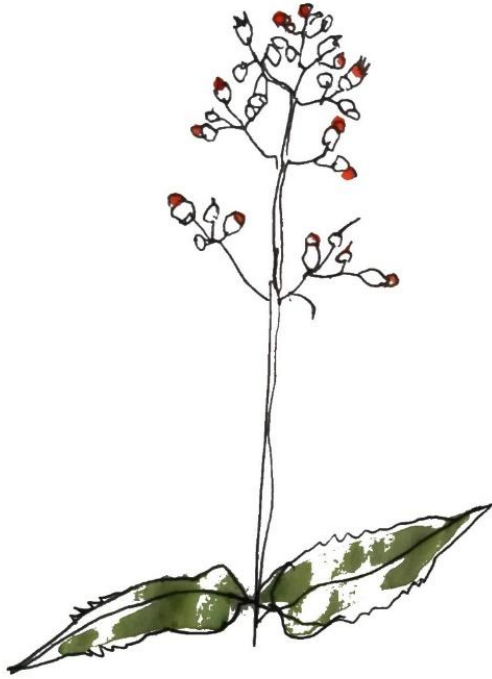
La scabieuse des champs aime la chaleur et le calcaire.

C'est une plante mellifère, elle attire toutes sortes de pollinisateurs.

Idéale dans les massifs champêtres, elle peut produire une centaine de capitules. C'est une vivace de courte durée qui se ressème facilement sans être envahissante.

Il y a peu d'information sur la scabieuse des champs.





SCROFULAIRE NOUEUSE

Scrophularia nodosa

Famille : Scrophulariacées

La Scrofulaire était au bord du ru de l'érable au Jardin de l'Erable. Elle se plaisait sur le même ru à Arces chez une adhérente. Elle a disparu en octobre 2025

Cette plante glabre a une odeur désagréable.

Excellente plante mellifère, elle est aussi utilisée pour soigner les ulcères et les plaies, et depuis longtemps soigner la scrofule (tuberculose ganglionnaire) d'où son nom.





SÉNEÇON COMMUN

Senecio vulgaris

Famille : Astéracées

Très commun dans nos jardins, le séneçon commun se plaît aussi dans les champs cultivés ou en friches.

Il est aussi appelé : érigéron des anciens, herbe aux chardonnerets, herbe aux charpentiers, petit séneçon, tête-de-poule, herbe aux oiseaux.

Les oiseaux mangent la partie florale.

Il offre des vertus médicinales intéressantes. La plante entière, à l'exception de la racine, est utilisée en phytothérapie.

En raison de sa toxicité, son usage doit se faire sous contrôle médical.





SETAIRE

Setaria

Famille : Poacées
(anciennement graminées)

Cette graminée annuelle est répandue dans de nombreuses régions tempérées et tropicales du monde. En Bourgogne, il en existe 3 espèces : la sétairie glauque (*Setaria pumila*), la sétairie verte (*Setaria viridis*), la sétairie verticillée (*Setaria verticillata*).

Elle se comporte comme une mauvaise herbe de culture, qui est également vecteur de diverses maladies des plantes.

L'espèce sétairie verticillée a des « soies à barbes rétroscées »
(terme botanique voulant dire recourbé vers le bas)
qui s'accrochent aux vêtements, un peu comme du Velcro...





SILENE A LARGES FEUILLES

Silene latifolia

Famille: Caryophyllacées

Elle est appelée aussi « le compagnon blanc ».

Comme beaucoup d'autres Silènes qui ne s'ouvrent pas avant le crépuscule, elle dégage un fort parfum qui attire sur une relative grande distance les papillons de nuit qui viennent sucer le nectar.

Les jeunes pousses sont comestibles. A maturité, la plante devient amère et potentiellement toxique en raison de sa teneur en saponine.

Les enfants aiment faire claquer comme un pétard le calice enflé et en forme de lanterne chinoise de la fleur.





SORGHO D'ALEP

Sorghum halepense

Famille: Poacées

Le Sorgho d'Alep appartient au même genre que le Sorgho cultivé avec lequel il peut s'hybrider. C'est une plante en principe des régions du sud de la France. Difficile à contrôler à cause de son rhizome, elle gagne le nord à la faveur du réchauffement climatique. Elle est considérée comme particulièrement nuisible dans 53 pays.

Cette graminée vivace pousse à côté des récupérateurs d'eau du Jardin de l'Erable.

Elle a une germination nombreuse, ses racines sont dépuratives (nettoient l'organisme des déchets qui se sont accumulés) et les fruits ont des propriétés diurétiques (élimine les toxines par le système urinaire).





TRÈFLE DES PRÉS

Trifolium pratense

Famille : Fabacées

Il est aussi appelé « trèfle commun ». Tous les enfants savent qu'ils peuvent manger leurs fleurs. Elles contiennent du nectar. Les feuilles sont aussi comestibles. Elles sont très riches en minéraux.

Autrefois, une Chigycienne nourrissait les lapins et les vaches avec des fleurs et des tiges séchées.

C'est une plante mellifère, elle attire les papillons, les abeilles, les bourdons et de nombreux insectes. Il est utilisé comme un engrais vert.

Le trèfle des prés a des qualités médicales, il aide au moment de la ménopause. Traditionnellement, il était utilisé contre les diarrhées, la toux et les éruptions cutanées chroniques.

L'infusion de trèfle est dépurative et rafraichissante pour les yeux fatigués.





VELAR ODORANT

Erysimum odoratum

Famille : Brassicacées

Contrairement à la plupart des plantes de cette famille, cette espèce est toxique.

Elle est arrivée au Jardin de l'Erable avec la terre de Natura 2000 de Pont sur Vanne. Cette terre a servi à remblayer la terre sous le mur du voisin qui s'est effondré.

Elle a été coupée par erreur en juin 2025 et nous ne savons pas si elle repoussera...

Cette plante est très rare en Bourgogne (16 données sur l'atlas); c'est une espèce xérophile (qui vit, peut vivre dans des milieux secs) des éboulis calcaires.





VERGERETTE ANNUELLE

Erigeron annuus

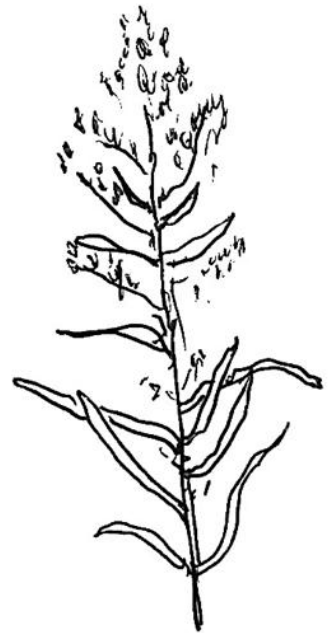
Famille : Asteracées

Elle a besoin de beaucoup de lumière et remplit les trous dans la végétation. On la trouve au bord des chemins et des parcelles, le long des cours d'eau, dans les pâturages, les prairies maigres, les jachères fleuries et les surfaces rudérales lacuneuses.

Elle est très concurrentielle. Elle émet des substances avec un effet herbicide sur les plantes voisines et peut former des populations denses.

Elle est comestible, elle a un petit goût poivré comme la Vergerette de Canada mais elle est moins bonne.





VERGERETTE DU CANADA

Erigeron canadensis

Famille : Asteracées

Originnaire d'Amérique du nord, elle a été introduite et s'est installée à peu près partout en Europe.

Deux autres espèces sont maintenant communes :
les vergerettes de Buenos Aires et de Sumatra.

Elle peut remplacer le poivre. La feuille a un petit goût poivré, épicé.
On peut la mettre dans la salade. Elle peut servir d'accompagnement :
mixer les feuilles avec de l'huile et la mettre sur un poisson par exemple.

Elle a des propriétés médicinales. Elle calme les douleurs articulaires.
Elle est anti-inflammatoire, antirhumatisme
et aide à éliminer l'acide urique.





VERONIQUE DE PERSE

Veronica persica

Famille : Plantaginacées

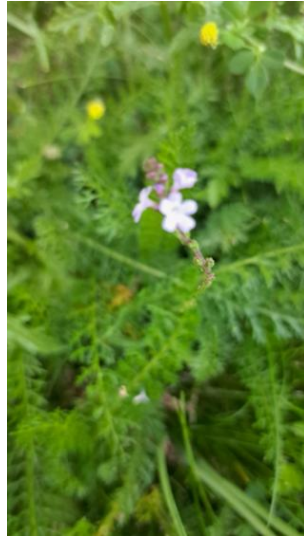
La Véronique de Perse est une plante rampante , très présente dans les pelouses et surtout dans les terrains cultivés.

Elle est parfois envahissante dans les jardins potagers. Elle est très appréciée au printemps par les abeilles.

Il existe beaucoup d'espèces différentes de Véronique et la confusion est possible. Celle-ci est la plus commune.

Aucune véronique n'est toxique mais la comestibilité est inconnue.





VERVEINE OFFICINALE

Verbena officinalis

Famille : Verbénacées

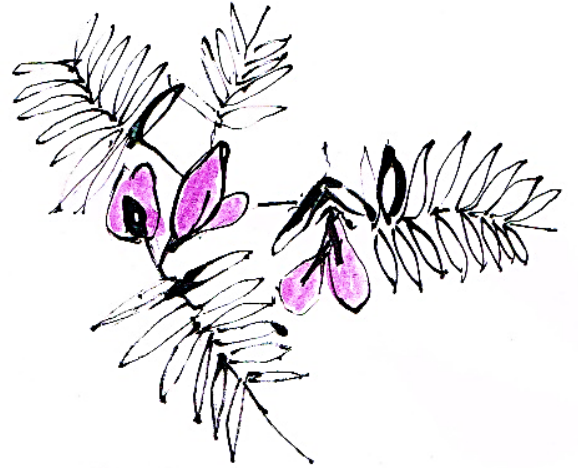
Elle est comestible mais ce goût est très amer.

Ce nom prête à confusion avec celui de la verveine citronnelle qui est utilisée en infusion.

Cette plante est considérée comme la panacée d'où ce terme d'*officinalis*.

Les soldats romains l'utilisaient pour des filtres d'amour et plus sérieusement pour soigner les fièvres et les céphalées, l'insomnie, stimuler l'appétit et bien d'autres utilisations.





VESCE COMMUNE

Vicia sativa

Famille : Fabacées

Cette plante appartient à la famille des petits pois, elle en a le goût.

Tout se mange dans la plante, les feuilles et les fleurs papilionacées ainsi que les fruits (graines dans la gousse). Il vaut mieux les faire cuire à la poêle, à la vapeur et les mettre dans une salade, faire un velouté...

La vesce commune est de la même famille que la luzerne. Ces plantes ont la capacité de fixer l'azote de l'air dans le sol, elles sont donc utilisées comme engrais vert, cela permet d'enrichir le sol. Leur fort pouvoir couvrant leur permet d'étouffer les adventices et de nettoyer les champs. Les éleveurs les utilisent comme fourrage.

La vesce commune n'a pas de propriété médicinale.



*Les herbes sauvages du Jardin de l'érable
repérées (novembre 2020 – janvier 2026)*

Achillée millefeuille
Aigremoine eupatoire
Alliaire officinale
Amarante réfléchie
Armoise commune
Arum d'Italie
Bardane commune
Bec de grue commun
Benoîte commune
Berce commune
Brunelle commune
Bryone dioïque
Bugrane
Camomille
Capselle Bourse à pasteur
Cardamine hérissée
Cardamine des prés
Cardère sauvage
Carotte sauvage
Centaurée scabieuse
Cerfeuil sauvage
Chardon à capitules denses
Chélidoine grande éclair
Chénopode blanc
Chicorée
Chiendent
Chou
Cirse/chardon des champs
Colza HJ
Coquelicot
Coronille bigarrée
Crépide à feuille de pissenlit
Cresson (ru)
Datura Stramoine
Epiaire des bois (ru)
Eupatoire à feuille de chanvre (ru)
Euphorbe réveil matin
Ficaire
Fumeterre
Folle avoine
Gaillet blanc
Gaillet gratteron
Géranium découpé
Géranium à feuilles rondes
G. Herbe à robert
Géranium pourpre
Laiteron des champs
Laiteron épineux
Laitue scariole
Lamier blanc
Lamier pourpre
Lampsane

Lierre
Lierre terrestre
Linaire
Liseron
Luzerne lupuline
Luzerne commune
Lycople d'Europe
Mâche
Mercuriale
Menthe aquatique
Millepertuis perforé
Molène Bouillon blanc
Morelle noire
Moutarde des champs
Mouron blanc des oiseaux
Mouron rouge
Myosotis des chaps
Origan commun (marjolaine)
Ortie grande
Oxalis
Pâquerette
Panais ?
Picride fausse Epervière
Pissenlit
Plantain lancéolé
Plantain grand ou majeur
Plantain moyen
Potentille rampante
Porcelle enracinée
Pourpier sauvage
Prêle des champ
Ray gras
Renoncule rampante
Renouée des oiseaux (herbe à cochon)
Réséda
Ronce sauvage
Ruine de Rome
Rumex crépu
Scabieuse des champs
Scrofulaire noueuse
Séneçon commun
Setaire
Silène à larges feuilles
Sorgho d'Alep
Trèfle blanc
Trèfle des près
Vélar odorant
Vergerette annuelle
Vergerette du Canada
Véronique à feuilles de serpolet
Véronique de Perse
Verveine officinale
Vesce commune

En caractères gras les fiches descriptives réalisées