



# Les fleurs de nos sentiers

## Album numéro 2

11

**CENTAUREE**

12

**CHELIDOINE**

13

**CHICOREE**

14

**CIBOULETTE**

15

**CIRSE**

16

**COMPAGNON ROUGE**

17

**EPIAIRE**

18

**EUPATOIRE**

19

**HERBE ROBERT**

20

**GESSE TUBEREUSE**



# La Centaurée Jacée



**La Centaurée ressemble à la Cirse mais n'a pas les tiges piquantes. Une Centaurée avait guéri les blessures d'un Centaure. Elle pousse dans les prairies et les terres incultes. La racine de la Centaurée Jacée était autrefois arrachée et lavée avec soin. On pouvait ensuite la lécher ou la sucer comme un bâton de réglisse. Elle procurait alors une sensation sucrée et rafraîchissante.**





# La Chélidoine



**Cette plante appelée aussi "herbe aux verrues" car son latex jaune-orange passe pour éliminer les verrues. Elle pousse sur le bord des chemins, dans les décombres le long des vieux murs. C'est une plante toxique. Les fleurs comportent 2 sépales verts caducs, 4 pétales jaunes et de nombreuses étamines de la même couleur que les pétales.**





# La Chicorée Sauvage



**La Chicorée Sauvage a de jolies fleurs bleues.  
Sa tige rigide fait apparaître du lait à la cassure.  
L'infusion de la plante entière (30 g par litre d'eau)  
est apéritive.**

**Elle stimule l'estomac, le foie, la rate et les reins.  
En cuisine, les feuilles se consomment en salade  
comme le pissenlit**





# La Ciboulette Sauvage



**C'est une fleur d'ail sauvage. Si on l'écrase entre les doigts ça sent vraiment l'ail ! C'est aussi un stimulant, un diurétique, un expectorant et un antiseptique. A la fois légume, condiment et médicament, cette plante assaisonne les omelettes et aussi les spaghettis. Les graines, cuites dans du vinaigre de vin blanc accompagnent aussi des entrées à base de salade.**





# Cirse des Champs



**appelé aussi Chardon des Champs . Nuisible aux cultures.  
Des campagnes de destruction sont souvent menées.  
Chardon très répandu au bord des chemins  
Les fleurs sont recherchées par les abeilles et les papillons  
Ce cirsium arvense (du grec kirsos = varice)  
était employé autrefois contre les varices.  
La plante fleurit de juin à septembre**





# Le Compagnon Rouge



**C'est une plante vivace qui parfois ne vit qu'un an.**

**Les fleurs d'un rose rouge poussent par paires groupées en larges bouquets terminant les tiges.**

**Chaque fleur a cinq pétales fourchus.**

**Le Compagnon Rouge pousse en de nombreux endroits, dans les forêts, les clairières et les buissons.**





# Épiaire des Bois



**Fleur qui à l'air sympathique à priori avec ses fleurs en épi. Cependant, dès qu'on la froisse, elle émet une odeur fétide. On l'appelle aussi ortie puante..et pourtant ... en cuisine, elle fait merveille ! Sur internet, cherchez la recette de pommes de terre à l'épiaire. Utilisées en infusion, les épiaires sont connues pour calmer les spasmes, les convulsions et l'anxiété.**





# Eupatoire



**Le Roi Mithridate Eupatoire  
aurait découvert les propriétés laxatives de cette plante.  
Les feuilles ressemblent à celles du chanvre.  
C'est une plante médicinale utilisée autrefois  
contre les maux d'estomac  
et les affections du foie.**





# Géranium Herbe à Robert



**Cette plante dédiée à St Robert, évêque de Salzbourg au 8<sup>e</sup> siècle posséderait des vertus médicinales contre les hémorragies, les contusions et les maladies rénales.**

**Les feuilles froissées dégagent une odeur de bouc et chassent les moustiques.**





# La Gesse Tubéreuse



**La Gesse Tubéreuse, appelée aussi Orobe Tubéreux, est une espèce de plante grimpante à fleurs roses ou pourpres. Son nom lui est attribué à cause des petits tubercules souterrains et noirs formés de racines.**

**Ces tubercules sont comestibles . On les utilise comme des pommes de terre à l'eau. Goût agréable de châtaigne. Les jeunes pousses et les fleurs peuvent être consommées en salade.**

