



L'ortie, une amie pour l'homme

Description

“L’amour est un jardin fleuri, et le mariage un champ d’orties”.

L'ortie est la reine des talus et des friches, d'une richesse sans limite.

Cette citation en dit long sur l'affection que les humains portent à l'ortie qui fleurit sur tous terrains laissés à l'abandon, les talus forestiers, les espaces boisés, les friches industrielles, et même sur les tombes abandonnées. Cette plante est un trésor pour l'homme et pourtant elle est décriée.

Le rejet de l'ortie

L'ortie est rejetée parce qu'elle pique et que nous l'évitons, d'où la méconnaissance de ses pouvoirs particuliers. Si vous allez aux champignons, vous n'en trouverez pas toujours, en revanche, il y aura toujours des orties pour faire une soupe ou un plat de légumes qui réglera les palais.

Une mauvaise herbe

Bien au contraire, l'ortie est un don de Dame nature pour tous ceux qui osent l'appivoiser. Avant d'être considérée comme une vulgaire mauvaise herbe, l'ortie était appréciée depuis fort longtemps pour ses divers bienfaits cosmétiques, pour ses applications bien-être, et surtout, pour ses exceptionnelles propriétés thérapeutiques.

Panoramix et les orties

Chez nos amis les celtes, l'ortie avait une place de maître dans la cuisine des druides, mais aussi dans leurs pharmacopées naturelles. Elle est considérée comme un des éléments essentiels de la potion magique du druide Panoramix.

Cette *information tenue secrète*, est une indiscretion de notre barde amoureux des légendes, et qui prétend que ces propos se chuchotent à l'ombre des mégalithes.

Eloge de l'ortie

Au fil des siècles, nombreux sont les médecins et les initiés qui ont fait l'éloge de l'ortie. A commencer par le médecin perse Avicenne, mais aussi par Hippocrate, Hildegarde de Bingen et tant d'autres, qui ont découvert les propriétés bénéfiques de cette plante.

Attention à ne pas confondre Ortie *Urtica* (plus de 11 variétés en Europe) et l'ortie blanche ou jaune qui ne sont pas des orties même si au premier abord, elles se ressemblent. Ces plantes sont de la famille Lamier, et non de l'Urticaceae.

Ce sont 2 espèces qui dominent nos talus : la grande ortie et l'ortie brûlante.

Quatre espèces sont présentes en France : la grande ortie (*Urtica dioica*) qui est la plus abondante. L'ortie brûlante (*Urtica urens*) est plus rare. L'Ortie à pilules ou Romaine (*Urtica pilulifera*) présente dans le midi et dans l'Ouest, et l'ortie atrovirens (*Urtica atrovirens*) présente uniquement en Corse.

Toutes ces variétés sont consommables seulement en infusion.

L'ortie piquante est recommandée pour soigner l'acné, l'eczéma, le psoriasis. L'ortie est aussi conseillée pour les calculs rénaux, la goutte. et l'élimination de l'acide urique.

Mangez et buvez de l'ortie, c'est bon pour la santé, mais attention qui s'y frotte s'y pique.

Le barde du Torchis

Categorie

1. Bien-être

date créée

19 juin 2023