



Lamier blanc (*Lamium album*)

Noms communs : Ortie blanche, ortie morte, ortie folle, herbe archangélique.

Famille : Labiées

Étymologie :

Dans la mythologie grecque, les lamies étaient des sortes de vampires qui suçaient le sang des jeunes gens. Lamia était une croquemitaine femelle qui venait voler les enfants. C'était aussi le nom d'une jeune mère qui ayant perdu plusieurs bébés à cause d'une déesse jalouse, était devenue ogresse par désespoir et dévorait les enfants des autres. Toutes ces croyances viennent probablement de la forme de la fleur semblable à une gueule ouverte, point commun de toutes les Labiées, famille à laquelle elle appartient.

Description :

C'est une plante de 20 à 50 cm de haut, à rhizome stolonifère, à tige robuste, velue, creuse et de section quadrangulaire. Les feuilles sont ovales, en forme de cœur, opposées et dentées, munies d'un court pétiole. Elles sont velues et ressemblent à celle de l'ortie dioïque qui pousse dans les mêmes lieux. Cependant, elles ne sont pas piquantes, non plus que le reste de la plante, contrairement à cette dernière.

Les fleurs nombreuses, sont disposées en anneau à l'aisselle des feuilles. Elles comportent une corolle en tube à deux lèvres. La supérieure est poilue et en forme de capuchon. La corolle inférieure est divisée en trois lobes. Celui du milieu est assez grand, les deux autres plus petits. Leur couleur est d'un blanc tirant un peu sur le crème et elles ont une odeur agréable. Le calice est formé de 5 dents pointues à sépales soudés à la base.

La floraison se prolonge de juin à septembre.

La corolle en forme de gueule ouverte attire les insectes par son odeur de miel et par son nectar. Celui-ci étant logé au fond de la corolle et défendu par un anneau de poils rendant difficile son accès, privilégie les insectes à longue trompe tels les lépidoptères (Papillons). Les bourdons qui n'en sont pas munis n'hésitent pas à déchirer le bas de la corolle avec leurs mandibules pour récupérer ce nectar.

Biotopes :

On trouve les lamiers blancs sur les bords des chemins et des prairies, dans les fossés, les haies, les jardins et les décombres. La plante recherche les terrains azotés.

Utilisations :

Les sommités fleuries sont utilisées en infusion pour leurs propriétés vasoconstrictives mises à profit pour lutter contre les inflammations des voies digestives et respiratoires. Les feuilles sont hémostatiques par leurs tanins.

Utilisations culinaires :

Les feuilles velues sont comestibles crues, en salades, sauces ou pestos ou cuites, accommodées de multiples façons. Leur goût est peu prononcé, contrairement à celles du lamier rouge. On peut donc l'associer, par exemple pour des soupes, avec l', le , la ou encore et la relever avec ou .

Les fleurs parfumées agrémentent les salades de plantes sauvages ou cultivées. On peut en parfumer du lait utilisable ensuite pour diverses préparations sucrées.

Risques de confusion :

On peut la confondre avec l', comme indiqué plus haut, mais également, avant la floraison avec d'autres lamiers, tous comestibles : Lamier rouge (*Lamium purpureum*), Lamier jaune (*Lamium galeobdolum*)



Version :V1

Auteur : Jean-Paul Rique