

# La Nature

## Une Piquante Amie : La Grande Ortie

Jeannine DELAIGUE

La grande ortie (*urtica dioica*) est généralement considérée comme une mauvaise herbe des jardins et des chemins. Lequel d'entre nous ne s'est jamais frotté à cette plante piquante, qui laisse sur notre peau des cloques et des sensations de brûlures ainsi que des démangeaisons durables ?

La face inférieure des feuilles est, en effet, couverte de poils qui se brisent lorsqu'ils pénètrent dans notre peau, en répandant l'acide formique qu'ils contiennent.

C'est pourtant une plante très intéressante, utilisée par l'homme depuis l'époque néolithique, pour sa nourriture et sa santé. Elle contient en particulier des vitamines A et C, des acides, des oligo-éléments et plus de fer que l'épinard. On la trouve dans le monde entier, sauf en Afrique équatoriale et en Amérique du sud.

Le purin d'orties ayant macéré deux à trois semaines dans l'eau peut amender un sol en lui procurant de l'azote et des oligo-éléments; il sert aussi d'insecticide anti-pucerons. Il est toutefois recommandé d'avoir un grand terrain ou un odorat peu développé !

Très tôt, les ménagères ont confectionné des soupes, des boulettes, des infusions d'orties. Les jeunes feuilles, délicieuses, paraît-il, étaient accommodées comme des épinards. ARISTOPHANE préconisait de les cueillir avant l'arrivée des hirondelles pour qu'elles soient bien tendres. L'auteur de ces lignes ayant contracté une crise d'urticaire tenace après avoir ingurgité deux savoureuses soupes d'orties en une semaine, vous recommande tout de même une certaine modération dans la gourmandise.

Les plantes sèches ayant perdu toute action irritante, ont longtemps servi en Europe du nord de nourriture pour le bétail. Les graines étaient distribuées à la volaille.

L'ortie contient une fibre textile, de qualité inférieure au chanvre, mais que l'on peut utiliser pour des cordes et des toiles. C'est aussi un excellent tonique pour le cuir chevelu, qui participe, depuis les temps reculés, au rinçage et à la beauté des chevelures féminines.

Mais, c'est sur le plan médical... et sexuel que la plante a, depuis toujours, connu de vifs succès. Ses propriétés dépuratives, antianémiques, diurétiques, cholagogues, antirhumatismales et autres (un article ne suffirait pas à toutes les nommer), sont encore d'actualité.

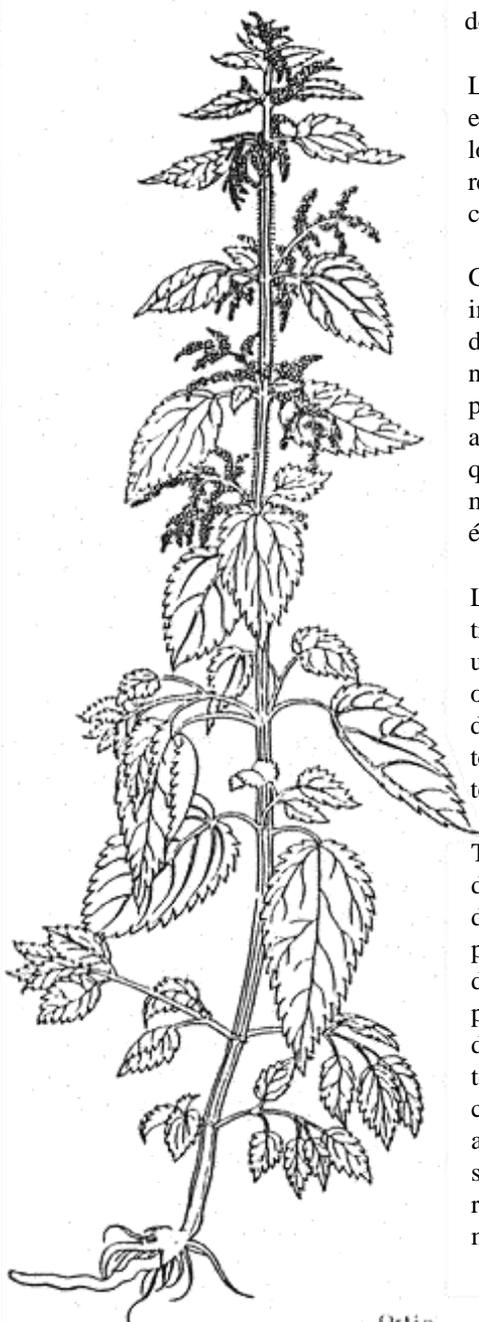
Peut-être, comme DIOSCORIDE le préconisait dans l'antiquité, fabrique-t-on encore un vin au très fort pouvoir aphrodisiaque en y ajoutant une décoction d'orties et du raisin sec? Ou alors, les hommes pratiquent-ils encore cette coutume de se rouler tout nus dans les orties afin de garder une grande activité sexuelle ? Je l'ignore.

Mes sources :

**"Le jardin des hommes",**  
J.B. VILMORIN  
(Le pré aux clercs)

**"La Garance voyageuse n°18"**  
Femme actuelle

**"Plantes sauvages comestibles"**  
(GrUnd)



Ortie  
(*Urtica dioica*)