

PrimevÃ¨re

Description

default watermark

Une des premiÃ¨res fleurs printaniÃ¨res qui colore nos jardins et jardiniÃ¨res.

Du latin â??primo vereâ??, ce qui signifie â??**au dÃ©but du printempsâ??**.

Son nom officiel est **Primula** et le genre Primula contient environ 450 espÃ¨ces. Elle est une plante herbacÃ©e vivace de la famille des primulacÃ©es.

3 variÃ©tÃ©s se rencontrent **en Belgique** : la primevÃ¨re officinale, la primevÃ¨re acaule et la primevÃ¨re Ã©levÃ©e.

Ces 3 espÃ¨ces sont de jolies plantes vivaces, remarquables par leur feuillage et leur floraison.

1. **La primevÃ¨re officinale (Primula veris, primula odorosa) PrimevÃ¨re des prÃ©s ou des bois ou Â« coucou Â» ou herbe de Saint Pierre**



EspÃ¨ce botanique indigÃ¨ne de 10 Ã 30cm de hauteur qui pousse dans les rÃ©gions de terrain calcaire, sur les talus, au bord des routes, et dans les prÃ©s, pÃ¢turages, clairiÃ¨res et bois clairs ensoleillÃ©s.

Est une vivace mellifÃ¨re, comestible, mÃ©dicinale. Elle est parfois introduite dans les prÃ©s fleuris afin dâ??attirer et nourrir une grande diversitÃ© dâ??insectes de chez nous. La corolle est jaune dorÃ© Ã 5 taches orangÃ©es Ã la base des lobes. Elle est dÃ©licatement **parfumÃ©es**.

Elle fut aussi, dans le temps, introduite dans les jardins en raison de ses vertus mÃ©dicinales.

Primula veris (primevÃ¨re officinale) est une parente des primevÃ¨res de jardin du groupe Polyanthus, dont les fleurs sont regroupÃ©es au sommet des tiges, et qui prÃ©sentent de nombreux coloris.

2. **La primevÃ¨re acaule** ou primevÃ¨re sans tige **(Primula vulgaris/primula grandiflora ou primula acaulis) :**



Plante vivace de 5 Ã 15 cm de hauteur Ã grandes fleurs plates, dâ??un jaune tendre Ã coeur dorÃ©,

Une fleur par tige. Elle pousse dans les prÃ©s et sur les talus

Cette primevÃ¨re est Ã lâ??origine de nombreuses variÃ©tÃ©s multicolores cultivÃ©es

default watermark

3. **La primevÃ¨re Ã©levÃ©e (Primula elatior) parfois appelÃ©e Â« coucou des bois, primevÃ¨re des boisÂ»**



Câ??est une plante Ã tige de mi-ombre des lisiÃ¨res et sous-bois clairs, surtout prÃ©sente dans nos vieilles forÃªts. Elle a Ã©galement un impact trÃ¨s positif sur la biodiversitÃ©.

Elle se rencontre dans les endroits humides.

La **primevÃ¨re blanche** symbolise la puretÃ© dâ??un amour que lâ??on idÃ©alise.

La primevÃ¨re est le **symbole de la jeunesse, de lâ??innocence dâ??un premier amour ou des premiers dÃ©sirs amoureux.**

La **primevÃ¨re** est appelÃ©e **herbe de Saint Pierre**, dâ??aprÃ¨s une **lÃ©gende** :

Saint Pierre, gardien des portes du paradis, avait un superbe trousseau de clÃ©s en or. Un jour ce trousseau lui glissa des mains et tomba sur la terre. A lâ??endroit oÃ¹ il atterrit, poussa une plante surprenante avec une grappe de fleurs rayonnantes de couleur jaune dâ??or. Depuis ce jour lÃ , la

plante est appelÃ©e Herbe de Saint Pierre.

Composition :
Les feuilles sont riches en vitamine C et en sels minÃ©raux (magnÃ©sium, potassium). Elles renferment aussi des saponines, des glucosides et diverses substances.

PropriÃ©tÃ©s mÃ©dicinales :

La plante est expectorante, diurÃ©tique, antispasmodique et analgÃ©sique. On utilise la racine qui dÃ©gage une odeur anisÃ©e.
Les feuilles sont anti-ecchymotiques.

Les fleurs adoucissantes et calmantes entrent dans les mÃ©langes pectoraux.

Tisane expectorante, diurÃ©tique et laxative.
http://bonnes-a-croquer.blogspot.com/p/les-recettes-de-marraine-bobette-la_72.html

default watermark

1 c Ã s de fleurs de primevÃ¨res
1 tasse dâ??eau
Faire infuser 5 minutes les fleurs dans lâ??eau bouillante.
Filtrer et sucrer avec un peu de miel.
Cette infusion antistress et calmante sera apprÃ©ciÃ©e aprÃ¨s le dÃ®ner et pourra aussi Ãªtre bue 1 ou 2 fois durant la journÃ©e.

Categorie

1. SRHGx
2. to check

Tags

1. primevÃ¨re
2. printemps

date crÃ©Ã©e
16 fÃ©vrier 2022
Auteur
cblancke