

Stellaire

STELLARIA

La stellaire est une plante annuelle ou vivace, tapissante qui est considérée comme une mauvaise herbe. Le feuillage vert pâle est fait de feuilles opposées, ovales ou elliptiques, qui vont mesurer jusqu'à 3 cm de long. La floraison, de mai à octobre, produit des fleurs blanches à 5 pétales bipartis qui donnent l'impression qu'elle en a 10. Son fruit est une petite capsule qui s'ouvre en mûrissant. Ses graines sont très appréciées des oiseaux, raison pour laquelle cette plante est parfois surnommée mouron des oiseaux ou herbe à oiseaux.

SES HISTOIRES

La forme des petites fleurs (étoile) a donné son nom à la plante : Stellaire. Le 7 janvier de chaque année, (fête des 7 herbes au Japon), elle entre dans la composition de la soupe aux 7 herbes mangées ce jour-là.

SES UTILISATIONS

Les tiges et les feuilles tendres se mangent en salade. On peut aussi les ajouter dans les potages. On peut la récolter facilement tout au long de l'année. La tige et son suc sont réservés pour un usage médicinal. La stellaire est utilisée contre les maladies des voies respiratoires comme la bronchite, elle sert aussi un traitement pour soulager les douleurs des rhumatismes. En usage externe, les feuilles broyées ou le suc sont utiles contre les furoncles et les dermatites infectieuses. Les feuilles hachées appliquées sur une plaie diminuent l'inflammation de la peau.



STELLARIA

Stellaire

JEAN-MARIE PELT
Musée Naturel