

Mauve

MALVA

La mauve est une plante bisannuelle de 20 cm à 1 m de hauteur. Elle porte de grandes feuilles dentelées vert foncé et, de juin à octobre, des fleurs d'un beau mauve rosé, rehaussé de stries violettes, qui s'épanouissent en 5 pétales.

SES HISTOIRES

La mauve était déjà bien connue du temps des Grecs et des Romains, lesquels se délectaient de ses feuilles tendres, tout en lui reconnaissant des vertus laxatives. Elle était ainsi l'un des remèdes favoris d'Hippocrate, le «père de la médecine», ou encore de Pythagore, qui l'utilisait contre la constipation. Au Moyen Age, Charlemagne rendit sa culture obligatoire sur tous les domaines impériaux. Au XVIème siècle en Italie, on la nommait "omnimorbia", plante à tout guérir.

SES UTILISATIONS

En tisane, ces fleurs sont surtout utiles contre la constipation. C'est aussi une plante adoucissante, recommandée contre la toux, les laryngites, bronchites et trachéites, mais également contre les infections digestives et urinaires. La mauve est une plante alimentaire, les fleurs comme les feuilles peuvent être cuisinées : les boutons se confisent dans le vinaigre, les fleurs décorent les salades, les feuilles se consomment en légumes, braisées, en gratin ou en soupe.

