



La plupart du temps méprisée, voire détestée, LA GRANDE ORTIE figure rarement au palmarès des Maisons Fleuries. Présente dans toutes les contrées tempérées du monde, au voisinage des lieux habités par l'homme et ses animaux domestiques, elle éprouve les mollets de tous les enfants. Mais son pouvoir urticant n'est là que pour la protéger de la surexploitation, tant ses qualités, ressources, bienfaits sont nombreux et irremplaçables. Aujourd'hui, on a à cœur de les redécouvrir.

SES PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES

Urtica dioica est une plante herbacée vivace, pouvant atteindre 2 m. de haut, dont la partie souterraine est constituée de rhizomes ; ils sont dits traçants car ils courent sous la surface du sol et peuvent donner naissance à une nouvelle tige, très éloignée de la plante mère. On peut donc facilement (ou accidentellement) multiplier l'Ortie en dispersant des tronçons de racine dans le sol ou dans le compost.



Elle est dioïque : fleurs femelles (en grappes tombantes) et fleurs mâles (en grappes dressées) poussent sur des plants différents.

C'est le vent qui assure le transport du pollen et la dispersion des graines.

Comme chacun l'a expérimenté, la plante est munie de poils urticants (plus elle est agressée, fauchée, broutée... plus elle en développe). Les sensations de brûlures et les démangeaisons durent de quelques minutes à plus de 24 heures. On peut les atténuer en appliquant des feuilles écrasées de plantain.

Heureusement, elle présente bien d'autres qualités.

L'ORTIE DANS L'ALIMENTATION

Ah ! au printemps, la première soupe orties - pommes-de-terre annonce les multiples autres manières de l'accommoder. On a des preuves de la consommation de l'ortie dès le mésolithique (-12 000 ans) ; Pline l'Ancien, qui vécut au I^{er} siècle dans l'actuelle Italie, rapporte une soixantaine de recettes. La valeur nutritionnelle des feuilles et des fruits est impressionnante : nombreuses protéines, des vitamines (A, B9, C), des éléments minéraux (phosphore, calcium, potassium, fer, silice, etc).



Feuilles et fruits peuvent être consommés crus ou cuits, frais, séchés ou déshydratés, salés ou sucrés, fermentés sous forme de " bière ", ou de schnaps, liqueurs...

À chaque pays, chaque région ses pratiques traditionnelles.

Et si la standardisation industrielle alimentaire l'a quelque peu reléguée, elle conserve ou retrouve, du Japon au Danemark, sa place éminente à table, en cosmétique et dans la pharmacie.

LES HUMAINS NE SONT PAS SEULS à L'APPRÉCIER !

La plupart des animaux de la ferme en raffolent : les chèvres l'aiment fraîche, les autres ruminants plutôt fanée, les volailles la préfèrent finement hachée et les porcs avec du petit lait...

ELLE SAIT SE RENDRE UTILE APRÈS DES AUTRES PLANTES ET DES SOLS CULTIVÉS.

Ça ne sent pas très bon, le purin d'ortie (issu de la fermentation des feuilles et tiges dans de l'eau), mais c'est un répulsif pour les insectes indésirables (pucerons). Riche en azote, c'est aussi un fertilisant éprouvé, qui stimule la dégradation des matières organiques dans le sol et le compost, fortifie les végétaux et stimule leur croissance.

PLANTE HÔTE D'UNE MULTITUDE D'INSECTES, ELLE ENRICHIT L'ÉCOSYSTÈME OÙ ELLE CROÎT.



Chez certains papillons, la femelle dépose ses œufs sur le dessous des feuilles de l'Ortie, et uniquement de l'Ortie. Une fois les œufs éclos, la chenille se régale. Ainsi, la Carte géographique,

Petite Tortue, le Vulcain... dont la seule plante hôte est la Grande Ortie ; sans elle, ces papillons disparaîtraient de nos prairies.

Plus occasionnellement, le Paon du Jour, le Robert le Diable (qui apprécie aussi le houblon ou l'orme), la Pyrale de l'Ortie, la Belle-dame, l'Écaille Rouge, choisissent *Urtica* comme berceau.



La Coccinelle aime les zones en friche, où s'amoncellent brindilles et rameaux de l'an passé, ça reste humide, un peu désordre, c'est tranquille. Tout ce qu'aime aussi l'Ortie. Or, celle-ci héberge quantité de pucerons dès le printemps ; voilà une nourriture abondante et

indispensable aux larves de la coccinelle (elle en boulotte 150 par jour). Et c'est ainsi que grâce à un petit coin réservé à la Grande Ortie, par le biais de nos Bêtes-à-Bon-Dieu, vous pouvez sauver haricots, tomates et cornichons.



Avant la domestication du lin ou du chanvre, les fibres de l'ortie étaient utilisées pour nombres d'objets utilitaires (cordes, filets, vêtements...).

On se souvient de Ötzi, dont le corps momifié, retrouvé en 1991, avait été libéré par la fonte du glacier Hauslabjoch, à la frontière italo-autrichienne. Il vivait il y a plus de 5000 ans et portait un couteau de silex glissé dans un filet en fibres d'ortie.

En ce début de XXI^e siècle, pour pallier les nuisances environnementales de la culture du coton et produire localement, en Alsace, en Lorraine, ont été menées des expériences de cultures, traitements, tissages et confections de vêtements en fibres d'Ortie : le tissu obtenu est souple, un peu brillant, très doux, entre le lin et la soie... superbe !



La culture est sobre en eau, ne réclame aucun pesticide, aucun engrais de synthèse, seulement un sol riche en matière organique végétale. Une plantation permet plusieurs récoltes par an et ne doit être renouvelée que tous les 8 ans. Même dans nos montagnes, elle pourrait avoir un avenir.

LA GRANDE ORTIE a parfois mauvaise réputation, il n'est pas facile de l'aimer d'entrée de jeu, mais à mieux la connaître, on se dit qu'elle a bien raison d'être la fidèle compagne de nos lieux de vie.