

LAMIER JAUNE

Lamium galeobdolon

CUISINE SAUVAGE



Description rapide

- > Plante rampante
- > Fleurs sur des tiges dressées
- > Feuilles dentées avec la dent terminale allongée
- > Fleurs jaunes lignées de rouge

Description

Éléments clefs	Identification
Milieux	Bois riche (colluvions, forêt à humus doux, bois alluvionnaires), lisières et coupes forestières, sur des sols peu acides et frais
Fréquence	Espèce commune dans les régions tempérées, rare dans la région méditerranéenne
Herbacé / ligneux	Plante herbacée
Taille	Tiges florifères : jusqu'à 60 cm de hauteur Tiges stolonifères : peuvent dépasser 1,30mètres
Port / Tige	Entrelacs de tiges rampantes avec des stolons se marquant régulièrement. Au printemps, de nombreuses tiges dressées, de section carrée, portent les inflorescences
Feuilles	Disposition des feuilles typique des Lamiacées : opposées et décussées sur la tige. Elles sont de forme ovale et cordées à la base sur les tiges stériles et plus allongées et cunées sur les tiges dressées. Les deux types sont pétiolées et dentées. Un cultivar, parfois naturalisé, présente en outre des macules blanches sur le limbe
Fleurs	Fleurs de couleur jaune tachetée de brun rouge et disposées en verticilles composés d'une dizaine de fleurs possédant deux styles chacune. Deux feuilles à la base de chaque verticille et les calices tubulaires à 5 dents épineuses complètent les inflorescences
Graines	Une par fruit
Fruits	Le fruit est un akène regroupé par 4 qui se séparent à maturité. En fait, après la fécondation des deux styles, chaque ovaire se cloisonne en deux doublant ainsi les fruits.
Racine	Traçante
Pilosité générale	Toute la plante est velue-hérissée, même la fleur (calice et corolle)
Odeur	Forte, tantôt perçue comme agréable, tantôt comme désagréable...
Cycle et floraison	Plante vivace fleurissant au printemps à partir d'avril jusque juillet
Distribution	Europe, sauf les régions septentrionales et méridionales, et Asie sud-occidentale
Statut	Aucun statut de protection connu

Éléments clefs	Identification
Ecologie	http://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-37494-ecologie

Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
Nom scientifique	<i>Lamium galeobdolon</i> Linné 1759
Famille	Lamiacées (<i>Lamiaceae</i>)
Noms vernaculaires	Fausse ortie des jardins, Ortie jaune, Ortie morte des bois
Etymologie	« Lamium » vient du grec « laïmos » signifiant gorge, gosier. L'épithète « galeobdolon » dérive aussi du grec, avec deux origines : « gale », belette et « bdolos », mauvaise odeur
Classification	Voir la classification APG III

Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
Appréciation générale	Les feuilles du lamier jaune ont une odeur forte et un goût doux variant, selon les perceptions, d'agréable à désagréable
Parties utilisées	
Jeunes pousses et feuilles	Consommées crues ou cuites
Fleurs	Utilisées en décoration de plats
Confusions possibles	
Lamier blanc (<i>Lamium album</i>)	Fleurs blanches (voir la fiche)
Lamier maculé (<i>Lamium maculatum</i>)	Fleurs pourpres (voir la fiche)

Récolte & conservation

Congélation : les feuilles peuvent être congelées

Composition

Contiennent notamment des protéines, des sels minéraux et des vitamines

Plus d'infos, images & vidéos

- [Fiche botanique du site Tela Botanica](#)
- [Lamium galeobdolon sur Google images](#)
- [Lamium galeobdolon sur Wikipedia](#)