

# La cueillette de Valo

## L'ortie (*Urtica dioica*)

Urticante et parfois envahissante, souvent détestée et arrachée, l'ortie en a exaspéré plus d'un ! Mais elle a résisté à toutes les campagnes d'éradication, et repousse partout où on ne l'attend pas. Et pour cause, c'est une plante rudérale : elle pousse sur les décombres, c'est-à-dire partout où l'homme passe. Elle rééquilibre un sol bouleversé par les activités humaines et concentre dans ces tissus des éléments nutritifs et des minéraux qu'elle restitue à sa décomposition sous forme assimilable par les végétaux moins rustiques (*ne pas la récolter sur site pollué*). Une touffe d'ortie est un écosystème riche en biodiversité : 30 espèces d'insectes lui sont directement inféodées, c'est-à-dire qu'ils disparaîtraient sans elle. Elle nourrit plus de 120 espèces au total. Sans parler des chenilles : petite tortue, paon du jour, vulcain, vert doré, belledame, pyrale de l'ortie, écaille mendiante, écaille martre, chorentide de l'ortie, plusieurs noctuelles... Elle abrite aussi des cicadelles et des psylles.

Elle disparaîtrait devant ces estomacs affamés s'il n'y avait leurs prédateurs : l'ichneumon pond sur ou dans les chenilles, les cécidomies parasitent les cicadelles et de nombreux oiseaux insectivores se régaleront de tous (surtout au printemps pendant la nidification). Prédateurs qui se feront un plaisir de vous débarrasser des pucerons et autres nuisibles de votre jardin.

Dans la lutte contre les ravageurs des cultures, le prédateur s'appelle auxiliaire. Voilà l'insecte réhabilité comme « bonne bête », comme la coccinelle qui n'a jamais connu l'opprobre. Pourtant, on oublie que ces insectes très utiles quand il y a des ravages au jardin, mangent toute l'année. D'où l'intérêt de laisser des espaces en friche, plein d'herbes folles, dont l'ortie, pour servir de nourriture à leurs proies. De tous temps, l'homme a récolté l'ortie pour sa consommation et celle de ses animaux (pour stimuler la ponte hivernale par exemple), pour filer de bonnes cordes imputrescibles, produire de fins tissus, des papiers de qualité, un engrais et un produit de traitement phytosanitaire.



### Une association :

**Les Amis de l'ortie** (lire *Les Nouvelles* N°65 sur le film "L'ortie fée de la résistance") : [www.lesamisdelortie.fr](http://www.lesamisdelortie.fr)

### Deux festivals de printemps :

- **"Les Z'Orties"** 27-28 Mars à la Haye-de-Routot, Eure (le "berceau" d'Orties Folies !).
- **"Orties Folies"** 24-25 avril, Potager du Roi, Versailles.

### Recette de la bière à l'ortie

Faire bouillir 1 kg de jeunes orties et 2 citrons dans 10 l d'eau pendant 40 min et filtrer. Ajouter environ 600 g de sucre brun et une c-à-s de levure de bière, préalablement diluée dans un peu d'eau tiède. Mettre dans des bouteilles à bière ou à champagne. Attendre 15 jours. Attention à la pression à l'ouverture !

### Cueillette et préparations...

Au printemps, cueillez les sommités des jeunes orties, et faites vous une soupe (facultatif : ajoutez de la crème). Avec le reste de la récolte, faites une tisane que mélangerez moitié-moitié avec une décoction de prêle. Dégustez-en un verre, préparez un bain pour vos graines avant semis et pulvériser le reste sur les jeunes plants en pépinière et au jardin. Vous pouvez aussi traiter les fruitiers qui ne sont pas en fleurs. Recommencez tous les dix jours environ. Quand les orties commencent à fleurir, coupez-les à 15 cm du sol. Elles repousseront et donneront une seconde récolte de fleurs. N'oubliez pas de faire sécher une partie de votre récolte pour le début du printemps suivant et de laisser une partie de vos orties monter en graines que vous récolterez ensuite. Faites fermenter 1 kg d'orties dans 10 l d'eau, filtrer et conserver à l'abri de l'air et de la lumière. Cette préparation diluée à 10%, en arrosage au pied des plantes, protégera et stimulera vos cultures. Renouvelez le traitement sur les plantes en souffrance tous les 10 jours.

### Bibliographie

- **Les secrets de l'ortie**, de Bernard Bertrand, Ed. de Terran.
- **Purins d'ortie et compagnie**, de B. Bertrand, E. Petiot, JP Collaert, Ed. de Terran.
- **Les quatre saisons du jardin bio**, Ed. Terre Vivante.
- **Manuel pratique de biodynamie**, P. Masson, Ed. Mouvement de culture bio-dynamique.
- **Les vertus de l'ortie**, d'Yves Tissier, Ed. Le Courrier du Livre.

