

Plantago sempervirens

PLANTAGINACÉES (PLANTAGINÉES)

Plantain œil de chien Badasson Fiche n° 437

Description *Plantago cynops*

Le **Plantain œil de chien** est une plante vivace herbacée, de 10-40 cm, à souche et tige tortueuse, pubescente, ligneuse à la base, très rameuse en buisson. Les feuilles opposées ou verticillées, sont linéaires en alène, triquètres au sommet. Les fleurs jaunes sont réunies en têtes ovoïdes sur des pédoncules axillaires plus longs que les feuilles. Les bractées sont ovales, les extérieures à longue pointe herbacée, les intérieures brusquement mucronées. Le calice est composé de 5 sépales soudés en tube à 5 segments inégaux, les antérieurs ovales obtus-mucronés, les autres lancéolés-aigus. La corolle est composée de 5 pétales blanchâtres, glabres, soudés en tube ridé en travers, à lobes acuminés. Le fruit est une capsule déhiscente, à ouverture en boîte à savon, contenant 2 graines ovales, opaques et canaliculées à la face interne.

Biotope primaire

Pelouses écorchées, pelouses rocheuses et caillouteuses, rochers.

Biotope secondaire

Parcours, carrières, friches agricoles.

Floraison

mai-août

Caractères indicateurs

Absence de sol, sols caillouteux ou pierreux très riches en bases.

Médecine

La plante entière fleurie est astringente, expectorante, dépurative, et hémostatique, vulnéraire, cicatrisante et anti-ecchymotique.

Elle est traditionnellement utilisée en Provence comme plante médicinale pour soigner la fièvre de Malte et pour lutter contre la brucellose du mouton.

Les graines de tous les **Plantains** contiennent des mucilages et sont très utiles pour faciliter et rétablir le transit intestinal.

INFUSIONS, TM et JUS : Soins dentaires, soins de la sphère ORL, piqûres d'insectes, conjonctivites, douleurs de la mâchoire, des gencives et des dents, maladies auto-immunes, hémorragies utérines, hémophilie, infections à répétition.

Cuisine

Toutes les parties tendres y compris les fleurs, au goût de champignon, parfument agréablement les plats crus ou cuits.



A noter

De nombreux **Plantains** ont des qualités alimentaires et des propriétés médicinales remarquables, se reporter aux espèces du genre **Plantago** des volumes 1, 2 et 3.