

La fleur du mois : *Sanicula europaea*, L.

La Sanicle d'Europe (Herbe de Saint-Laurent)

Tout le monde connaît et apprécie le Muguet de mai, alors faisons connaissance d'une plante discrète qui a fleuri cette année pour le 1er mai sur une parcelle du Bager d'Arudy.

Nous l'avons observé dans un sous bois frais et humide lors de la sortie multiculturelle du 29 avril, organisée par l'AAOM.



On la rencontre depuis l'étage inférieur jusqu'à l'étage montagnard sur l'ensemble de la chaîne des Pyrénées, toujours en faible quantité. Elle est présente sur toute l'Europe mais fait partie des plantes rares, voir en danger de disparition par endroits.

Avant 1755, **Linné** l'avait identifiée et décrite puis placée dans la **classe 5 Pentandria** sous le nom de *Sanicula europaea*, L.

Les fleurs de l'ombelle possèdent cinq pétales et cinq étamines.

Bien plus tard les botanistes et systématiciens l'ont inclus dans la famille des **Ombellifères**. Depuis cinquante ans environ, cette famille a pris le nom de **Apiaceae** (Apiacées).

Utilisée bien avant le moyen âge comme plante médicinale, en 2015 elle figurait encore sur la liste des cueillettes autorisées. **Aujourd'hui** elle bénéficie d'un statut de protection : **Liste rouge**, Catégorie **LC**.

Au moyen âge, Sainte Hildegarde de Bingen écrivait dans son ouvrage Physica

La Sanicle est chaude. Il existe en elle davantage de pureté. Son suc est doux et saint. Elle est excellente pour un estomac et des viscères malades.

En été, quand elle est verte, l'arracher avec ses racines, faire cuire dans l'eau, puis passer l'eau à travers d'un linge, ajouter à cette eau un peu de miel et de réglisse. Faire ainsi une potion au miel et en boire souvent après un repas. Ce remède fait disparaître l'humeur glaireuse de l'estomac et guérit les viscères malades.

Faire sécher de la Sanicle au soleil progressivement, pour que ses forces ne diminuent pas. En effet le soleil ne fait pas disparaître les forces des plantes ; mais le feu les fait disparaître, si on fait sécher les plantes au feu.

Quand la Sanicle est sèche, la réduire en poudre modérément, sans la broyer totalement, puis conserver cette poudre pour l'hiver.

En hiver, faire bouillir du vin avec un peu de miel et de la réglisse, mettre la poudre de Sanicle dans le l'eau, boire souvent après un repas la potion obtenue ; elle purge l'estomac de la pituite et redonne la santé aux viscères endoloris.

Cette plante discrète, de petite taille (de 15 à 50 cm pour les individus exceptionnels) est rarement observée au cours des sorties botaniques.

Sa floraison est très courte, son feuillage et son petit fruit se confondent avec la végétation alentour.