

La Bourrache officinale

(*Borago officinalis*)



Famille : Boraginacées

Origine : bassin méditerranéen

Floraison : avril à septembre

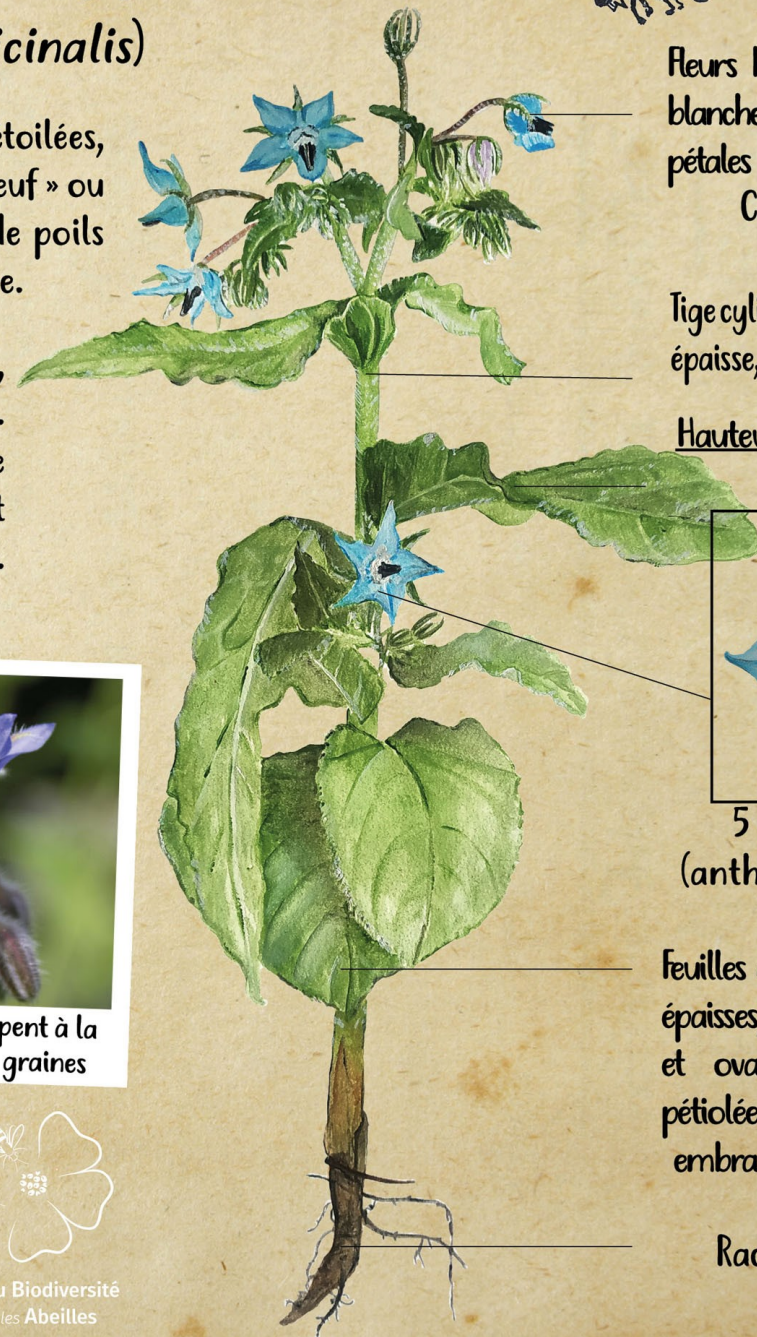
Plantation : mars à juin (se ressème seule)

Préférences : sol sec, riche, neutre, bien drainé, profond, exposition ensoleillée (ou peu d'ombre). Plante rustique.

Milieux : terrains vagues, décombres, terres cultivées, jardins, bords de chemins.

Cette herbacée aux fleurs bleues étoilées, parfois surnommée « Langue de boeuf » ou « Herbe à suée », est recouverte de poils raides, la rendant un peu rugueuse.

Ses racines, épaisses et profondes, permettent de décompacter le sol. Elle est également utilisée comme engrais vert, et aurait un effet répulsif sur les limaces et Piérides.



Fleurs bleu vif (parfois blanche-rose), à 5 pétales égaux soudés. Calice à 5 sépales.

Tige cylindrique, poilue, épaisse, ramifiée, droite

Hauteur : 20 à 60 cm



5 étamines (anthères noires)

Feuilles alternes, ridées, épaisses, peu dentées et ovales, poilues, pétiolées en bas, embrassantes en haut.

Racine pivotante
Annuelle



Les étamines forment un cône au centre de la fleur



Les fourmis participent à la dissémination des graines



Plante mellifère riche en nectar (estimée à 5/5), un peu moins en pollen (2/5)¹, très convoitée en fin d'été. Elle attire nombreux pollinisateurs, notamment abeilles et bourdons, mais aussi diptères et papillons (plante hôte pour chenilles).

¹ M. Feltin, R. Hummel (2016)

Une anecdote ?

Utilisée depuis longtemps en cuisine (fleurs et jeunes feuilles) et en médecine (diurétique, cicatrisant, sudorifique, dépuratif ...), la Bourrache est à consommer avec précaution du fait de sa toxicité. L'huile issue de ses graines est très riche Oméga 6.