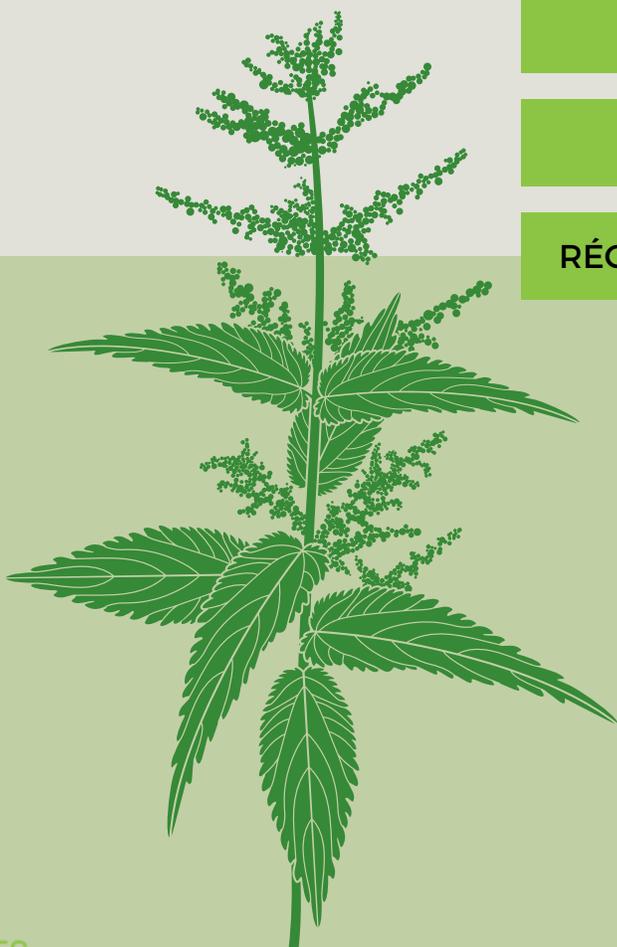




Produits forestiers non ligneux

Fiche de production

L'ORTIE DIOÏQUE



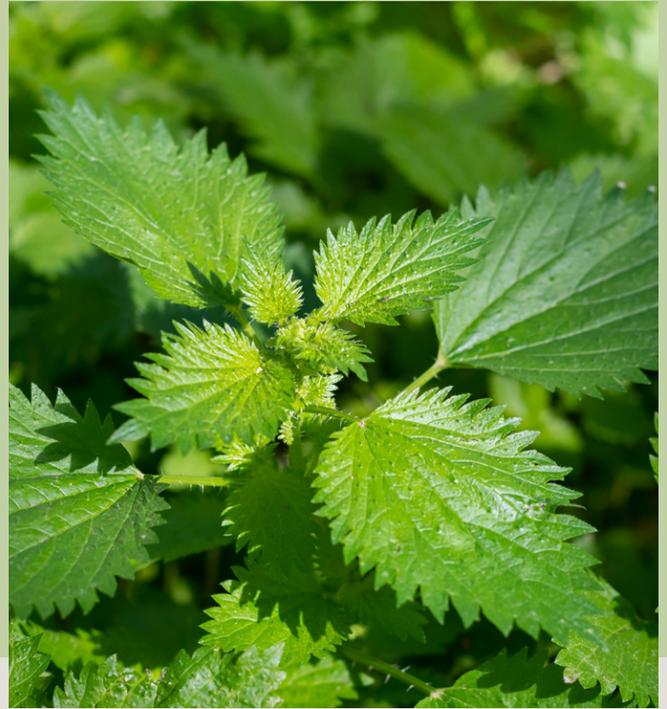
DESCRIPTION

PRATIQUES CULTURALES

RÉCOLTE ET CONDITIONNEMENT

ORIGINE

L'ortie dioïque est indigène au Canada. Originaires d'Eurasie, elle est présente sur tous les continents, dans les zones tempérées. Au Québec, on la retrouve à proximité des habitations, sur des sites ensoleillés, dans les fossés et en bordure des chemins. Elle peut former des colonies près des vieux tas de fumiers compostés ou des anciens sites de compostage. L'ortie préfère les sols humides, riches, profonds et meubles.



Nom latin : *Urtica dioica* L. Syn

Nom commun : Ortie dioïque, grande ortie, ortie piquante, ortie élevée.

L'ortie dioïque est une plante herbacée vivace, vigoureuse et à longue durée de vie. Comme son nom dioïque l'indique, les fleurs mâles et les fleurs femelles se trouvent sur des pieds séparés.

ASPECTS BOTANIQUES

LES DIFFÉRENTES PARTIES

- **Les tiges :** Elles sont droites et verticales. À maturité, les tiges dépassent souvent un mètre de hauteur. Quadrangulaires, elles sont couvertes de poils urticants gorgés d'acide formique. C'est ce qui provoque l'effet urticant à leur contact avec la peau.
 - **Les feuilles :** Les feuilles sont d'un vert frais, opposées, pétiolées, stipulées, ovées, dentées et velues sur les deux faces.
 - **Les fleurs :** Les fleurs sont unisexuées. Chaque plant est soit femelle ou mâle. Les plants femelles ont des petites fleurs disposées en grappes pendantes aux axes des feuilles. Les plants mâles ont des fleurs en forme de chatons. La floraison est estivale, soit de la fin juin à septembre.
 - **Les fruits :** Les fruits sont des akènes remplis de minuscules graines brunâtres à noirâtres.
 - **Le système racinaire :** Le système racinaire est composé de longs rhizomes qui permettent à l'ortie de se propager rapidement, jusqu'à devenir envahissante.
-

LES STADES DE CROISSANCE

**Jeunes
plants**



Photo : Gérald Le Gal

**Plants
matures**



Photo : Éric Bon

UTILISATION

EN CUISINE

Les feuilles d'ortie sont riches en fer et en oligo-éléments.

En cuisine, les jeunes feuilles sont excellentes cuites (comme des épinards), en potage, en salade ou comme légume.

Elles perdent leur effet urticant lorsqu'elles sont cuites, séchées ou transformées.

AU JARDIN

L'ortie est une alliée précieuse dans les jardins. C'est une plante dite de « compagnonnage ».

Elle repousse les insectes et renforce le système de défense des plantes voisines.

Les maraichers l'utilisent sous forme de purin qu'ils pulvérisent sur les feuilles des autres plantes, ou qu'ils mélangent à la terre pour favoriser la décomposition.



PRATIQUES CULTURALES

CONDITIONS DE CULTURE

L'ortie est facile à cultiver. Elle pousse naturellement sur de nombreux sites ouverts et abandonnés, mais elle préfère un sol riche en azote, humide et bien drainé. C'est une plante de plein soleil qui tolère un peu d'ombre. Le pH du sol recommandé est de 6 à 7.

PRÉPARATION DU TERRAIN

L'année avant l'implantation de l'ortie, il est préférable d'ameublir le sol en passant plusieurs fois la herse ou le vibroculteur. Cela favorisera la prolifération des rhizomes de l'ortie et détruira en même temps les racines des herbes indésirables.

Ensuite, amender le sol avec un engrais vert de légumineuses (pois, trèfle ...) qui fixera l'azote dont l'ortie a besoin pour se nourrir et se développer. Lors du retournement de l'engrais vert, on ajoute du compost à raison de 40 ou 60 t/ha. Idéalement, la quantité de compost à ajouter et les corrections de pH doivent être déterminées par une analyse de sol.

Selon les expériences réalisées par la Filière des plantes médicinales biologiques du Québec, un sol pauvre et sableux n'est pas propice à la culture de l'ortie.



PRATIQUES CULTURALES

IMPLANTATIONS

L'ortie tolère plusieurs types d'implantation. On peut utiliser les semis, la division des plants mères ou la transplantation.

SEMIS

Le semis en serre. Il donne de bons résultats. On peut recueillir des graines à partir d'un plan mère. Un mois après la floraison, on cueille les inflorescences sur des plans vigoureux et en santé. On les fait sécher en les étalant sur un grillage très fin dans un endroit sec et aéré. Puis on sépare les graines des fleurs séchées en les battant délicatement. Une fois tamisées, on place les graines dans un sac, ou un bocal, au réfrigérateur à la noirceur.

La durée de vie des graines d'ortie est de 3 ans. Il est conseillé de les semer rapidement et de faire un test de germination avant d'entreprendre les semis finaux. Le semis en serre est effectué très tôt au printemps (fin de mars, début d'avril) pour une plantation au champ en juin. Il faut semer en plateaux ou en multicellules, sans recouvrir les semences et en déposant 3 ou 4 graines par cellule. Le terreau doit être composé de 60 % de compost de tourbe et crevette, 30 % de vermiculite et 10 % de sable. Il faut garder les plateaux humides mais non détrempés.

Le semis extérieur en pépinière. Le semis peut se faire au printemps ou à la fin de l'été. Il est important d'arroser en pluie fine afin de maintenir les lits de semis constamment humides, mais non détrempés.

Le semis direct. Certaines sources avancent que le semis direct est difficile à réussir et peu concluant sur des grandes surfaces. Toutefois, des tests de semis directs sur petites surfaces réalisés par Gerald Legal ont permis des résultats tout à fait satisfaisants. Les graines d'orties ont été semées à la volée, sur une superficie de 12,5 mètres². Sur cette petite parcelle, 5 récoltes ont été possibles pendant l'été. En considérant un pourcentage de perte de 50%, cela équivaldrait à une récolte de 2984kg/ha.

PRATIQUES CULTURALES

TRANSPLANTATION

Le temps requis du semis à la transplantation est de 8 à 12 semaines. Semer densément et en surface. Avant le repiquage, on peut pincer les plants pour les ramifier. Les plantules peuvent être repiquées en cellules ou transplantées au champ dès que les risques de gel sont passés. Même si les plantules sont petites, le port de gants est nécessaire pour éviter tout contact avec les poils urticants.

DIVISION

Au début du printemps, ou à l'automne, on peut diviser des plants-mères avec une pelle en conservant une partie des tiges qui s'y rattachent, puis on les replante par la suite. Comme le rendement d'un champ d'ortie diminue après la deuxième année, on procèdera à l'arrachage des plants pendant l'automne de la troisième ou de la quatrième année. Pendant cette opération, on peut récupérer des rhizomes que l'on taille à 15 cm de long, pour les replanter directement au champ. Il faut rabattre le feuillage, replanter le rhizome en le recouvrant d'environ 5 cm de terre et arroser. Les plants seront matures après un an.

POPULATION ET ESPACEMENT

La densité de plantation exerce une forte influence sur les rendements. Il n'est pas avantageux de repiquer trop densément car l'ortie a besoin d'espace pour s'épanouir. Il est plutôt recommandé de planter l'ortie à raison de 45 000 à 44 000 plants à l'hectare. L'espacement au champ peut être de 30 à 45 cm entre les plants et de 75 à 120 cm entre les rangs, selon la machinerie utilisée.

Selon nos observations, l'ortie occupera tout l'espace disponible si elle ne subit pas la concurrence des adventices.

PLAN DE ROTATION

L'ortie a besoin d'azote et de matière organique pour croître et se nourrir. La durée de vie d'un champ d'ortie est de 3 à 4 ans. Après cette période (de diminution des rendements), on ajoute au champ, un engrais vert additionné d'un apport de compost. Une autre solution est de mettre en place une culture d'engrais vert (trèfle ou pois), avant de reprendre la culture de l'ortie. Le but étant d'apporter suffisamment d'azote et de matière pour la prochaine culture d'ortie.



PRATIQUES CULTURALES

ENTRETIEN

Fertiliser chaque année le champ d'ortie avec du compost ou du fumier de poule pour favoriser la croissance des feuilles. L'objectif étant d'obtenir un sol plus riche et résilient, année après année. Arroser régulièrement pendant la croissance, surtout en période de sécheresse, mais attention à ne pas détrempier le sol, l'ortie n'aime pas avoir le pied dans l'eau.

GESTION DES ADVENTICES (HERBES INDÉSIRABLES)

Le désherbage doit se faire très tôt au printemps jusqu'à ce que l'ortie prenne sa place. Les adventices nuisent beaucoup à la croissance de l'ortie et quand elle grandie, il est difficile de le faire. Le désherbage mensuel à la vapeur haute température s'avère être une bonne solution pour obtenir un produit de bonne qualité.

RAVAGEURS ET MALADIES

Même si l'ortie est un bon répulsif pour de nombreux ravageurs, elle est sensible aux larves de certains papillons (les vulcains, ou vanessa atalanta; des lépidoptères qui apparaissent plus tard dans la saison) qui se nourrissent de son feuillage. Lorsque les chenilles de ces papillons sont présentes sur les orties, tailler les tiges affectées et traiter le feuillage avec du *Bacillus thuringiensis* (Bt).



RÉCOLTE ET CONDITIONNEMENT

RÉCOLTE

La récolte des jeunes feuilles se fait tout au long de l'été. On choisit des journées sèches pour récolter. Il est fortement conseillé de ne pas récolter les feuilles mouillées. La récolte manuelle est possible, mais elle obligerait le producteur à vendre son produit à un prix trop élevé. C'est une méthode longue et fastidieuse. La récolte mécanisée est possible.

Pour un produit de bonne qualité, on conseille de récolter les jeunes feuilles quand l'ortie atteint une hauteur de 10 à 15 cm de haut, avant que les tiges ne deviennent ligneuses. Un désherbage méticuleux favorise une bonne récolte.

CONDITIONNEMENT

L'ortie peut être séchée pour des utilités médicinales. Toutefois, nous nous concentrons dans cette fiche sur le conditionnement des jeunes feuilles, à des fins culinaires.

Dès qu'elles sont récoltées, les feuilles d'ortie doivent être triées (enlever les mauvaises herbes et les feuilles jaunies ou pourries), lavées, essorées, mises sous vide et congelées. Elles deviendront vert foncé après le processus. Si les conditions le permettent, elles peuvent être consommées fraîches, conditions dans lesquelles elles sont les plus goûteuses et possèdent tous leurs éléments nutritifs.

ENTREPOSAGE

L'ortie congelée et bien conditionnée se conserve bien minimalement durant 1 an. Pour une distribution aux restaurateurs, l'ortie peut être emballée sous vide dans des sacs de 500 grammes.



Références

Filière des plantes médicinales biologiques du Québec. 2010. L'ortie dioïque. Guide de production sous régie biologique. Québec.

Ressources

Recherches et tests de Gérald Le Gal.
Recherches de Éric Bon.

Pour en savoir plus :

<https://mrclaurentides.qc.ca/produits-forestiers-non-ligneux/>