



OSEILLES

RUMEX SANGUINEUS - RUMEX ACETOSA



Description :

- Plante vivace herbacée en touffe.
- Taille adulte : 30 à 60 cm de haut, en largeur 30-40 cm.
- Feuillage : vert vif (veiné de rouge pour la sanguine), lancéolé
- Floraison : hampes florales rouges-verdâtres en mai-juin.
- Fructification : petites graines ailées brunâtres.

Conditions de culture

-  Rusticité : excellente (-20 °C).
 -  Exposition : soleil ou mi-ombre sous climat plus chaud.
 -  Sol : frais, profond, riche, légèrement acide, tolère sols lourds.
 -  Besoins en eau : aime l'humidité, paillage conseillé.
- Croissance : rapide, repousse après chaque coupe.



- Feuilles jeunes consommées crues en salade (goût acidulé plus doux pour la sanguine).
- Feuilles cuites en soupe, sauces, farces (ex. soupe à l'oseille, sauce poisson).
- Bonne base pour potages printaniers et plats traditionnels.

Rôle dans un jardin-forêt

Étage occupé : herbacée basse / couvre-sol.

Fonctions permacoles :

- Source alimentaire vivace.
- Couvre-sol en bordure de cultures.
- Plante rustique, résistante et facile d'entretien.

Associations favorables :

avec fraisiers, alliées, vivaces aromatiques.

Conseils pratiques du pépiniériste

- L'oseille verte est légèrement plus vigoureuse que la sanguine
- L'oseille sanguine est moins soumise aux attaques (limaces, chevreuils)
- Tailler / récolter régulièrement pour stimuler la repousse
- Diviser les touffes tous les 2-3 ans pour rajeunir les touffes