

## La culture des plantes médicinales en Ontario

S. Westerveld

### INTRODUCTION

Plus de 4 000 espèces de plantes médicinales poussent à l'état sauvage ou sont cultivées au Canada, et un plus grand nombre encore pourraient être produites en serre. Leurs usages documentés remontent dans certains cas à plus de 2 000 ans, notamment en médecine chinoise traditionnelle.

Les plantes médicinales ont parfois des exigences culturelles particulières, ce qui en fait des cultures spécialisées qui comportent leur lot de défis. Dans bien des cas, ces plantes ont fait l'objet de peu d'efforts de sélection pour surmonter des problèmes de germination des semences, d'uniformité d'une plante à l'autre et d'adaptation aux conditions de culture en plein champ ou en serre. D'autres, adaptées à un environnement forestier, ont besoin du couvert de la forêt ou d'ombre artificielle. Certaines espèces ont par ailleurs développé des associations étroites avec d'autres organismes dans un milieu naturel particulier, ce qui rend leur culture très difficile sans cette symbiose.

La présente fiche technique est un complément à une autre fiche technique du MAAARO, [Production de cultures non traditionnelles en Ontario](#). Elle donne des précisions sur des particularités de la culture des plantes médicinales et résume certaines exigences culturelles propres aux plantes médicinales les plus courantes qui peuvent être cultivées en Ontario.

Cette fiche technique n'a pas pour objet de dresser la liste de toutes les éventuelles dispositions des lois et des règlements qui régissent l'importation, la culture et la vente de plantes médicinales en Ontario. Il incombe au producteur de s'informer sur les exigences législatives qui s'appliquent à ses activités. On trouve néanmoins sous *Ressources*, à la fin de cette fiche, des exemples de textes législatifs qui peuvent être pertinents pour les producteurs de plantes médicinales. La *Loi de 2007 sur les espèces en voie de disparition* (Ontario) et le Règlement sur les produits de santé naturels (Canada) sont deux exemples de textes législatifs particulièrement pertinents pour les producteurs de plantes médicinales.

Le ministère des Richesses naturelles et des Forêts de l'Ontario est chargé de l'administration de la *Loi de 2007 sur les espèces en voie de disparition*. Voici deux exemples de plantes médicinales visées par cette loi : le ginseng à cinq folioles, inscrit sur la liste des espèces en voie de disparition, et l'hydraste du Canada, inscrit sur la liste des espèces menacées. Du fait de l'inscription de ces espèces sur ces listes, il se peut qu'il soit interdit de cultiver ou de cueillir ces plantes dans la nature ou que des permis soient exigés pour le faire.

Le Règlement sur les produits de santé naturels de Santé Canada s'applique à la fabrication et à la vente des produits de santé naturels, mais non à la

---

culture des plantes médicinales. Toutefois, l'on ne saurait, sans un permis approprié, faire d'allégations particulières relativement à la santé, de vive voix ou par écrit, au sujet du produit final, que celui-ci soit frais, séché ou transformé. Ce règlement étant continuellement révisé, il est primordial que les producteurs comprennent les répercussions que les modifications au cadre réglementaire peuvent avoir sur leur droit de produire et de vendre des plantes médicinales.

Il est important de confier l'identification des plantes à des spécialistes compétents, car certaines plantes médicinales sont peu fréquentes et d'autres peuvent être très nocives pour la santé humaine si elles sont mal utilisées. Certaines plantes médicinales peuvent être confondues avec des espèces vénéneuses qui portent le même nom commun ou qui leur ressemblent. Identifier les plantes avec précision est indispensable pour que les producteurs aient la certitude de cultiver les bonnes espèces.

La Saskatchewan Herb and Spice Association et la [Canadian Herb, Specialty Agriculture and Natural Health Products Coalition](#) (CHSNC) ont mis en ligne un manuel pratique d'identification des plantes, intitulé [Good Practices for Plant Identification for the Herbal Industry](#), qui peut faciliter l'identification et qui procure de la documentation pour la traçabilité. Le site Web de la CHSNC, au [www.chsnc.ca/g-a-c-p-s/](http://www.chsnc.ca/g-a-c-p-s/), fournit de l'information sur les pratiques exemplaires en matière d'agriculture et de collecte.

## **COMMERCIALISATION**

Les plantes médicinales sont souvent destinées à des marchés très spécialisés. Elles peuvent être vendues directement à la ferme, sur des marchés fermiers, à des phytothérapeutes et à des fabricants de produits de santé naturels. Certaines plantes médicinales sont essentiellement destinées à l'exportation. Il est important de voir quels sont les débouchés et si ces débouchés existent avant de se lancer dans ces cultures.

Parmi les différents critères qui influencent la vente des plantes médicinales (moment, marché et exigences de qualité fort variées), une qualité constante reste le critère le plus déterminant dans

la plupart des cas. Les ingrédients médicinaux actifs de la plante subissent souvent l'influence des conditions de croissance, lesquelles sont rarement constantes. Des changements dans la fertilisation, dans les apports d'eau et dans la pression exercée par les ennemis des cultures peuvent influencer à la fois la croissance des plantes et leur composition chimique, et finir par modifier la teneur souhaitable des ingrédients médicinaux actifs. Les gros fabricants de produits de santé naturels exigent une qualité constante afin de s'assurer que chaque lot de leur produit renferme la même concentration d'ingrédients actifs.

## **EXIGENCES CULTURALES GÉNÉRALES**

Les exigences culturelles des plantes médicinales diffèrent considérablement d'une espèce à l'autre. La section qui suit présente certaines de ces exigences. Comme il est impossible d'inclure toutes les plantes médicinales, il s'agit de grandes lignes à considérer avant d'opter pour l'une de ces cultures. Contrairement à la plupart des autres cultures, il existe peu de variétés améliorées de plantes médicinales sur le marché. Différentes espèces au sein d'un même genre peuvent porter le même nom commun. Par exemple, il existe plusieurs espèces d'échinacées, chacune comportant des vertus médicinales qui lui sont propres et s'adressant à des marchés distincts. Il faut donc s'assurer d'opter pour l'espèce qui répond aux attentes du marché ciblé.

## **Main-d'œuvre**

La culture des plantes médicinales s'assortit en général d'importants besoins en main-d'œuvre, faute de produits et de technologies spécialisées qui permettraient de réduire ceux-ci. De façon générale, les plantations, la récolte, la lutte antiparasitaire et la maîtrise des mauvaises herbes suscitent les besoins les plus élevés.

## **Conditions de croissance**

Le plus ou moins bon rendement d'une culture dans un endroit donné dépend souvent de ce qu'était l'habitat naturel de cette culture. Par exemple, les plantes médicinales indigènes des zones tempérées du nord de l'Europe auront besoin d'étés frais et pourront nécessiter une forme de protection durant l'hiver. Dans le cas de certaines cultures, il peut être nécessaire d'imiter le climat de l'habitat

---

d'origine, que ce soit en procurant une ombre artificielle à la culture ou en la produisant dans le milieu contrôlé d'une serre. Il faut se demander si la culture a suffisamment de valeur pour justifier l'investissement supplémentaire dans de telles structures. L'habitat naturel de la plante peut fournir des indications quant aux exigences de celle-ci relativement au type de sol, à l'apport en eau, au drainage et à l'ensoleillement. Certaines plantes médicinales peuvent avoir besoin d'une protection contre le gel assurée par des minitunnels, un paillis ou des ventilateurs.

### **Établissement des cultures**

Les semences de plantes médicinales sont souvent très difficiles à trouver. On peut communiquer avec l'Agence canadienne d'inspection des aliments afin de confirmer si un permis est nécessaire pour l'importation de semences ou de plants à repiquer. De nombreuses lois régissent l'importation au Canada de végétaux et de produits végétaux.

Bon nombre d'espèces de plantes médicinales ont des exigences de germination très précises. Par exemple, après la récolte, les semences de ginseng ont besoin, avant de pouvoir germer, d'une période de stratification de 18 à 22 mois au cours de laquelle on doit les soumettre successivement au froid, à la chaleur et à nouveau au froid. Il y a des semences qui, pour germer, ont besoin de lumière, alors que d'autres nécessitent de la noirceur. Certaines semences peuvent être séchées et entreposées pendant de longues périodes, tandis que d'autres doivent rester humides et ne se conservent que pendant quelques mois. Les semences d'angélique, par exemple, germent parfois très difficilement si elles ne sont pas récoltées sitôt à maturité et mises en terre immédiatement. Chez certaines espèces, il faut pratiquer la scarification, c.-à-d. égratigner le tégument des graines pour permettre à l'humidité d'y pénétrer.

Dans de cas rares, il arrive qu'on ne puisse se fier au pouvoir germinatif des semences et que la multiplication doive se faire par bouturage et par division. Ces techniques de propagation ont l'avantage de préserver intactes les caractéristiques du plant parent. Il s'agit de faire des essais à petite échelle avant de consacrer une grande superficie à une culture de plantes médicinales.

Bien des plantes médicinales sont vivaces et repousseront année après année, ce qui réduit les risques associés aux plantations. Il faut savoir que certaines plantes médicinales peuvent être vivaces dans leur habitat naturel, mais qu'elles doivent être cultivées comme des annuelles en Ontario, où elles ne survivent pas à l'hiver.

### **Fertilisation**

La fertilisation des plantes médicinales peut être délicate. Les éléments nutritifs qui stimulent la croissance d'un plant n'amènent pas nécessairement une augmentation de la concentration des ingrédients médicinaux actifs, dont la teneur peut se trouver diluée à mesure que le plant grossit, ce qui se traduit par un produit de qualité moindre.

Dans certains cas, toutefois, la fertilisation peut faire augmenter la concentration des ingrédients médicinaux actifs. Ainsi, fréquemment, un apport accru d'azote peut amener une augmentation de la concentration des composés phytochimiques liés à l'activité photosynthétique de la feuille, car l'azote donne souvent des feuilles vert foncé qui renferment davantage de chlorophylle. En règle générale, une plante renfermera une plus grande concentration d'ingrédients médicinaux actifs si la fertilisation permet d'obtenir un sol dont le niveau de fertilité s'apparente à celui de l'habitat naturel de la plante. Ce principe ne doit être considéré que comme une règle générale, car il existe de nombreuses exceptions à la règle.

### **Lutte antiparasitaire**

La lutte antiparasitaire est un autre défi de taille pour quiconque veut réussir dans la culture des plantes médicinales. Il est important de savoir que les infestations s'intensifient avec le temps et à mesure que les superficies consacrées à une culture augmentent. Les ennemis des cultures peuvent aussi être plus problématiques en dehors du milieu naturel de la plante.

Il arrive également que la pratique de certaines cultures soit tout simplement impossible en Ontario, en raison d'ennemis qui s'y trouvent déjà. Par exemple, il est difficile d'établir des cultures commerciales de millepertuis commun

---

en Ontario, en raison de la destruction du feuillage par la chrysome du millepertuis. Ce coléoptère a été introduit en Ontario comme agent de lutte biologique contre le millepertuis dans les années 1950, lorsqu'on avait d'abord considéré cette plante comme une mauvaise herbe à combattre dans les pâturages, vu les risques d'empoisonnement du bétail.

Comme il existe peu de produits biologiques ou chimiques homologués pour une utilisation dans les cultures de plantes médicinales et que, souvent, le marché refuse toute utilisation de pesticides, les producteurs n'ont d'autre choix que de recourir à des méthodes de lutte culturale. Après une culture, on évite l'année suivante de cultiver au même endroit la même plante médicinale ou des plantes étroitement apparentées, sous peine de favoriser l'augmentation des populations de leurs ennemis dans le sol.

### **Récolte**

Les méthodes de récolte des plantes médicinales dépendent beaucoup des parties qui sont utilisées, des ingrédients médicinaux actifs dont on doit chercher à maximiser la concentration et des caractéristiques de croissance de l'espèce.

Contrairement aux légumes ou aux fines herbes, l'aspect seul est souvent peu révélateur de la qualité d'une plante médicinale. En fait, l'aspect peut très bien n'avoir aucune importance. La qualité tient avant tout à la concentration des ingrédients médicinaux actifs, que seuls des laboratoires spécialisés peuvent déterminer par des analyses parfois très coûteuses. Par contre, cette information peut n'être demandée que par de gros fabricants de produits de santé naturels.

### **Après la récolte**

La manutention de la récolte varie considérablement d'une culture à l'autre et d'un marché à l'autre. C'est souvent l'utilisation finale qui dicte la façon dont doit se faire la manutention. Bien des plantes médicinales sont mises à sécher après la récolte et sont entreposées pendant de longues périodes. Toutefois, la qualité du produit peut se détériorer avec le temps, même lorsque le produit est séché.

Bien que les plantes médicinales ne soient souvent pas considérées comme des cultures vivrières, la salubrité des aliments n'en demeure pas moins très importante. Comme pour les cultures vivrières, les plantes médicinales, même séchées, présentent des risques de transmission de maladies d'origine alimentaire. Le producteur de plantes médicinales doit prendre les mêmes précautions que pour les fruits et légumes et se conformer à la réglementation en vigueur en matière de salubrité des aliments.

Il peut être très difficile de distinguer des plantes médicinales qui ont été séchées ou transformées. Il est indispensable soit de transformer les plantes médicinales dans des endroits distincts où les risques de contamination croisée sont faibles, soit de nettoyer à fond l'aire de transformation avant de passer d'une plante médicinale à une autre. Pour éviter toute erreur, il faut procéder à l'étiquetage des produits tout de suite après la récolte. Les plantes médicinales ont des vertus puissantes et peuvent présenter des interactions dangereuses avec d'autres plantes ou avec des médicaments d'ordonnance, si bien que toute contamination croisée risque d'être lourde de conséquences.

### **EXIGENCES CULTURALES DES PLANTES MÉDICINALES**

Les pages qui suivent présentent les exigences culturelles de certaines plantes médicinales qui se prêtent à la culture en Ontario.

**MISE EN GARDE :** Bien des plantes médicinales peuvent être dangereuses si elles sont mal utilisées, et ce, même si leur étiquette les présente comme des plantes à usage « culinaire ». Consulter un médecin ou toute autre autorité reconnue avant de consommer quelque plante médicinale que ce soit.



**Figure 1.** Achillée millefeuille (*Achillea millefolium*)

***Achillea millefolium***

**Noms communs :** achillée millefeuille, herbe à dindes, herbe à dindons

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** hémisphère Nord

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** tous les types, sols bien drainés

**Parties utilisées :** feuilles, fleurs

**Espacement sur le rang :** 20 à 30 cm

**Hauteur :** 30 à 90 cm

**Remarques :** Plante vivace à tige dressée et à port étalé possédant des feuilles vertes profondément divisées et, de la mi-été à l'automne, des inflorescences ombelliformes aplaties (corymbes) formées de petites fleurs blanches, roses ou jaunes – De nombreux cultivars différents sont offerts sur le marché. Les plantes de la plupart des cultivars sont envahissantes si elles sont laissées à elles-mêmes, du fait qu'elles se propagent à la fois par des graines et par des rhizomes souterrains. L'achillée millefeuille pousse à l'état sauvage en Amérique du Nord, où elle est extrêmement répandue. On en récolte les feuilles au début de la floraison.



**Figure 2.** Niu xi (*Achyranthes bidentata*)  
Source : Shutterstock

***Achyranthes bidentata***

**Nom commun :** niu xi

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne

**Origine :** Asie de l'Est

**Exposition :** mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** bien drainés

**Parties utilisées :** racines, tiges, feuilles, graines

**Espacement sur le rang :** 25 cm

**Hauteur :** 80 cm

**Remarques :** Plante vivace, mais cultivée comme une annuelle en Ontario, à port dressé, à fines ramifications poussant en tous sens, à feuilles tendres et elliptiques et à fleurs blanc verdâtre portées par des épis terminaux – Les graines sont un bon substitut aux céréales utilisées en boulangerie. On récolte les feuilles et les tiges l'été, et on enfouit les racines à la fin de l'automne après le dépérissement du feuillage.



**Figure 3.** Cimicaire à grappes (*Actaea racemosa* [syn. *Cimicifuga racemosa*])

***Actaea racemosa* (syn. *Cimicifuga racemosa*)**

**Noms communs :** cimicaire à grappes, actée à grappes, actée à grappes noires, parfois appelée « cimifuge » ou « chasse-punaises »

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** est de l'Amérique du Nord

**Exposition :** mi-ombre, ombre

**Propagation :** par graines

**Sols :** humides, bien drainés

**Parties utilisées :** rhizomes

**Espacement sur le rang :** 60 cm

**Écartement des rangs :** 90 à 120 cm

**Hauteur :** 150 cm

**Remarques :** Plante herbacée vivace à grosses feuilles composées possédant un rhizome noueux – À la fin du printemps et au début de l'été, la cimicaire produit des épis hauts et fins portant des fleurs blanchâtres ou jaunes. Cette plante est répandue dans les clairières des terrains boisés. On en récolte le rhizome et les racines à l'automne.



**Figure 4.** Aigremoine (*Agrimonia eupatoria*)

***Agrimonia eupatoria***

**Noms communs :** aigremoine eupatoire, eupatoire des Anciens, herbe de Saint-Guillaume

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe, teinture

**Origine :** Eurasie et Afrique du Nord

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** humides

**Parties utilisées :** feuilles, fleurs

**Espacement sur le rang :** 30 cm

**Hauteur :** 150 cm

**Remarques :** Plante herbacée vivace légèrement aromatique – L'aigremoine se distingue par sa tige cylindrique, pubescente (velue) et peu ramifiée. Ses feuilles alternes d'un vert cendré, à folioles dentées, sont entremêlées de folioles très petites. L'aigremoine arbore des fleurs jaunes, petites et abondantes, portées par de longs épis. On récolte les plants alors qu'ils sont en fleurs en évitant de récolter les épis de fleurs une fois qu'ils commencent à être hérissés d'épines crochues. Pour germer, les semences ont besoin d'être stratifiées pendant six semaines.



**Figure 5.** Guimauve (*Althaea officinalis*)

***Althaea officinalis***

**Noms communs :** guimauve officinale, guimauve

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Afrique

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par bouturage, par division

**Sols :** riches, humides, bien drainés

**Parties utilisées :** racines, feuilles, fleurs

**Espacement sur le rang :** 45 cm

**Écartement des rangs :** 60 à 75 cm

**Hauteur :** 60 à 150 cm

**Remarques :** Plante vivace à port dressé, à racine pivotante ligneuse et à tige laineuse – Ses feuilles alternes, gris-vert, sont couvertes sur les deux faces de poils étoilés. Ses feuilles du bas, dentées et de forme circulaire, présentent de trois à cinq lobes. Ses feuilles supérieures vont d’ovoïdes à lancéolées, pointées, lobées et dentées. La guimauve arbore des fleurs roses ou blanches à cinq pétales découpés, à l’aisselle des feuilles supérieures. On récolte normalement les racines à l’automne de la deuxième année.



**Figure 6.** Angélique vraie (*Angelica archangelica*)

***Angelica archangelica***

**Noms communs :** Angélique européenne, angélique de jardin

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne, usage industriel, teinture

**Origine :** Europe du Nord

**Exposition :** mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** riches, humides

**Parties utilisées :** tiges, feuilles

**Espacement sur le rang :** 30 cm

**Écartement des rangs :** 60 à 90 cm

**Hauteur :** 150 à 240 cm

**Remarques :** Plante aromatique bisannuelle ou vivace de courte durée – L’angélique se distingue par sa tige dressée, creuse et cannelée. Ses feuilles, grosses et pennées, sont vert clair. Ses fleurs, petites, blanches ou verdâtres, forment de grandes ombelles sphériques. Le marché pour cette plante est peu développé. Les plants cultivés à l’étranger servent surtout à la production d’huile essentielle. La récolte se fait au début de l’automne. Il faut faire sécher les racines récoltées à entre 38 et 60 °C.



**Figure 7.** Dang gui (*Angelica sinensis*)

Source : Tyler Nance et Jeanine Davis, département de science horticole de l'université d'État de Caroline du Nord

### ***Angelica sinensis***

**Noms communs :** angélique chinoise, angélique de Chine, dang gui

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante aromatique, plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Chine

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines

**Sols :** riches, humides

**Parties utilisées :** racines, feuilles

**Espacement sur le rang :** 30 cm

**Écartement des rangs :** 60 à 90 cm

**Hauteur :** 200 cm

**Remarques :** Plante vivace à port dressé, à grosses feuilles divisées, vert clair – Cette angélique présente des tiges creuses et des inflorescences en ombelles formées de petites fleurs blanches au début de l'été. Elle peut être confondue avec l'œnanthe safranée (*Oenanthe crocata*), une espèce vénéneuse. On récolte les racines à l'automne de la deuxième année.



**Figure 8.** Camomille jaune (*Anthemis tinctoria* [syn. : *Cota tinctoria*])

Source : Richard Old, XID Services Inc., [Bugwood.org](http://Bugwood.org)

### ***Anthemis tinctoria* (syn. : *Cota tinctoria*)**

**Noms communs :** camomille jaune, anthémis des teinturiers, cota des teinturiers

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe, teinture

**Origine :** Eurasie

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** humides

**Parties utilisées :** feuilles, graines

**Espacement sur le rang :** 20 à 60 cm

**Hauteur :** 60 cm

**Remarques :** Plante vivace de courte durée à feuilles plumeuses, vert clair, finement divisées, à odeur âcre – Ses fleurs jaunes, de forme semblable à celle des marguerites, sont chacune munies, à leur extrémité, d'un long pédoncule grêle. Ce type de camomille ne résiste pas à des conditions de sécheresse ou de chaleur extrême. On récolte les feuilles au printemps et au début de l'été, et les fleurs à la pleine floraison.





**Figure 9.** Grande bardane (*Arctium lappa*)

### ***Arctium lappa***

**Noms communs :** grande bardane, artichaut, bardane majeure, graquias, rapace, rhubarbe sauvage, toques

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne

**Origine :** Eurasie

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines

**Sols :** riches

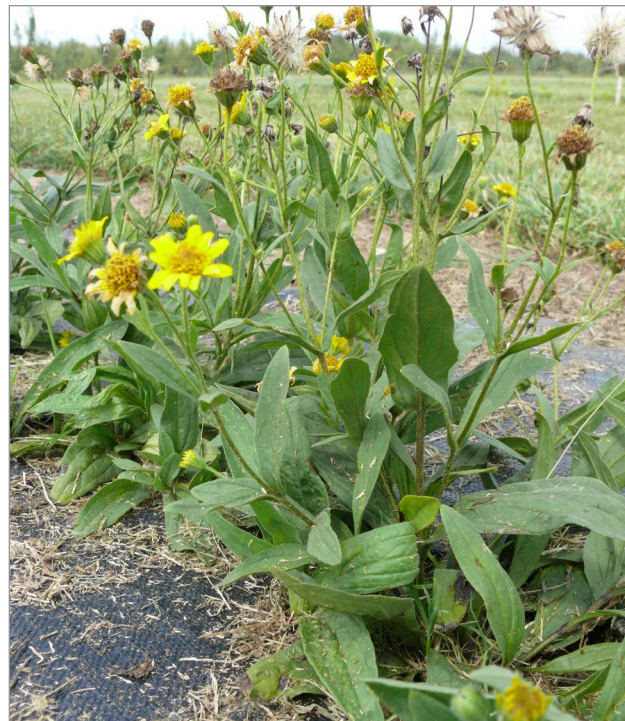
**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** 15 cm

**Écartement des rangs :** 60 à 90 cm

**Hauteur :** 150 cm

**Remarques :** Plante bisannuelle à grosses feuilles vert foncé sur le dessus et gris duveteux sur le dessous – Ses fleurs violettes, semblables à celles du chardon, sont pourvues de bractées à pointe recourbée formant crochet. On récolte habituellement les racines au début de l'automne de la première année ou au printemps de la deuxième année. Les vieilles racines deviennent dures et amères. Les racines sont longues (jusqu'à 1 m) et peuvent nécessiter du matériel de récolte spécialisé. Certains producteurs cultivent cette plante dans une planche dont le sol est ameubli par ajout de copeaux ou de sciure. Les racines peuvent être confondues avec les racines toxiques de la belladone (*Atropa belladonna*).



**Figure 10.** Arnica (*Arnica montana*)

### ***Arnica montana***

**Noms communs :** arnica, tabac des Vosges

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Eurasie et Amérique du Nord

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** sableux, acides, riches

**Parties utilisées :** racines, feuilles

**Espacement sur le rang :** 30 cm

**Hauteur :** 30 à 60 cm

**Remarques :** Plante vivace fleurissant tout l'été, à fleurs jaunes en un seul capitule – Ses feuilles, vert clair, sont pubescentes (velues) et ovales. L'arnica croît à l'état sauvage en régions montagneuses. On récolte les fleurs et les feuilles à la mi-été, avant la pleine floraison. On déterre les racines à la fin de l'automne de la deuxième ou de la troisième année.



**Figure 11.** Astragale (*Astragalus membranaceus*)

***Astragalus membranaceus***

**Noms communs :** astragale, huang qi

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** Chine et Mongolie

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines

**Sols :** sableux, bien drainés

**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** 45 à 60 cm

**Hauteur :** 40 cm

**Remarques :** Plante vivace à tiges pubescentes et à feuilles pennées réunissant jusqu'à 12 à 18 paires de folioles – On récolte les racines à l'automne, après trois années de croissance ou plus.



**Figure 12.** Bourrache (*Borago officinalis*)

***Borago officinalis***

**Noms communs :** bourrache officinale, bourrache

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Méditerranée

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines

**Sols :** sableux, pauvres

**Parties utilisées :** feuilles, fleurs

**Espacement sur le rang :** 60 cm

**Hauteur :** 60 cm

**Remarques :** Plante annuelle à tiges dressées, creuses, hérissées de poils drus – Ses feuilles sont allongées et ses fleurs, mauves et en forme d'étoiles, sont épanouies du début de l'été jusqu'en automne. La bourrache pousse maintenant à l'état sauvage en Amérique du Nord. Il vaut mieux partir la culture par semis. Les fleurs et les feuilles peuvent être récoltées pendant tout l'été.



**Figure 13.** Caulophylle faux-pigamon (*Caulophyllum thalictroides*)

***Caulophyllum thalictroides***

**Noms communs :** caulophylle faux-pigamon, caulophylle, cochoche bleu, graines à chapelet, léontice

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** Amérique du Nord

**Exposition :** ombre

**Propagation :** par racines

**Sols :** riches, humides, loams

**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** 30 à 40 cm

**Hauteur :** 90 cm

**Remarques :** Plante vivace indigène des forêts de feuillus – Ses feuilles à deux ou trois lobes sont portées par une haute tige. Ses fleurs vont de vert jaunâtre à brun au printemps. Des baies bleues apparaissent après la floraison. On récolte les rhizomes à l'automne, durant l'hiver ou au début du printemps.



**Figure 14.** Chamélire jaunissant (*Chamaelirium luteum*)  
Source : T. Bryson, service de recherche agricole du département américain de l'Agriculture, [Bugwood.org](http://Bugwood.org)

***Chamaelirium luteum***

**Noms communs :** chamélire jaunissant, chamaelire doré

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** Amérique du Nord

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** humides, acides, bien drainés

**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** 15 à 25 cm

**Hauteur :** 60 cm

**Remarques :** Plante vivace indigène des zones humides des forêts mixtes ou clairsemées – Elle se distingue par son inflorescence en forme d'épi sortant d'une rosette de feuilles lisses, persistantes et lancéolées. Les fleurs mâles (blanches) et femelles (vertes) sont produites sur des plants distincts. Les plants femelles ont un feuillage plus abondant que les plants mâles. On récolte les racines à l'automne, après six à dix ans.



**Figure 15.** Grande chélidoine (*Chelidonium majus*)

***Chelidonium majus***

**Noms communs :** grande chélidoine, chélidoine, chélidoine herbe-aux-verrues, chélidoine majeure, éclair, grande éclair, herbe aux verrues

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Eurasie

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** riches, humides

**Parties utilisées :** feuilles

**Espacement sur le rang :** 20 à 45 cm

**Hauteur :** 45 cm

**Remarques :** Plante bisannuelle variable ou vivace possédant une racine pivotante épaisse et fortement ramifiée – Ses feuilles pennées vert-jaune sont constituées de paires de folioles allongées et d'une grosse foliole terminale. Ses tiges sont cassantes. À la fois les tiges et les feuilles endommagées exsudent un latex orangé qui tache les vêtements. Ses fleurs jaunes arborent

quatre pétales. La grande céladoine est une plante naturalisée dans certaines parties de l'Amérique du Nord. Elle est sujette à des restrictions dans certains pays, car une consommation excessive peut causer de la somnolence, une irritation de la peau, une toux irritante et des difficultés respiratoires. Elle nécessite des arrosages fréquents. On en récolte les parties aériennes au printemps ou au début de l'été.



**Figure 16.** Ignose velue (*Dioscorea villosa*)

***Dioscorea villosa***

**Noms communs :** igname velue, dioscorée velue, igname sauvage

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Amérique du Nord

**Exposition :** mi-ombre

**Propagation :** par bouturage des racines, par tubercules (excroissances semblables à des tubercules produites à l'aisselle des feuilles)

**Sols :** sols humides, la plupart des sols

**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** S.O.

**Hauteur :** 270 à 450 cm

**Remarques :** Plante vivace rampante qui pousse au bord des routes et à la lisière des forêts – Elle se distingue par ses feuilles brillantes en forme de cœur, de minuscules fleurs vertes ou jaunes et son fruit en forme de capsule triangulaire. On récolte les fins rhizomes à l'automne, mais le plant à la pleine floraison durant l'été.



**Figure 17.** Échinacée pourpre (*Echinacea purpurea*)

***Echinacea* spp.**

**Nom commun :** échinacée pourpre

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Amérique du Nord

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** bien drainés

**Parties utilisées :** racines, feuilles

**Espacement sur le rang :** 45 à 90 cm

**Hauteur :** 60 à 90 cm

**Remarques :** Plante vivace à port dressé comme toutes les espèces d'échinacées – Ses feuilles, alternes, sont lancéolées. Ses belles fleurs, allant du blanc au pourpre, s'épanouissent de la mi-été jusqu'à l'automne. Plusieurs espèces sont utilisées comme plantes médicinales, les plus courantes étant *E. purpurea* et *E. angustifolia*. Cette dernière posséderait de plus grandes vertus médicinales, mais elle est aussi beaucoup plus difficile à cultiver. Même si racines, feuilles et fleurs sont employées, ce sont surtout les premières qui sont recherchées. On récolte les racines à l'automne, mais les feuilles et les fleurs pendant la floraison.



**Figure 18.** Genêt des teinturiers (*Genista tinctoria*)

***Genista tinctoria***

**Nom commun :** genêt des teinturiers

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne, teinture

**Origine :** Eurasie

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par bouturage des tiges

**Sols :** sableux, bien drainés

**Parties utilisées :** feuilles, tiges

**Espacement sur le rang :** 90 à 120 cm

**Hauteur :** 60 à 100 cm

**Remarques :** Arbuste aux feuilles caduques, étroites et vert clair, d'environ 2,5 cm de longueur – Ses fleurs jaunes, réunies en épis, ressemblent à des fleurs de pois. On coupe les rameaux feuillus avant la montée à graines. La plante séchée se conserve un an.



**Figure 19.** Hydraste du Canada (*Hydrastis canadensis*)

***Hydrastis canadensis***

**Noms communs :** hydraste du Canada, sceau d'or

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe, insectifuge

**Origine :** Amérique du Nord

**Exposition :** ombre

**Propagation :** par graines, par bouturage des racines

**Sols :** riches, humides, bien drainés

**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** 6 cm

**Écartement des rangs :** 6 à 12 cm

**Hauteur :** 15 à 45 cm

**Remarques :** Plante vivace indigène des forêts de feuillues – La culture et la récolte de cette espèce considérée comme étant en voie de disparition à l'état sauvage sont assujetties à la *Loi de 2007 sur les espèces en voie de disparition* (Ontario). L'hydraste du Canada produit une tige unique portant deux feuilles de cinq à sept lobes et une fleur blanc verdâtre. Cette fleur finit par produire un fruit qui fait penser à une framboise, mais qui n'est pas comestible. On récolte les racines à l'automne après plusieurs années de croissance, et les feuilles à l'automne une fois les graines mûres. Il est illégal en Ontario de récolter racines, feuilles ou graines de cette plante à l'état sauvage.



**Figure 20.** Millepertuis commun (*Hypericum perforatum*)

***Hypericum perforatum***

**Noms communs :** millepertuis commun, millepertuis perforé

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Europe

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines

**Sols :** riches, humides

**Parties utilisées :** feuilles, fleurs

**Espacement sur le rang :** 15 à 30 cm

**Écartement des rangs :** 40 cm

**Hauteur :** 80 cm

**Remarques :** Plante vivace à petites feuilles dépourvues de pétiole et couvertes de ponctuations transparentes – Le millepertuis produit durant l'été des fleurs jaunes parfumées. Il se propage par un grand nombre de rhizomes souterrains. Indigène en Amérique du Nord, cette plante pose problème dans les pâturages, car elle est toxique pour le bétail. Sa culture à grande échelle est compromise par la chrysomèle du millepertuis. Feuilles et fleurs peuvent être récoltées au besoin.



**Figure 21.** Hyssop officinale (*Hyssopus officinalis*)

### ***Hyssopus officinalis***

**Noms communs :** hyssop officinale, hyssop

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Méditerranée

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par bouturage des tiges

**Sols :** sols secs, tous les sols

**Parties utilisées :** feuilles

**Espacement sur le rang :** 30 à 45 cm

**Hauteur :** 90 cm

**Remarques :** Plante vivace aux feuilles semi-persistantes, petites, étroites, lancéolées et aromatiques – Ses fleurs, blanches, roses ou bleues, s'épanouissent de l'été jusqu'au début de l'automne. L'hyssop croît en certains endroits à l'état sauvage en Amérique du Nord. On récolte les jeunes feuilles et les fleurs durant l'été.



**Figure 22.** Inule aunée (*Inula helenium*)

### ***Inula helenium***

**Noms communs :** inule aunée ou aulnée, grande aunée, inule grande aunée

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe, fleur coupée, teinture, plante aromatique

**Origine :** Asie

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** humides, bien drainés, loams argileux

**Parties utilisées :** racines, fleurs

**Espacement sur le rang :** 30 à 45 cm

**Écartement des rangs :** 60 à 75 cm

**Hauteur :** 90 à 180 cm

**Remarques :** Plante vivace à tige forte, cylindrique, à texture grossière et laineuse – Ses feuilles pointées et légèrement dentées, atteignant de 30 à 60 cm de long, sont couvertes de poils hérissés sur le dessus et duveteuses sur le dessous. Ses fleurs jaunes ressemblent à des marguerites. L'inule aunée est répandue dans toute l'Europe occidentale et en Amérique du Nord. La racine est déterrée à l'automne et employée fraîche pour la confection d'extraits ou de sirop; elle peut aussi être employée séchée pour les décoctions, les extraits liquides, les teintures ou les poudres. Les capitules floraux sont cueillis à la pleine floraison et séchés entiers pour la confection d'infusions ou de poudres. Les fleurs contiennent des fibres irritantes, de sorte que leur préparation doit se faire à l'aide d'un sac de mousseline.



**Figure 23.** Livèche officinale (*Levisticum officinale*)

### ***Levisticum officinale***

**Noms communs :** livèche officinale, herbe à Maggi

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe, plante aromatique

**Origine :** Moyen-Orient

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** riches, bien drainés

**Parties utilisées :** racines, tiges, feuilles

**Espacement sur le rang :** 40 à 50 cm

**Écartement des rangs :** 60 à 100 cm

**Hauteur :** 200 cm

**Remarques :** Plante herbacée vivace résistante à l'hiver – Ses tiges, rameuses au sommet, sont striées comme celles du céleri et creuses. Ses fleurs jaunes d'env. 30 mm sont réunies en ombelles composées. Ses feuilles sont vert foncé, opposées et composées. Des folioles sont visibles en coin, parfois dentées ou incisées. Cette plante est surtout cultivée en Europe centrale. On peut extraire une huile essentielle des graines (0,8 à 1,1 %), des racines (0,6 à 1,0 %) et des feuilles (0,05 à 0,15 %). Même si cette plante est résistante à l'hiver, un paillis en améliore la survie hivernale. On récolte habituellement les feuilles deux fois par saison de croissance, dès la deuxième

année. On coupe les tiges au printemps. Les racines, qu'on déterre à l'automne de la troisième année, s'utilisent fraîches ou séchées.



**Figure 24.** Matricaire camomille (*Matricaria recutita*)

### ***Matricaria recutita***

**Noms communs :** matricaire camomille, camomille commune, camomille d'Allemagne, petite camomille

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne, produits d'hygiène personnelle

**Origine :** Méditerranée

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines

**Sols :** bien drainés

**Parties utilisées :** fleurs

**Espacement sur le rang :** 15 à 30 cm

**Hauteur :** 60 cm

**Remarques :** Plante herbacée annuelle à tige dressée, vert clair, lisse et rameuse – Ses feuilles, duveteuses, sont finement divisées. À l'instar des marguerites, son capitule floral solitaire est formé de petits pétales blancs insérés sur le pourtour d'un disque central jaune. On extrait une huile essentielle des capitules floraux (0,3 à 1,3 %, poids frais). Une importante sélection a permis de mettre au point des cultivars à haut rendement procurant les qualités recherchées de l'huile essentielle. Même si elle est tolérante à la sécheresse, cette plante a besoin de beaucoup d'eau pour germer et amorcer sa croissance. On récolte les capitules floraux l'été au moment de la pleine floraison. Les huiles, volatiles, s'évaporent rapidement au séchage. Cette plante produit de 340 à 560 kg de fleurs séchées par hectare.





**Figure 25.** Mélisse officinale (*Melissa officinalis*)

### **Melissa officinalis**

**Noms communs :** mélisse officinale, mélisse, mélisse-citronnelle

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe, aromathérapie, produits d'hygiène personnelle

**Origine :** Europe du Sud

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par bouturage, par division

**Sols :** humides, bien drainés

**Parties utilisées :** feuilles

**Espacement sur le rang :** 30 à 45 cm

**Écartement des rangs :** 60 à 75 cm

**Hauteur :** 150 cm

**Remarques :** Plante herbacée vivace à feuilles opposées, larges, ovales, dentées, à odeur citronnée – Ses fleurs, petites et tubulaires, blanches ou jaunâtres, sont réunies en bouquets. Connue comme plante médicinale depuis l'Antiquité par les Grecs, Romains et Arabes, la mélisse officinale est cultivée dans le bassin méditerranéen depuis environ 2000 ans. On peut en extraire une huile essentielle (de 0,1 à 0,8 %, poids frais). Les principales zones de culture commerciale se trouvent dans le bassin méditerranéen. On doit couper les plants à l'apparition des premières fleurs en enlevant la partie aérienne et en laissant 5 cm de chaume pour le regain. Cette plante étant sensible au gel, un paillis est recommandé avant une gelée sévère.



**Figure 26.** Menthe pouliot (*Mentha pulegium*)

### **Mentha pulegium**

**Noms communs :** menthe pouliot, pouliot

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe, insectifuge

**Origine :** Europe et Afrique du Nord

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** tous les types

**Parties utilisées :** feuilles, tiges

**Espacement sur le rang :** 15 à 30 cm

**Hauteur :** 10 à 45 cm

**Remarques :** Plante vivace rampante au feuillage semi-persistant, vert foncé, luisant, dégageant une forte odeur de menthe – Ses petites fleurs, mauves, apparaissent à la fin du printemps. Ses tiges couchées émettent de nouvelles racines. Il s'agit d'une plante qui peut facilement devenir envahissante. Sa survie hivernale est inégale dans des sols détrempés (durant des hivers froids). On récolte les feuilles au besoin à des fins médicinales.



**Figure 27.** Herbe à chat (*Nepeta cataria*)

***Nepeta cataria***

**Noms communs :** herbe à chat, cataire, chataire, herbe à chats, herbe aux chats, népéta cataire, népète chataire

**Usages traditionnels :** usage culinaire, plante médicinale à usage interne ou externe, produits pour les chats, répulsif pour rongeurs

**Origine :** Europe

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par bouturage, par division

**Sols :** tous les types

**Parties utilisées :** feuilles, tiges

**Espacement sur le rang :** 22 à 30 cm

**Écartement des rangs :** 75 à 90 cm

**Hauteur :** 45 à 90 cm

**Remarques :** Plante vivace dressée à tiges de section carrée, ramifiées et laineuses – Ses feuilles en forme de cœur aux pourtours dentés sont d’un vert grisâtre et duveteuses sur le dessous. Ses fleurs tubulaires, blanches et tachetées de rose-pourpre, sont disposées en verticilles denses sur des épis. Le schizonepeta, *Schizonepeta tenuifolia*, est étroitement apparenté à *Nepeta cataria*. L’herbe à chat croît à l’état sauvage en Ontario. Connue des cuisiniers et des médecins romains, cette plante a accompagné les colons européens partout où ils sont allés. Son nom vient de sa caractéristique bien connue d’attirer les chats. Le marché pour cette plante est peu développé. On la récolte à la fin de l’été à la pleine floraison, à raison d’une récolte la

première année et de deux l’année suivante. On laisse au moins 7 cm de chaume après la récolte. Le rendement peut atteindre de 3 400 à 4 500 kg/ha. On sèche la récolte au champ en la suspendant ou en la chauffant à 40 °C. Les huiles, volatiles, se détériorent si les conditions de séchage laissent à désirer.



**Figure 28.** Onagre bisannuelle (*Oenothera biennis*)

***Oenothera biennis***

**Noms communs :** onagre bisannuelle, herbe aux ânes, onagre de Victorin

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne ou externe

**Origine :** Amérique du Nord

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines

**Sols :** sableux, bien drainés

**Parties utilisées :** feuilles, tiges, graines

**Espacement sur le rang :** 7,5 cm

**Hauteur :** 20 cm

**Remarques :** Plante bisannuelle possédant de multiples feuilles lancéolées et ondulées – Ses tiges vertes sont teintées de rouge. Ses fleurs jaunes, fragrances, ont quatre gros pétales et s’ouvrent au crépuscule. La floraison est continue de juin à l’automne. La première année, les plants forment

une rosette qui s'étale. On cultive cette plante à des fins commerciales pour l'huile que ses graines contiennent. On récolte les graines à maturité et on les presse pour en extraire l'huile. Les graines doivent avoir une teneur en eau de 30 à 40 %.



**Figure 29.** Garance (*Rubia tinctorum*)

### ***Rubia tinctorum***

**Noms communs :** garance, garance des teinturiers

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne, teinture

**Origine :** Méditerranée

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** loams, sols bien drainés

**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** S.O.

**Hauteur :** 120 à 150 cm

**Remarques :** Plante vivace dont les tiges fines, de section plutôt carrée, crochues et recouvertes de courtes épines lui permettent de grimper – Ses feuilles, insérées par groupes de 4 à 6 en cercle autour de la tige, sont munies sur les bords et sur la nervure principale de petits aiguillons. Ses fleurs, petites, de blanc verdâtre à jaune pâle, sont en forme de cloche. À l'automne, on soulève les rhizomes et les racines des plants de 3 ans. On doit peler et faire sécher les racines. Pour la médecine chinoise, on récolte les racines au printemps. Les racines destinées au séchage peuvent être déterrées au printemps ou à l'automne.



**Figure 30.** Scutellaire latéiflore (*Scutellaria lateriflora*)

### ***Scutellaria lateriflora***

**Noms communs :** scutellaire latéiflore, scutellaire à fleurs latérales, scutellaire à petites fleurs

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** Amérique du Nord

**Exposition :** soleil, mi-ombre

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** humides, bien drainés

**Parties utilisées :** feuilles, fleurs

**Espacement sur le rang :** 15 à 30 cm

**Hauteur :** 20 à 45 cm

**Remarques :** Plante vivace dressée à feuilles lancéolées, vert brillant, à dents arrondies – Ses fleurs passent inaperçues ou sont d'un mauve voyant durant l'été. On ne doit pas laisser sécher cette plante. On peut en récolter les fleurs et les feuilles au besoin.



**Figure 31.** Chrysanthème matricaire (*Tanacetum parthenium*)

### ***Tanacetum parthenium***

**Noms communs :** chrysanthème matricaire, grande camomille, pyrèthre doré, pyrèthre mousse

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** Europe du Sud-Est

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par bouturage, par division

**Sols :** sols riches, loams, sols bien drainés

**Parties utilisées :** racines, feuilles, fleurs

**Espacement sur le rang :** 30 à 38 cm

**Écartement des rangs :** 60 cm

**Hauteur :** 60 cm

**Remarques :** Plante herbacée vivace à feuilles vert-jaune, lobées et pennées produisant de nombreux capitules floraux qui font penser à des marguerites – Elle est utilisée depuis des centaines d’années comme plante médicinale. Son ingrédient actif est le parthénolide, qui se trouve dans les glandes présentes sur les feuilles. Si les fleurs ne sont pas cueillies, le plant se ressème de lui-même et peut devenir envahissant. On récolte les plantes entières au moment de la pleine floraison. Les feuilles sont récoltées, au besoin, et utilisées fraîches ou séchées.



**Figure 32.** Valériane officinale (*Valeriana officinalis*)

### ***Valeriana officinalis***

**Noms communs :** valériane officinale, valériane cultivée

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** Eurasie

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par bouturage des racines

**Sols :** riches, bien drainés

**Parties utilisées :** racines

**Espacement sur le rang :** 30 à 45 cm

**Hauteur :** 90 cm

**Remarques :** Plante vivace dressée à feuilles vert pâle, longues et fines, et à capitules floraux roses ou blancs durant l’été – La valériane croît en certains endroits à l’état sauvage en Amérique du Nord. On déterre les racines à l’automne de la deuxième ou de la troisième année. On doit enlever les petites racines.



**Figure 33.** Verveine officinale (*Verbena officinalis*)

### ***Verbena officinalis***

**Noms communs :** verveine officinale, herbe de Vénus, herbe sacrée, herbe aux sorciers, herbe à tous maux, herbe de sang

**Usages traditionnels :** plante médicinale à usage interne

**Origine :** Méditerranée

**Exposition :** plein soleil

**Propagation :** par graines, par division

**Sols :** bien drainés

**Parties utilisées :** feuilles

**Espacement sur le rang :** 30 cm

**Hauteur :** 60 à 90 cm

**Remarques :** Plante vivace dressée à feuilles vertes, pubescentes, divisées et à fleurs mauve pâle durant l'été – La verveine croît à l'état sauvage dans bien des régions tempérées. On peut en récolter les feuilles au besoin. On doit couper les plantes entières durant la pleine floraison.

## **RÉFÉRENCES**

- Anonyme. *Chinese herbal medicine*, Shambhala Publications Inc., 1998.
- Bisset, N. G. *Herbal drugs and phytopharmaceuticals*, CRC Press, 1994.
- Bown, D. *Encyclopedia of herbs and their uses*, RD Press, 1995.
- Bremness, L. *Herbs*, Dorling Kindersley Ltd., Londres, 1994.
- Chevallier, A. *L'encyclopédie des plantes médicinales*, Modus Vivendi, 2021.
- Foster, S. et J.A. Duke. *Eastern/central medicinal plants*, Houghton Mifflin, New York, 1990.
- Jacob, B. *Growing & using herbs successfully*, Pownal, 1981.
- Halva, S. et L.E. Craker. *Manual for northern herb growers*, HSMP Press, 1996.
- Keville, K. *Herbs, an illustrated encyclopedia*, New York, 1994.
- Kowalchik, C. et W.H. Hylton (sous leur direction). *Rodale's illustrated encyclopedia of herbs*, Rodale Press, 1998.
- Krochmal, A. et C. Krochmal. *A field guide to medicinal plants*, Times Books, New York, 1984.
- McVicar, J. *Jekka's complete herb book*, Raincoast Books, Vancouver, 1998.
- Ody, P. *Natural health complete guide to medicinal herbs*, Dorling Kindersley, New York, 2000.
- Reid, D.P. *Chinese herbal medicine*, Shambhala Publications Inc., Boston, 1986.
- Richters herb catalogue*, 1998.
- Saskatchewan Herb and Spice Association. *Saskatchewan herb and spice production manual*, 2000.
- Small, E. *Les herbes culinaires*, Conseil national de recherches du Canada, Ottawa, 1997.
- Sturdivant, L. et T. Blakely. *Medicinal herbs in the garden, field & marketplace*, San Juan Naturals, 1999.

---

## RESSOURCES

Des renseignements et des conseils techniques peuvent être obtenus auprès du Centre d'information agricole par courriel à [ag.info.omafra@ontario.ca](mailto:ag.info.omafra@ontario.ca) ou par téléphone au 877 424-1300.

Le ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales de l'Ontario est une mine de ressources sur les cultures, la création d'entreprises, la salubrité des aliments et la transformation alimentaire. Ces ressources se trouvent sur son site Web au [ontario.ca/maaaaro](http://ontario.ca/maaaaro).

### Lois et règlements

La liste qui suit ne constitue pas nécessairement une liste complète ni à jour des lois et des règlements qui régissent la culture d'herbes médicinales en Ontario. Il incombe aux producteurs d'être au fait de toutes les lois applicables.

#### Lois fédérales

On peut consulter les lois fédérales sur le site du ministère canadien de la Justice au [laws-lois.justice.gc.ca/fra/](http://laws-lois.justice.gc.ca/fra/).

- Santé Canada (Agence de réglementation de la lutte antiparasitaire) :  
[www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/pest/index-fra.php](http://www.hc-sc.gc.ca/cps-spc/pest/index-fra.php)
  - Règlement sur les produits de santé naturels
  - *Loi sur les produits antiparasitaires*
- Agence canadienne d'inspection des aliments :  
[www.inspection.gc.ca](http://www.inspection.gc.ca)
  - *Loi sur les produits agricoles au Canada*
  - *Loi sur les engrais*
  - *Loi sur les aliments et drogues*
  - *Loi sur la protection des végétaux*
  - *Loi sur les semences*
- Environnement et Changement climatique Canada :  
[www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique.html](http://www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique.html)
  - *Loi canadienne sur la protection de l'environnement*

- *Loi sur la protection d'espèces animales ou végétales sauvages et la réglementation de leur commerce international*

#### Lois provinciales

On peut consulter les lois provinciales sur le site Lois-en-ligne de ServiceOntario au [www.lois-en-ligne.gouv.on.ca](http://www.lois-en-ligne.gouv.on.ca).

- Ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales de l'Ontario
  - *Loi sur la destruction des mauvaises herbes*
- Ministère des Richesses naturelles et des Forêts de l'Ontario
  - *Loi de 2007 sur les espèces en voie de disparition*

#### Ressources supplémentaires

- Canadian Herb, Specialty Agriculture and Natural Health Products Coalition (manuel d'identification des plantes)  
[www.chsnc.ca](http://www.chsnc.ca)  
Association canadienne des aliments de santé  
[chfa.ca/fr/](http://chfa.ca/fr/)
- Ontario Herbalists Association  
[www.herbalists.on.ca](http://www.herbalists.on.ca)
- Société canadienne de recherche sur les produits de santé naturels  
[www.nhprs.ca](http://www.nhprs.ca)

La présente fiche technique n'est fournie qu'à titre d'information. Sa version anglaise a été rédigée par Sean Westerveld, spécialiste de la culture du ginseng et des herbes médicinales, MAAARO. L'information sur la culture des herbes médicinales a été fournie à l'origine par Jan Schooley, auparavant spécialiste de la culture du ginseng et des herbes médicinales, MAAARO. Cette information s'appuie sur les données recueillies dans le jardin de démonstration d'Alan McKeown, Ph.D., Université de Guelph. Le jardin de démonstration a été rendu possible grâce à l'Association des fruiticulteurs et des maraîchers de l'Ontario et au Programme de diversification du tabac.