

# Glechoma hederacea L., 1753 variegata

(Lierre terrestre)

Identifiants : 14917/glehed1

Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 04/05/2024

• **Classification phylogénétique :**

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Lamiidées ;
- Ordre : Lamiales ;
- Famille : Lamiaceae ;

• **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Lamiales ;
- Famille : Lamiaceae ;
- Genre : Glechoma ;
- Nom complet : *Glechoma hederacea* subsp. *hederacea* ;

- **Synonymes :** *Calamintha hederacea* (L.) Scop, *Chamaecissos hederaceus* (L.) Nieuwl. & Lunell, *Chamaeclema hederacea* (L.) Moench, *Glechoma borealis* Salisb, *Glechoma bulgarica* Borbas, *Glechoma heterophylla* Opiz, *Glechoma intermedia* Schrad. ex Benth, *Glechoma lobulata* Kit, *Glechoma longicaulis* Dulac, *Glechoma magna* Merat, *Glechoma micrantha* Boenn. ex Rchb, *Glechoma rigida* A. Kern, *Glechoma rotundifolia* Raf, *Glechoma serbica* Halacsy & Wettst, *Glechonia hederaceum* (L.) St.-Lag, *Nepeta glechoma* Benth, *Nepeta hederacea* (L.) Travis, *Nepeta rigida* (A. Kern.) Beck ;

- **Synonymes français :** herbe de Saint-Jean (herbe de Saint Jean, nom plus couramment attribué au Millepertuis perforé), couronne de terre, courroie de terre, gléchome faux-lierre, drienne, glécome, rondette (Canada), courroie de la Saint-Jean, gléchome lierre terrestre, glécome lierre terrestre, lierre terrestre commun, gléchoma faux lierre, gléchome hédéracé, lierret, rondelette, rondote, terrette ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** ground ivy, cat's foot, creeping charlie, Gundelrebe, Gundermann ;

- **Rusticité (résistance face au froid/gel) :** -40°C ;



- **Note comestibilité :** \*\*

- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :**

Feuille (dont jeunes et/ou tendres, dont pointes)<sup>1</sup> et fleur<sup>1</sup> comestibles.

Détails :

Les jeunes feuilles<sup>0(5+),+x),{(5+),27(+x)}</sup> sont consommées<sup>27(+x)</sup> crues ou<sup>{(5+)}</sup> cuites ; elles ont un goût amer<sup>{(0(5+),+x)}</sup> et peuvent être mélangées dans les salades<sup>{(5+),27(+x)}</sup> et soupes (en petites quantités<sup>{(0(+x))}</sup>) afin d'ajouter une légère saveur aromatique<sup>{(5+)}</sup> et/ou<sup>{(dp\*)}</sup> pimentée<sup>{(0(+x))}</sup> ; elles peuvent aussi être cuites comme les épinards, en soupes etc..., ou utilisées

comme assaisonnement ; elles sont disponibles très tôt dans l'année. Une tisane (succédané de thé) est faite à partir des feuilles fraîches ou séchées ; celle-ci peut-être sucrée avec du miel ; elles sont souvent mélangées avec des feuilles de verveine. La plante a été ajoutée à la bière de la même manière que le houblon afin d'enlever et aussi d'améliorer son goût et sa qualité de conservation ; cette espèce était l'arôme le plus commun dans la bière avant l'utilisation du houblon à partir du 16ème siècle.

Partie testée : feuilles (traduction automatique)

Original : Leaves

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
	113	27	6.1	14000 IU	44	0	0



Précautions :

(1\*)ATTENTION : la plante serait toxique pour des grandes quantités consommées, cf. lien "PFAF" ("5"), pour plus d'informations.

• Note médicinale : \*\*\*

• Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):



De gauche à droite :

Par Thomé O.W. (Flora von Deutschland Österreich und der Schweiz, Tafeln, vol. 4: t. 528, 1885), via plantillustrations  
Par AnneTanne, via flickr

• Liens, sources et/ou références :

- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-30252> ;
- Jardin! L'Encyclopédie : [https://nature.jardin.free.fr/vivace/bh\\_glechoma\\_hederaceae.html](https://nature.jardin.free.fr/vivace/bh_glechoma_hederaceae.html) ;
- FLEURS DU SUD : <https://www.fleursdusud.fr/index.php/ef/ges-gra/1181-glechoma-hederacea--lierre-terrestre--lamiacees-> ;
- INPN : [https://inpn.mnhn.fr/espece/cd\\_nom/100310](https://inpn.mnhn.fr/espece/cd_nom/100310) ;
- "Dave's Garden" (en anglais) : <https://davesgarden.com/guides/pf/go/2733/> ;
- "Eat The Weeds and other things, too" (en anglais) : <https://www.eattheweeds.com/ground-ivy/> ;
- Wikipedia :
  - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Lierre\\_terrestre\\_\(en\\_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Lierre_terrestre_(en_français)) ;
  - <https://de.wikipedia.org/wiki/Gundermann> // [https://en.wikipedia.org/wiki/Glechoma\\_hederacea](https://en.wikipedia.org/wiki/Glechoma_hederacea) (source en anglais) ;
- <sup>5</sup>"Plants For a Future" (en anglais) : <https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Glechoma+hederacea> ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : [www.theplantlist.org/tp1.1/record/kew-90109](http://www.theplantlist.org/tp1.1/record/kew-90109) ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/genform.pl> ;

dont livres et bases de données : <sup>0</sup>"Food Plants International" (en anglais), 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 124 et 125, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 147, par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 497 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 175 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, *The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants*. Convent Garden Books. p 476 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 224 ; Chen, B. & Qiu, Z., *Consumer's Attitudes towards Edible Wild Plants*, Ishikawa Prefecture, Japan. p 23 [www.hindawi.com/journals/ijfr/aip/872413.pdf](http://www.hindawi.com/journals/ijfr/aip/872413.pdf) ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 126 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 436 (As *Nepeta glechoma*) ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, *Florilegium*. p 112 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 433, 1782 ; Lawton, B.P., 2002, *Mints. A Family of Herbs and Ornamentals*. Timber Press, Portland, Oregon. p 100, 132 ; Łukasz Łuczaj and Wojciech M Szymański, 2007, *Wild vascular plants gathered for consumption in the Polish countryside: a review*. *J Ethnobiol Ethnomedicine*. 3: 17 ; Mabey, R., 1973, *Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain*, Collins. p 141 ; MacKinnon, A., et al, 2009, *Edible & Medicinal Plants of Canada*. Lone Pine. p 277 ; Michael, P., 2007, *Edible Wild Plants and Herbs*. Grub Street. London. p 110 ; *Plants For A Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Redzic, S. J., 2006, *Wild Edible Plants and their Traditional Use in the Human Nutrition in Bosnia-Herzegovina*. *Ecology of Food and Nutrition*, 45:189-232 ; READ, (As *Nepeta glechoma*) ; *Sp. pl.* 1:578. 1753 ; Stern, G., 1986, *Australian Weeds. A Source of Food and Medicine*. Harper & Row. p 108 ; Zennie, T.M. and Ogzewalla, C.D., 1974, *Ascorbic Acid and Vitamin A content of Edible Wild Plants of Ohio and Kentucky*.