

Veronica officinalis

Véronique, Thé d'Europe, du Nord, herbe aux ladres

Veronica herba

Ehrenpreis

Speedwell

Famille : Scrophulariaceae

Origine/Habitat	Originare d'Europe, mais pas des régions méditerranéenne, dans les sous-bois clairs, lisières, clairières, pâturages pauvres, bord des fossés, pousse jusqu'à 1'000m. Aime les terrains siliceux
Histoire	Le nom de cette plante est liée à la légende de Ste Véronique. La fleur des véroniques ressemble à l'empreinte du visage du Christ, vera ikona, vrai image. Très utilisée, comme panacée durant les XVI et XVIIe siècle, beaucoup d'ouvrage ont été rédigés à son sujet.
Botanique	Herbacée de petite taille (jusqu' 20cm de haut), pérenne, à tiges ligneuses, ramifiées et couchées, portant des feuilles opposées, ovales et pubescentes, d'un vert cendré. Les tiges se terminent par des épis de fleurs bleues pâles, veinées de bleu foncé, disposées en grappes denses, dressées.
Principe actif	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hétérosides iridoïques ❖ Flavonosides ❖ Tanins ❖ Acide chlorogénique ❖ Acide caféique ❖ Sistostérol
Propriétés	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Apéritif ❖ Hypocholestérolémiant ❖ Carminatif ❖ Cholagogue ❖ Dépurative ❖ Stomachique ❖ Vulnéraire
Indications	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hypercholestérolémie ❖ Bronchite ❖ Manque d'appétit ❖ Troubles digestifs ❖ Troubles rhumatismaux
Contre-indications	Aucune
Effets Secondaires	Aucun
Interaction	Aucune
Galénique	Teinture-mère, tisane
Utilisation	Tisane : 1 càc pour une tasse laissé infuser 5min Teinture-mère : 30 gttes

