



Mertensia maritima (Plante huître)

☰ Nom botanique	Mertensia maritima
☰ Famille	Boraginacées
☰ Strate	Couvre sol
⌵ Hauteur	10 à 20cm
⌵ Largeur	30 à 50 cm
☰ Durée de vie	Vivace plusieurs années
☰ Fonction	Alimentaire Fixateur des sols Stabilise le sol
☰ Partie Utilisé	Feuille Fleurs
☰ Periode de récolte	Eté Printemps Tout le temps
☰ Exposition	3/5
☰ Besoin en eau	2/5

≡ Le sol	Drainé Pauvre Sableux
≡ Multiplication	Division touffe Semis stratifié
≡ Période de multiplication	Printemps
≡ Rusticité	-15 USDA4 USDA5 USDA6 USDA7
≡ Couleur des fleurs	Bleu
≡ Période floraison	Juillet Juin Mai
⌵ Croissance	Moyen à Rapide
≡ Pollinisation	Autoféritable Entomophile
≡ Feuillage	Caduc Persistant semi-persistant
≡ Système racinaire	Pivot

Fiche descriptive : *Mertensia maritima* (Plante huître)

1. Caractéristiques principales

- **Nom scientifique** : *Mertensia maritima*
- **Nom commun** : Plante huître, Pulmonaire de mer, Mertensie maritime
- **Famille** : Boraginaceae
- **Strate** : Couvre-sol
- **Port** : Rampant, étalé
- **Hauteur** : 10 à 20 cm
- **Largeur** : 30 à 50 cm d'étalement
- **Nombre d'espèces** : Une vingtaine dans le genre *Mertensia*, mais seule *Mertensia maritima* est consommée
- **Durée de vie** : Vivace
- **Feuillage** : Persistant en climat doux, caduc en climat froid
- **Système racinaire** : Pivotant, résistant aux conditions difficiles

2. Utilités

- **Alimentaire** : Feuilles comestibles au goût iodé rappelant l'huître
- **Écologique** : Fixe les sols côtiers et stabilise les dunes
- **Ornementale** : Belle plante rampante aux feuilles bleutées et aux fleurs délicates

3. Parties comestibles ou utilisables

- **Feuilles** : Fraîches, en salade ou en accompagnement
- **Fleurs** : Comestibles, décoratives dans les plats

4. Goût

- Fortement iodé, rappelant le goût des huîtres et des fruits de mer
- Texture tendre et légèrement croquante

5. Période de récolte

- Toute l'année en climat doux
- Printemps et été dans les régions froides

6. Pollinisation

- Pollinisation entomophile (abeilles, papillons)
- Autofertile, une seule plante suffit à produire des graines

7. Floraison

- **Couleur des fleurs** : Bleu vif à bleu violacé
- **Période de floraison** : Mai à juillet
- **Rusticité des fleurs** : Résistantes aux embruns et au froid modéré

8. Rendement

- **Production moyenne** : 200 à 400 g de feuilles par plant et par saison
- **Rendement à l'hectare** : Variable selon les conditions, environ 2 à 5 tonnes de feuilles fraîches

9. Meilleures variétés gustatives

- *Mertensia maritima* est la seule espèce consommée couramment, pas de sélection variétale connue

10. Conditions de culture

- **Sol** : Sablonneux, bien drainé, tolère les sols pauvres
- **Lumière** : 🌞🌞🌞 (3/5) – Mi-ombre à plein soleil
- **Eau** : 💧💧 (2/5) – Apprécie une légère humidité mais tolère la sécheresse
- **Résistance au froid** : Résiste jusqu'à -15°C, USDA Zone 4-8
- **Vitesse de pousse** : Moyenne, croissance plus rapide en sol bien drainé

11. Conseils d'entretien

- Éviter l'humidité stagnante qui peut faire pourrir les racines
- Protéger du gel sévère en hiver dans les zones les plus froides
- Tailler légèrement pour favoriser la densité du feuillage
- Pailler en hiver pour conserver l'humidité et la chaleur du sol

12. Multiplication

- **Semis** : Stratification à froid nécessaire (4 à 6 semaines à 4°C) avant germination
- **Bouturage** : Possible à partir de jeunes pousses au printemps
- **Division des touffes** : Méthode efficace pour une propagation rapide

13. Porte-greffe

- Non applicable, plante non greffée

14. Plantes compagnes (GUILDE)

- **Plantes fixatrices d'azote** : Trèfle blanc, luzerne
- **Plantes mellifères** : Bourrache, lavande, thym
- **Plantes protectrices** : Oyat des dunes, rose trémière (pour briser le vent)

15. Autres informations

- Originaire des régions côtières de l'Atlantique Nord (Europe, Amérique du Nord)
- Plante en régression à l'état sauvage en raison de la cueillette excessive et de l'érosion côtière
- Cultivée en permaculture pour sa résilience et sa saveur unique

Plante idéale pour les jardins côtiers, les potagers gourmands ou les amateurs de saveurs marines. Facile à cultiver avec un sol bien drainé, elle est une alternative durable aux produits de la mer ! 🌿🌊



La plantothèque de L'école Jardin Forêt

- **Soutenir le projet** : Campagne de financement participatif
- L'Ecole Jardin Forêt, la plateforme pour apprendre et vous lancez
- **Nous contacter** : ejf@yalinnove.fr
- DISCORD > **ECOLE JARDIN FORÊT**
- **Réseaux sociaux** : >

<https://www.instagram.com/ecolejardinforet/profilecard/?igsh=c3lpamtvYWJrMGIO>

<https://www.facebook.com/share/18JWxtbxFq/?mibextid=LQQJ4d>

<https://www.linkedin.com/showcase/ecole-jardin-forêt/>