



La Laitue vivace

Lactuca perennis L., 1753



photos ©Pierric Geney

Vous avez tous vu ces fleurs bleu violacé en bord de chemin ou dans votre jardin. Ce sont celles de la laitue vivace qui fleurit de fin avril à fin juin. C'est la seule fleur de cette couleur en forme de marguerite à cette époque de l'année. La plante adulte présente une rosette de feuilles bien découpées, une tige dressée de 25-50 cm, quelques feuilles le long de la tige et au sommet ces beaux capitules bleus

La laitue vivace se plaît en moyenne montagne et sur les terrains calcaires, ensoleillés, secs et chauds de notre Provence mais on la trouve aussi dans le reste de la France et dans toute l'Europe moyenne et méridionale.

Quand elle est jeune, sans sa tige fleurie, à partir de début mars, on peut cueillir ses feuilles, délicieuses en salade. Cueillez juste ce qu'il vous faut, feuille à feuille, en ayant soin de toujours laisser quelques feuilles à la plante : elle en refera de nouvelles sous quelques jours.

Comme elle n'est pas encore fleurie, attention à ne pas confondre sa rosette avec les feuilles d'autres plantes ; mais c'est une plante vivace, donc vous pouvez repérer où elle pousse quand elle est fleurie et la retrouver au printemps suivant pour cueillir les feuilles.

