

## Purin de consoude : comment l'utiliser ? Quels bienfaits ?



La consoude (*Symphytum officinale*) est une plante herbacée vivace, que vous trouverez dans la nature, en bord de route, dans les lieux humides de préférence, ce qui la rend moins courante dans les régions au climat méditerranéen. Elle se reconnaît à sa taille qui peut dépasser le mètre, ses grandes et longues feuilles vert foncé au toucher rugueux, ainsi que ses fleurs rose violacé, groupées en cymes pendantes qui s'épanouissent tout l'été, et intéressent les insectes pour leurs atouts mellifères et nectarifères.

Avec sa racine rhizomateuse puissante, elle peut s'installer un peu trop généreusement au jardin si vous l'y intégrez. Il existe aujourd'hui des variétés horticoles qui permettent de surmonter cet écueil tout en bénéficiant des vertus de la plante.

### **Les vertus de la consoude**

Les purins de plantes ou extraits fermentés, tels qu'on les nomme depuis la "guerre de l'ortie", ont des vertus qui varient selon les plantes qui servent de base à leur préparation : ils peuvent être stimulants du jardin en renforçant les défenses naturelles des plantes, mais aussi se révéler de très bons remèdes pour lutter contre les maladies cryptogamiques, par exemple. Outre le purin d'ortie, sans doute le plus connu, le purin de consoude se montre très intéressant car plus équilibré.

Riche en potasse, phosphore et calcium, la consoude aide au bon développement des végétaux par la consolidation de leurs tissus. Elle devient précieuse pour faire repartir des plantes qui ont subi des traitements curatifs ou qui ont été victimes de stress comme une chute des températures, un épisode de grêle ou un coup de vent violent. Son action plus équilibrée que celle de l'ortie se traduit par l'absence d'effet "booster" qui caractérise l'ortie : elle dope plus doucement les plantes.

Grâce à son apport en potasse et phosphore, la consoude peut être utilisée au potager sur les légumes racines et les légumes fruits dont elle favorisera la croissance.

**Utilisée en décoction**, la consoude délivre davantage de principes actifs qu'en infusion, ce qui permet de l'utiliser dans le but de lutter contre les pucerons ou de renforcer la croissance de plantes qui peinent un peu.

**En extrait fermenté ou purin**, la consoude se destine à une action stimulante sur les plantes afin de soutenir leur croissance et leur maturation. Il aura également un effet dopant sur le compost qui connaîtra une accélération de sa maturation.

### **Recette de décoction de consoude**

La décoction se distingue de l'infusion par son procédé plus long qui permet d'extraire les principes actifs des plantes plus coriaces grâce à un plus long temps de trempage. Du coup, le résultat donne des remèdes plus concentrés, plus forts.

Il vous faut ramasser 100g de feuilles de consoude fraîches pour 1 litre d'eau. Si vous ne disposez que de feuilles séchées, vous diviserez le poids par cinq, soit 20 grammes seulement. Mettez-les à tremper dans 1 litre d'eau froide, idéalement de l'eau de pluie filtrée pour évacuer les débris et saletés

qu'elle pourrait contenir en s'écoulant d'une gouttière. Si vous ne disposez que de l'eau du robinet, laissez-la 1 ou 2 jours à l'air pour que le chlore s'évapore et ne nuise pas à la préparation.

Utilisez un contenant en inox ou en émail, en écartant le vieux faitout en aluminium ! Posez un couvercle et vazez à vos autres occupations durant 24h. A l'issue de ce délai, vous ferez chauffer doucement la préparation qui devra atteindre l'ébullition : dès lors, comptez 20mn de petit bouillonnement avec le couvercle qui va empêcher les composants volatils de s'échapper.

Laissez refroidir, enlevez le couvercle en laissant s'écouler la condensation dans le récipient. Vous pouvez enfin filtrer pour obtenir une potion prête à l'emploi, dont la durée de conservation n'est que de 24h au frais.

Pour une action anti-pucerons, vaporisez la décoction de consoude pure sur les plantes infestées, en fin de journée ou le matin, avant que le soleil ne se lève.

Pour stimuler les plantes un peu faiblardes, arrosez en diluant à 20 % la décoction de consoude.

### **Recette du purin de consoude**

Pour préparer le purin de consoude, il vous faut ramasser beaucoup plus de matière première : 1 kg de consoude (feuilles, tiges, fleurs) pour 10 litres d'eau. Rassurez-vous, les purins se conservent plus longtemps que les décoctions. Même si il est toujours préférable de les utiliser le plus rapidement possible, ils peuvent être stockés au frais dans des bouteilles remplies à ras bord et fermées hermétiquement, durant plusieurs mois.

Conservez les gants qui vous auront servi à la récolte car la consoude a des poils raides piquants qui peuvent se montrer urticants, et hachez grossièrement toutes les parties de consoude récoltées en veillant à bien écraser les tiges afin de faire sortir leur jus.

Versez le tout dans un grand seau en plastique puisqu'il n'y aura pas besoin de faire chauffer la préparation. Ajoutez 10 litres d'eau de pluie filtrée, et mélangez. Déposez ce contenant dans un endroit légèrement à l'ombre à une température de 20 à 25 °C, pas trop chaud non plus car plus la température grimpe, plus la fermentation va se faire rapidement.

Il vous faudra ensuite mélanger quotidiennement et surveiller les bulles qui se forment assez rapidement, sous 24 à 48 heures environ, signe que la fermentation a commencé. Au bout de 10 jours maximum, elle est terminée et la préparation est finie.

Il vous reste à filtrer le tout et avant de l'utiliser. Ne soyez pas effrayé : la consoude dégage une odeur forte pas très ragoutante...

### **Utilisation du purin de consoude**

Le purin de consoude s'utilise surtout au printemps car il stimule bien les jeunes plants et les semis : une pulvérisation diluée à 5 à 10% est une bonne dose, tous les 15 jours environ.

Plus tard, pendant la production, la consoude va maintenir la croissance des fruits et légumes, à raison d'un arrosage dilué à 20 %, tous les 10 à 15 jours.

Pour les rosiers, ce même arrosage est bénéfique pour soutenir la floraison.

Pour des plantes qui ont fait l'objet d'un traitement curatif insecticide ou fongicide ou qui ont subi un stress climatique, vous pourrez les aider à se requinquer en les pulvérisant d'un purin de consoude dilué à 20 %, 15 jours après.

Et s'il vous en reste, versez le purin de consoude sur votre compost qui connaîtra une accélération de sa maturation, tout comme vous pourrez déposer la consoude résiduelle également dans le compost, qu'elle contribuera à booster.

Il est tout à fait possible et bénéfique d'alterner [le purin d'ortie](#) et le purin de consoude, de façon complémentaire.

Par [Nathalie Guellier](#) - Mis à jour le 03/05/2024

<https://jardinage.lemonde.fr/dossier-686-consoude-utiliser-purin-fabriquer.html>

////////////////////////////////////