



# Lierre terrestre

*Glechoma hederacea* L. (= *Nepeta glechoma* Benth.), *Lamiaceae*



**Propriétés :** expectorante (bronchite chronique), tonique

**Parties utilisées :** partie aérienne fleurie

**Toxicité :** utilisation avec précaution (cétone). Un usage prolongé (plus de 2 semaines) peut provoquer des diarrhées

**Habitats :** haies et bois, dans presque toute la France et en Corse



**Anecdote :** Autrefois, les Celtes et les Vikings s'en servaient pour clarifier et conserver la bière et lui donner un goût sauvage. Aujourd'hui, il est encore utilisé pour assaisonner le vin fait maison.

