

Jardin médiéval

Saillon



Conçu par Jean-Marc Pillet avec la Commission de l'environnement
Pour tout renseignement:
Commune de Saillon: 027 / 744 32 03 - e-mail: info@saillon.ch
Office du Tourisme: 027 / 743 11 88 - tourisme@saillon.ch
© Commune de Saillon, 2007

Le passé moyenâgeux du site et la richesse de la flore aux alentours du bourg ont été les arguments principaux à la création d'un jardin médiéval à Saillon. La plupart des Européens modernes ont oublié que, avant la découverte de l'Amérique, tomates, poivrons, courges et courgettes, pommes de terre, maïs ou haricots étaient inconnus des assiettes de nos ancêtres. La pomme de terre n'est consommée régulièrement qu'à partir du XIX^e s. Pourtant, durant le moyen âge, de nombreuses plantes aujourd'hui oubliées, étaient appréciées pour leur saveur, pour leurs vertus curatives ou simplement pour leur beauté.

Grâce à une présentation thématique, le visiteur pourra découvrir ou reconnaître les plantes les plus caractéristiques utilisées en Valais entre le X^e et le XV^e siècle. Le blason de ce jardin porte une fleur d'amandier, arbre emblématique de Saillon. La devise **Ortus amoenus** rappelle la langue scientifique de l'époque et le lieu agréable où chacun trouve l'essentiel de ses besoins. Les plantes du jardin sont présentées ici par ordre alphabétique pour permettre au visiteur d'en retrouver facilement les caractéristiques.

Attention: certains usages médiévaux se sont avérés inopérants ou faux par la suite ! Souvent la science actuelle a confirmé certains usages traditionnels mais en a infirmé d'autres. Seuls sont décrits ici, les usages traditionnels.

Chèvrefeuille étrusque

Lonicera etrusca
Cette plante décorative et très parfumée n'est présente en Suisse que dans la région Fully-Saillon et dans le sud du Tessin.

Chiendent

Agropyron repens
Ancienne plante à boisson (piquette par macération du rhizome). Emploi artisanal: broses avec le rhizome coriace.

Ciboulette

Allium schoenoprasum
Condiment très courant. Aussi ornementale, bordures. Emplois médicaux comme l'oignon.

Coloquinte officinale *Citrullus colocynthis*
Purgatif très violent. Fièvres périodiques.

Coriandre *Coriandrum sativum*
Aromate connu dès l'antiquité. Suspecte à forte dose.

Cornouiller mâle *Cornus mas*
Les fruits sont astringents, mais très bons en confitures ou confits au sel. Bois de qualité pour manches d'outils, javelots, engrenages de roues.

Chou *Brassica oleracea*
Nombreux usages médicaux, internes et externes. Aliment de base. Nombreuses variétés.

Cyclamen *Cyclamen purpurascens*
Magie amoureuse. Antihémorroïdaire, anti-polypes (en poudre). Contre les fièvres périodiques, abortive. Toxique, ornemental.

Cynoglosse officinale *Cynoglossum officinale*
Répulsif des Rongeurs. Contre-poison médiéval.

Datura stramoine *Datura stramonium*
Très toxique, propriétés similaires à la Belladone.

Dompte-venin *Vincetoxicum hirundinaria*
Contre les poisons et les venins. Suspecte, ornementale.

Echinops *Echinops sphaerocephalus*
Diurétique, analgésique (maux de dents), contre-poison. Ornemental.



Chiendent

Abricotier *Prunus armeniaca*
Fruits considérés parfois comme suspects. L'abricot est peu consommé au moyen âge.

Achillée millefeuille *Achillea millefolium*
Vulnéraire antihémorragique, vermifuge, tonique-amère, emménagogue. Ornementale.

Aconit napel *Aconitum napellus*
A faible dose: antinévralgique et antitussif. Très vénéneux. Très ancien poison des flèches et des appâts.

Aconit tue-loup *Aconitum vulparia*
A faible dose: antinévralgique et antitussif. Comme la précédente. Poison d'appâts (*vulparia* = "des renards").

Agripaume cardiaque *Leonorus cardiaca*
Tonique utérin, sédatif cardiaque, ballonnements. Mellifère, ornementale.

Aigremoine *Agrimonia eupatoria*
Vulnéraire, cicatrisant, anti-inflammatoire (piqûres), décongestionnant, dépuratif. Ancienne tinctoriale.

Alchémille commune *Alchemilla xanthochlora*
Tonique-astringente, décongestionnante. Remède féminin par excellence. Emménagogue, douleurs menstruelles. Action spécifique sur l'utérus, remède gynécologique de premier plan. Utilisée également en magie érotique.

Alkéenge *Physalis alkekengi*
Fruits consommés dès l'âge du bronze. Antiprostatique, diurétique (vin médicinal). Ornementale.

Amandier *Prunus amygdalus*
L'amande amère est toxique. L'arbre à amandes douces est présent sur tout le coteau de Saillon. Il avait autrefois une importance économique certaine. Le lait d'amande est utilisé aussi comme cosmétique. La décoction de coques est préparée contre les refroidissements et possède un bon goût vanillé.

Ancolie *Aquilegia vulgaris*
Usage indéfini. Médicinale. Ornementale, fréquente sur les peintures.

Aneth *Anethum graveolens*
Aromate apprécié au moyen âge. Usages comme le fenouil.

Anis vert *Pimpinella anisum*
Fruits aromatiques appréciés depuis l'antiquité. Essence toxique.

Anthyllide vulnéraire *Anthyllis vulneraria*
"Thé des Alpes", dépuratif. Ornementale.

Epervière piloselle *Hieracium pilosella*
Très ancienne fébrifuge.

Epiaire bétoine *Stachys officinalis*
Racine toxique. Contre la frigidité.

Epine vinette *Berberis vulgaris*
Remède traditionnel du foie et de la rate. Gelées, fruits confits. Ecorce utilisée pour traiter les maladies du foie et de la rate: couleur jaune, médecine analogique.

Estragon *Artemisia dracunculus*
Introduit au temps des croisades. Arabe: tarkhoun > tarcon > targon > estragon. Apéritif, stimulant, huile essentielle.

Fenouil *Foeniculum vulgare*
Aliment et aromate. Collyre, digestif, diurétique.

Fénugrec *Trigonella foenum graecum*
Remède externe, complément diététique de haute valeur. Nutritif, fourrager.

Fève *Vicia faba*
Emplâtre, dépilatoire. Aliment des pauvres.

Ficaire *Ranunculus ficaria*
Plante à "signature": les petits tubercules suggèrent les hémorroïdes (usage externe). Aliment de disette.

Figuier *Ficus carica*
Fruit très nourrissant et important dans l'alimentation du moyen âge. On connaît plus de 300 variétés de figuiers, bifères ou unifères, c'est-à-dire à une ou deux récoltes. Usage domestique: le suc caille le lait. Adoucissant respiratoire. Vous pouvez en voir 40 variétés le long du chemin du vignoble, près de la carrière.

Fougère mâle *Dryopteris filix-mas*
Usage magique: "rendait invisible". Action taenifuge (ver solitaire).

Fraisier *Fragaria vesca*
Au moyen-âge, on connaissait des variétés de fraises des bois à gros fruits. Astringente et anti-diarrhéique.

Fraxinelle (rare) *Dictamnus albus*
Antidote, diurétique, emménagogue (sinon abortif). Belle ornementale.

Fumeterre *Fumaria officinalis*
Contre "l'obstruction du foie et de la rate et pour éclaircir de sang". Dépurative majeure: acné, tonique antianémique (accroît le taux de globules rouges).

Arbousier *Arbutus unedo*
Un peu méprisé des Romains "*un edo*": je n'en mange qu'une ! Décoratif toujours vert, mellifère. On le nomme aussi « arbre à fraises ».

Argousier *Hippophaë rhamnoides*
Buisson au feuillage argenté rappelant un peu l'olivier. Fruits très riches en vitamine C: jus, sirop, confitures.

Armoise commune *Artemisia vulgaris*
Grand remède gynécologique d'autrefois. Très répandue.

Armoise du Valais *Artemisia valesiaca*
Succédané du génépi. Autrefois cultivée en Valais pour une liqueur. Très commune à Saillon près des vignes et dans les steppes.

Arroche des jardins *Atriplex hortensis*
Herbe à cuire. "Épinard" sous-estimé, supporte mieux le climat sec du Valais. Adoucissante.

Asperge *Asparagus officinalis*
Cultivée et aussi récoltée sauvage. Apéritive au moyen âge (griffe= racines). Décoction des baies rouges.

Aubergine *Solanum melongena*
Connue des arabes au VII^e siècle.

Bardane *Arctium minus*
Alimentaire (racines, jeunes feuilles). Médicinale ancienne de premier plan.

Basilic *Ocimum basilicum*
"pistou", soupe, aromate. Digestif, antispasmodique, sédatif.

Belladone *Atropa bella-donna*
Bella-dona = belle femme. Dilate la pupille. Plante toxique.

Bette *Beta vulgaris*
Soupe aux légumes Emolliente, laxative.

Bleuet *Centaurea cyanus*
Présent traditionnellement dans les champs de céréales. Collyre populaire pour les "yeux bleus". Ornementale.

Bourrache *Borrago officinalis*
Herbe à cuire comme épinard, salades (fleurs). Refroidissements, émolliente, sudorifique, diurétique.



L'Argousier est très abondant en Valais, sur les berges du Rhône et des rivières ou dans les talus secs.

Gaillet gratteron *Galium aparine*
Au moyen âge, maux de gorge, vulnéraire antidouleur. Caille le lait, servait de tampon à récurer.

Garance *Rubia tinctorum*
Diurétique, emménagogue, "remède du foie", anticalculs sûr (phytothérapie actuelle). Racine tinctoriale (déjà connue au temps des Celtes).

Gattilier *Vitex agnus-castus*
Renferme des substances hormonales antioestrogènes; favorise la lactation. Remède de chasteté chez les moines.

Genévrier commun *Juniperus communis*
Fruits aromatiques utilisés en cuisine (choucroute, viandes, etc.) Un des plus vieux remèdes: tonique, digestif, antiseptique, "remède du foie".

Genévrier sabine *Juniperus sabina*
Plante classée au premier rang des abortives, mais elle tuait souvent la mère en même temps que le fœtus. Ornementale, talus.

Giroflée jaune *Cheiranthus cheiri*
Cardiotonique dangereuse. Dans les murs de Saillon. Ornementale.

Grande ortie *Urtica dioica*
Aliment de printemps, sels minéraux. Antihémorragique, saignement de nez, hémorragies utérines rhumatismes. Décoction et rubéfiante externe.

Grand Plantain *Plantago major*
Remède majeur: vulnéraire-cicatrisant, "sparadrap des paysans". Jeunes feuilles mangées crues ou cuites.

Grande Absinthe *Artemisia absinthium*
Vermifuge, apéritive. Ornementale.

Grande Ciguë *Conium maculatum*
Très toxique, poison. Usage externe: maturative, antitumorale.

Grande Consoude *Symphytum officinale*
Grand remède anti-inflammatoire, cicatrisant. Alimentaire (jeunes feuilles). Plante riche en azote, fertilisante.

Grenadier *Punica granatum*
Alimentaire. Cultivé autrefois en Valais. Armoiries de Nendaz. Médicinal: fièvres, plante de la mythologie "érotique", symbole de fécondité, amour "désaltérant". Plante riche en dérivés oestrogènes.

Groseiller à maquereaux *Ribes uva-crispa*
En cuisine, le fruit est une garniture du poisson dans le Nord de l'Europe. Rafraîchissant, laxatif.

Groseiller des Alpes *Ribes alpinum*
Délicieux petit fruit de montagne peu connu.

Guimauve *Althaea officinalis*
Grande émolliente, calmante de la toux (externe et interne). Confiserie: pâte de guimauve.

Hellébore fétide *Helleborus foetidus*
Plante toxique à usage vétérinaire, pour faire des "sétons".

Hépatique noble *Hepatica nobilis*
"Signature" du foie (feuilles). Ornementale d'ombre.

Herbe aux goutteux *Aegopodium podagraria*
Antigoutteuse: cataplasmes de feuilles broyées.

Houblon *Humulus lupulus*
"maladies du foie", hydropisie, brûlures, maux d'oreilles. Plante à boisson: bière et jeunes pousses en guise d'asperge.

Hysope *Hyssopus oficinalis*
Bien connue au moyen âge comme remède des voies respiratoires: toux, bronchites. Aromate méconnu. Plante présente seulement en Valais pour la Suisse. Commune dans les steppes de Saillon.

Inule dysentérique *Inula helenium*
Fumigation pour chasser les puces. Astringente, antidiarrhéique

Iris d'Allemagne *Iris germanica*
Médicinal ancienne: rhizome, contre les "obstructions: vessie, foie, poumon). Frais, violent vomitif et purgatif. Ornementale.

Joubarbe des toits *Sempervivum tectorum*
Calme inflammations et brûlures, cors. Un décret de François 1^{er} obligeait les Français à la planter sur les toits car elle était sensée protéger de la foudre.

Jujubier *Zyziphus jojoba*
Fruit méconnu ressemblant à une date, de saveur sucrée très agréable. Ils sont parfois considérés comme fébrifuges et toniques.

Jusquiame noire *Hyoscyanus niger*
Poisons et pratiques de sorcellerie. Sédative, somnifère, analgésique.

Lamier blanc *Lamium album*
Grand remède gynécologique: leucorrhée, métorragie. Parfois les feuilles sont mangées cuites en temps de disette.



Le Houblon est l'un des constituant essentiel de la bière.

Pivoine officinale *Paeonia officinalis*
Amulette contre l'épilepsie. Cultivée pour l'ornement.

Plantain lancéolé *Plantago lanceolata*
Voir aussi Grand Plantain.

Pois chiche *Cicer arietinum*
Aliment important des classes pauvres. Nombreux emplois médiévaux.

Pois de Fully *Pisum sativum fulliacense*
Déjà cultivé au Néolithique. Mangé comme pois mange-tout. Il s'agit ici d'une plante endémique, unique au monde...

Poireau *Allium porrum*
Suc frais: piqûres d'insectes. Alimentaire.

Polypode *Polypodium vulgare*
Laxatif doux, vermifuge, cholagogue, expectorant. Succédané de réglisse sucé par les enfants.

Potentille rampante *Potentilla reptans*
Astringente, antidiarrhéique, fébrifuge. Magie protectrice (les feuilles évoquent la main).

Prêle des champs *Equisetum arvense*
"Signature" de la colonne vertébrale: reminéralisante de haute valeur. Riche en silice, tampon à récurer.

Primevère *Primula officinalis*
Contre la "mélancolie et la paralysie", diurétique, vulnéraire.

Pulmonaire *Pulmonaria longifolia*
"Signature du poumon", on la mangeait pour "guérir les ulcères du poumon". Ornementale d'ombre.

Radis noir *Raphanus sativus*
Racine très appréciée. L"oxymel" est un sirop préparé au miel et au vinaigre. Diurétique, pectoral et fébrifuge.

Raifort *Cochlearia armoracia*
Condiment très courant déjà cultivé au XII^e s. Plante médicinale anticorbutique.

Raisin d'ours *Arctostaphylos uva-ursi*
Plante tapissante proche de l'Airelle. Les feuilles sont utilisées pour obtenir une teinture brune, grise ou noire.

Réglisse *Glycyrrhiza glabra*
Principal édulcorant après le miel. Au moyen âge, utilisé contre les maladies gastriques et pulmonaires. Base de boisson rafraîchissante, antiulcéreux de valeur.

Lis blanc *Lilium candidum*
Résolutif, anti-inflammatoire, cicatrisant, cosmétique. Symbole de pureté. Ornementale.

Laurier noble *Laurus nobilis*
Aromate très utilisé pour viandes et poissons, choucroute. Aussi ornemental et symbole de victoire et d'honneur. Toxique à haute dose.

Laurier-rose *Nerium oleander*
Poison très violent. Cardiotonique analogue à la digitale.

Lavande vraie *Lavandula angustifolia*
Petit arbuste très aromatique. Connue de longue date pour la fabrication de parfums et pour son aspect décoratif.

Lierre *Hedera helix*
Baies toxiques. Mellifère, feuilles utilisées pour raviver les tissus noirs.

Livèche *Levisticum officinale*
Odeur de céleri "maggi", soupes, pot-au-feu. Digestive, carminative.

Lupin blanc *Lupinus albus*
Dépilatoire au moyen âge. Toxique.

Marjolaine *Origanum majorana*, *Origanum vulgare*
Aromate. Forme sauvage "Origan" très commun à Saillon (vignes, talus). Digestive, antispasmodique.

Marrube blanc *Marrubium vulgare*
Dépuratif saisonnier. Remarquable expectorant et dépuratif majeur, bronchites rebelles.

Mauve *Malva sylvestris*
"Assouplissant", adoucissant interne et externe. Ancien légume: pousses cuites.

Mélisse "citronnelle" *Melissa officinalis*
Très courante dans les jardins. Mellifère, digestive, antispamodique.

Melon *Cucumis melo*
Met de luxe. Graines vermifuges.

Menthe *Mentha* sp.
Utilisée fréquemment en cuisine. Très nombreuses variétés et hybrides. Digestive, antispamodique, toux.

Mercuriale annuelle *Mercurialis annua*
"Vaut pour lâcher le ventre". Cicatrisante en usage externe.

Millepertuis officinal *Hypericum perforatum*
Diurétique, remède hépatique, contre les maléfices, "chasse-diable". Un des meilleur anti-inflammatoire, remède bien connu des brûlures.

Renouée bistorte *Polygonum bistorta*
Passait pour favoriser la conception en resserrant l'utérus: "retient la semence". Herbe à cuire, ça et là.

Rhubarbe *Rheum palmatum*
Laxatif puissant et aliment. Très chère au moyen âge.

Ricin *Ricinus communis*
Très toxique mais le principe actif reste dans le tourteau (huile obtenue de la graine). Ornementale originaire d'Afrique tropicale.

Romarin *Rosmarinus officinalis*
Aromate. Ornemental parfumé. Antirhumatismal célèbre.

Roquette *Eruca vesicaria*
Condiment à saveur brûlante comme la moutarde, mesclun. Les clercs l'accusaient de provoquer la luxure. Très abondante aux alentours du village de Saillon et dans le vignoble.

Rose de Nax *Rosa lutea*
Rosier à fleurs simples de couleur jaune lumineux. Plante particulière au village de Nax dans le Valais central.

Rose trémière *Althea rosea*
«Rose d'outre mer». Plante très à la mode à la fin du moyen âge. S'emploie comme la Mauve.

Rue officinale *Ruta graveolens*
Emménagogue, abortif à haute dose, "remède de bonne femme" présent partout. Antispasmodique, irritante. Aromate favori des Romains. Les moines en mélaient à leur nourriture comme antiaphrodisiaque. Toxique à forte dose.

Safran *Crocus sativus*
Le condiment le plus cher. Colorant, stimulant, digestif. Cultivé en Valais à Mund, Venthône, Sion et Ravoire.

Sarriette des montagnes *Satureja montana*
Aromate et distillation. Epice des fromages de chèvre. Huile essentielle très irritante. Aphrodisiaque.

Molène Bouillon blanc *Verbascum thapsus*
Emolliente, adoucissante externe et interne. Les hampes florales enduites de graisses servaient de torches.

Morelle douce-amère *Solanum dulcamara*
Fruits toxiques, "crève-chien". Plante consommable cuite. Tiges (dermatose) "pour destouper les conduiz et l'opilation du foye et de la rate".

Moutarde blanche *Sinapis alba*
Herbe à cuire; graines broyées avec du moût de raisin égayait les raves des pauvres, moutarde. Effet révulsif.

Mûrier blanc *Morus alba*
Fruits. Arbre du ver à soie, originaire de Chine, cultivé en Valais jusqu'au début du XX^e s. pour produire de la soie. Bois de valeur.

Néflier *Mespilus germanica*
Les nèfles "culs de chien" se mangent après bletissement par le gel. Remède antidiarrhéique oublié.

Nielle des blés *Agrostema githago*
Comme le bleuet, la Nielle est messicole et pouvait empoisonner le pain. Ornementale (plante rare). Servait à faire des couronnes.

Noisetier *Corylus avellana*
Ressource alimentaire importante dès la Préhistoire. Bois souple très utilisé: baguette des sourciers, clôtures, arcs, etc.

Oignon *Allium cepa*
L'un des plus anciens légumes et condiment. Cataplasmes, maux d'oreilles, morsures de chiens, etc.

Olivier *Olea europea*
Connu depuis des millénaires pour son huile et son bois. Feuilles utilisées contre l'hypertension et le diabète.

Origan *Origanum vulgare*
Bien connu au moyen âge: remède des voies respiratoires, antitussif, digestif, calmant. Condiment, aromate.

Orpin blanc *Sedum album*
Condiment de salade, un peu piquant. Très commun dans les vignes, murs. Antihémorroïdaire.



Morelle douce-amère

Saponaire *Saponaria officinalis*
Racine: dépurative et dermatologique. "Herbe à savon", très employée par les drapiers.

Sauge officinale *Salvia officinalis*
Plante à oestrogènes, remède gynécologique, emménagogue. Condimentaire, aromate, apéritif, digestif. Aromate des féculents et des viandes blanches.

Sauge sclarée *Salvia sclarea*
Aromatique: les fleurs séchées donne un goût de muscat au vin blanc. L'essence sert de base de parfum. Vulnéraire.

Sceau de Salomon *Polygonatum odoratum*
Cosmétique à blanchir le visage. Fruits toxiques, ornementale d'ombre.

Scille officinale *Urginea maritima*
Très toxique, les bulbes peuvent être mortels. Grand remède de l'hydropisie, goutte et œdème des membres.

Sédum ou Orpin de Nice *Sedum sediforme*
Plante méditerranéenne présente en Valais dans les lieux chauds et secs.

Seigle *Secale cereale*
L'ergot du seigle est très toxique (champignon parasite): troubles nerveux, coma, mort: *mal des ardents, feu de Saint-Antoine, feu de Dieu, etc.*

Serpolet *Thymus serpyllum*
Aromate de gibier, volailles, grillades. Mellifère, ornemental (couvre-sol, rocailles). Tonique, pectoral, digestif.

Sorbier domestique *Sorbus domestica*
Fruits délicieux après bletissement. Plante à boisson (fruits) presque oubliée. Antidiarrhéique au moyen âge. L'un des plus bois d'Europe très recherché: tournage, gravure, etc.



Le Serpolet est un thym commun dans les milieux secs.

Orpin reprise *Sedum telephium*
Vulnéraire, anti-inflammatoire, cicatrisante.

Ortie *Urtica dioica*
Aliment de printemps, sels minéraux. Antihémorragique, saignement de nez, hémorragies utérines, rhumatismes. Décoction et rubéfiant externe.

Oseille *Rumex acetosa*
Aromate, herbe à cuire, grande place en cuisine. Fièvres, dermatoses, dépurative.

Pâquerette *Bellis perennis*
Plaies, contusions, ecchymoses. Salades (fleurs), herbe à cuire.

Pariétaire *Parietaria diffusa*
Tampons à récurer les ustensiles étamés, le verre, la faïence. Dépuratif, antidiarrhéique chez l'enfant, diurétique adoucissant chez l'adulte.

Pastel des teinturiers *Isatis tinctoria*
Au moyen âge, cicatrisante, antihémorragique, vermifuge. Teinture bleue obtenue avec les feuilles.

Pavot *Papaver somniferum*
Pouvoir analgésique et soporifique (courant au moyen âge). Toxique, graines alimentaires non toxiques.

Persil *Petrosilenum crispum*
Sauces. Au moyen âge, les fruits sont plus utilisés que les feuilles. Diurétique majeur, emménagogue.

Petite Centaurée *Centaurium erythraea*
Tonique-amère, dépurative, fébrifuge (médicinale populaire). Insuffisance hépatique (encore utilisée en phytothérapie).

Pervenche *Vinca minor*
Astringente, antihémorragique, contre les saignements de nez. Décorative. Remarquable couvre-sol. (dès 1970, la vincamine s'est révélé comme l'un des meilleurs activateurs de la circulation cérébrale chez les personnes âgées).

Petite pimprenelle *Sanguisorba minor*
Aromate utilisé dans les salades. Goût de noix verte. Médicinale.

Pied d'Alouette *Delphinium consolida*
Graines toxiques, messicole. Plante ornementale.

Pimprenelle *Sanguisorbia minor*
Employée en vulnéraire, antihémorragique, antidiarrhéique. Conditionnaire mélangée aux salades: goût de noix verte.

Souci *Calendula officinalis*
Ornement des salades. Anti-inflammatoire, cicatrisant, antivenimeuse (piqûres d'insectes), sudorifique.

Sureau noir *Sambucus nigra*
Fleurs en beignets, vin de sureau, jus, confitures, sirops. Grande importance médicinale au moyen âge. Feuilles calmantes des piqûres d'insectes.

Tamier *Tamus communis*
Très toxique, baies mortelles. Médicinale en usage externe (antinévralgique), consommée cuite en guise d'asperge.

Tanaisie *Tanacetum vulgare*
Tonique-amère, vermifuge, même usage que l'absinthe. Huile essentielle très toxique.

Thym, "Farigoule" *Thymus vulgaris*
Adjuvant culinaire savoureux. Ornemental, très antiseptique chez les variétés à thymol.

Tussilage *Tussilago farfara*
Antitussive, toutes maladies pulmonaires. Utilisée encore de nos jours.

Valériane officinale *Valeriana officinalis*
Au moyen âge, diurétique et astringente. "Herbe aux chats».

Verveine officinale *Verbena officinalis*
Grande panacée médiévale, nombreux emplois magiques. À ne pas confondre avec la "verveine" des infusions, importée du Chili.

Violette *Viola odorata*
Adoucissante pectorale. Plante à parfum, ornementale d'ombre.

Violier du Valais *Matthiola valesiaca*
L'une des nombreuses plantes spécifiques au Valais portant le nom "valesiaca": vallée de Binn, Simplon, Bois de Finges. Rare.

