

PLANTE APHRODISIAQUE L'ORTIE?

ORTIE

Il existe différentes orties qui toutes sont un extraordinaires réservoirs de propriétés thérapeutiques diverses et intéressantes. L'ortie est la plante de Vénus, déesse de la beauté et de l'Amour; elle symbolise la luxure et aussi l'immortalité!

Dans la Rome antique, on flagellait "sur les reins, sous le nombril et sur les fesses" d'après Pétrone- les vieillards affaiblis afin de leur rendre leur vigueur de jeune homme et l'on dit que certains vivaient plus de 100 ans en passant d'une couche féminine à une autre! En Allemagne, le soir des noces mais aussi presque tout le temps, les épouses cachaient sous les matelas, coté monsieur, des bouquets d'ortie censés donner envie à leur mâle fatigué. Entre autres bons micronutriments, elle contient d'énormes quantités de sels minéraux: fer, silice, calcium et potassium et on l'utilise aussi en cas de fatigue, anémies, chute des cheveux et ongles cassants et favorise la repousse. C'est un excellent calmant des spasmes de l'intestin. Elle est régulatrice du sommeil qui devient alors plus réparateur, lutte contre la fatigue et l'anxiété, c'est un bon anti-asthénique qui régularise l'humeur.

Quelques vitamines B2, B5, de l'acide folique et outre les sels minéraux ci-dessus, elle contient aussi du cuivre (anti-inflammatoire, et oui!) zinc; des acides aminés essentiels et des protéines.

Certains auteurs disent qu'elle active la production de la testostérone. La grande ortie, l'ortie dioïque est comestible et l'on peut manger ses feuilles en salades, ou bien, les faire cuire et les préparer comme des épinards avec ou sans crème fraîche.

SOUPE A L'ORTIE

pour 4 personnes

1 grosse brassée d'orties

4 belles pommes de terre

1 l ½ de bouillon

½ botte de feuilles de coriandre

sel et poivre

Lavez soigneusement les feuilles d'orties que vous avez ramassé en plein champ pour qu'elles soient exemptes d'engrais ou pesticides. Faites cuire dans une grande marmite avec un litre et ½ de bon bouillon avec les pommes de terres épluchées et coupées en rondelle.

Faites cuire une demi-heure en rajoutant presque toute la coriandre fraîche 3 mn avant d'arrêter la cuisson. Mixez la soupe, rectifiez l'assaisonnement, verser dans la soupière avec quelques feuilles de coriandre.

OMELETTE A L'ORTIE

Par personne: 2 oeufs
sel et poivre
orties

Lavez soigneusement les feuilles d'orties et faites-les blanchir deux minutes à l'eau bouillante.

Faites cuire votre omelette, assaisonnez bien, versez les orties bien égouttées et repliez l'omelette.

BOISSON DÉSALTERANTE

Dans 1 ou 2 l d'eau bouillante faire infuser toute la journée de l'ortie fraîche. Vous obtiendrez une boisson foncée, nourrissante et désaltérante malgré une forte odeur; et à boire toute la journée sans crainte de la fermentation, en effet existait autrefois une bière d'ortie.

J'en ai la recette mais je la garde au cas où un jour, un éditeur....