



La cardamine des prés (*Cardamine pratensis*) de la famille des brassicacées anciennement des crucifères.

Noms vernaculaires : cressonnette, cresson des prés, cresson du pauvre, St Georges (dans les Vosges)...

La St Georges se fête le 23 avril ce qui correspond généralement à la pleine période de floraison de cette gracieuse plante comestible et mellifère qu'est la cardamine des prés.

Elle appartient à une illustre famille homogène très facile à identifier avec ses quatre pétales disposés en croix, ses 6 étamines dont quatre grandes et deux plus petites et ses fruits ou siliques qui éclatent à maturité pour disperser les petites graines.

Anciennement dénommée crucifère, cette famille a désormais le chou (genre *Brassica*) comme plante modèle. La famille des brassicacées englobe de très nombreux genres souvent comestibles, ornementaux et très mellifères, comme le colza, les moutardes, les giroflées, les arabettes... Certains, comme le pastel des teinturiers (*Isatis tinctoria*), servent de colorants.

Etymologie

Le nom générique provient du grec *kardamon* qui signifie cresson. La forme des feuilles de la cardamine des prés et leur saveur piquante rappellent beaucoup celles du cresson. D'ailleurs, certaines espèces de cardamine à fleurs blanches comme la cardamine amère (*Cardamine amara*) ressemblent, à s'y méprendre, au cresson officinal ou cresson de fontaine (*Nasturtium officinale*).

Le nom spécifique provient du latin qui désigne les prés, stations naturelles où prospère le St Georges. Il est cependant possible de trouver la cardamine des prés dans les sous-bois clairs et humides comme le montre la photo ci-dessous.



Description

La cardamine des prés est une plante vivace herbacée qui forme des colonies denses dans les prairies humides. Les feuilles de la base, imparipennées et aux folioles plus au moins arrondies, forment une rosette d'où s'élève la hampe florale creuse munie de feuilles alternes et aux folioles linéaires. On peut parler d'un certain dimorphisme foliaire.

Les fleurs, d'un mauve plus ou moins foncé, ou parfois blanches sont disposées en grappes terminales. Elles attirent de nombreux micro coléoptères bleu-noirâtre et les abeilles qui y trouvent pollen et nectar en quantité.



Le saviez-vous ?

Toutes les parties de la cardamine des prés sont comestibles et possèdent des propriétés médicinales reconnues. Elles sont notamment tonifiantes car très riches en vitamine C.

Les jeunes feuilles se consomment en mélange avec des salades au début du printemps avant la floraison sinon elles deviennent trop amères.

Les fleurs servent à préparer un délicieux condiment, sorte de surprenant pestos. En voici la recette : récupérer la valeur d'une belle tasse de fleurs de cardamine sans les pédoncules trop amers. Les passer au mixer. Y ajouter quelques cuillères à soupe d'huile d'olive et le jus d'un citron. Saler et poivrer, votre condiment d'une belle couleur rose est prêt. On peut l'améliorer on y ajoutant des pignons de pin.



La cardamine des prés sert de nourriture à la chenille de la gracieuse aurore (*Anthocharis cardamine*) ci-contre.

Ci-dessous un clairon (*Trichodes alvearius*) sur une forme à fleurs blanches.

