



***Portulaca oleracea* L.**

Syn : *Portulaca quadrifolia* L., *Portulaca parviflora* Haw.

Portulacaceae

Noms vernaculaires

Français : pourpier

Botanique

Cette plante annuelle prostrée, formant une touffe de vingt à quarante centimètres de diamètre. On la trouve dans les cultures ou au bord des chemins.

Partie utilisée

Feuille.

Principaux constituants

Acide oxalique, vitamine, noradrénaline, mucilages, alcaloïdes non quaternaires (norépinéphrine), glucocides cyanogéniques, flavonoïdes, tanins, polyphénols, saponines.

Propriétés pharmacologiques

Diurétique, émollient, antidiabétique.

Toxicologie

La littérature consultée ne signale pas d'effets toxiques.

Usage thérapeutique, forme pharmaceutique et posologie

Nous conseillons la décoction de 25 grammes par litre d'eau pour le soin des infections urinaires et du diabète.

Nous recommandons de consommer cette plante régulièrement dans la cuisine.