

# Fleurs de Mars



**Symbol de simplicité et de pudeur, de l'antiquité à nos jours, elle n'a cessé de nous séduire. Connue aussi sous le nom de « Fleur de Mars », la violette est une petite fleur sauvage qui est annonciatrice des beaux jours. Aujourd'hui, elle pointe son nez pour le plus grand plaisir du nôtre.**

## Carte d'identité - République de la Biodiversité

Nom : Violette odorante - *Viola odorata*

Famille : Violaceae

Taille : de 5 à 15 cm

Floraison : de mars à mai

Habitat : assez commune dans les bois clairs, lisières, haies, pelouses, prairies et bords des chemins - espèce de demi-ombre

Signe particulier : Plante autogame (qui n'a pas besoin d'autres fleurs pour se reproduire), ses graines sont dispersées par les fourmis (Myrmécochorie)



*L'amour c'est un bouquet de violettes*

Les personnages historiques avaient un tel engouement pour certaines fleurs que leur nom y est encore associé. C'est le cas de Napoléon. Sa passion pour cette fleur est née de sa rencontre avec Joséphine de Beauharnais, qui lui remit le bouquet qu'elle arborait à la ceinture ce jour-là.

Durant son exil à l'île d'Elbe, les partisans de Napoléon se reconnaissaient par ces mots : «Aimez-vous les violettes?».

Voici comment différencier les violettes des pensées. Les violettes comptent deux pétales vers le haut et trois vers le bas. Les pensées comptent quatre pétales vers le haut et un vers le bas.



# Fleurs de Mars



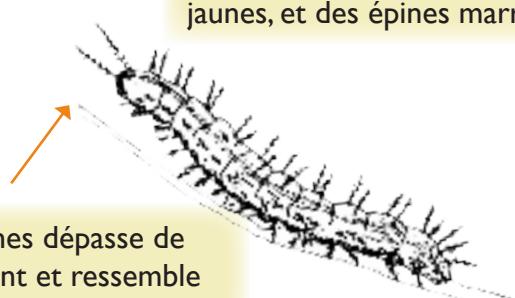
## La violette plante hôte du tabac d'Espagne

Il ne s'agit pas de contrebande, le tabac d'Espagne (*Argynnis paphia*) est un magnifique papillon de la famille des nymphalidés, l'un des plus grands de notre faune (55 à 65 mm d'envergure).

L'adulte butine ronces et chardons principalement. Les œufs sont déposés près des plantes dont la chenille se nourrit, mais attention pas dessus. Bien souvent les pontes ont lieu à proximité de pins ou d'épicéas. Les œufs sont espacés d'un mètre environ. Les éclosions ont lieu en fin d'automne, elles vont hiverner dans un cocon de soie.



La chenille (diurne) mesure près de 4 cm, elle est marron foncé avec deux bandes dorsales parallèles jaunes, et des épines marron clair.



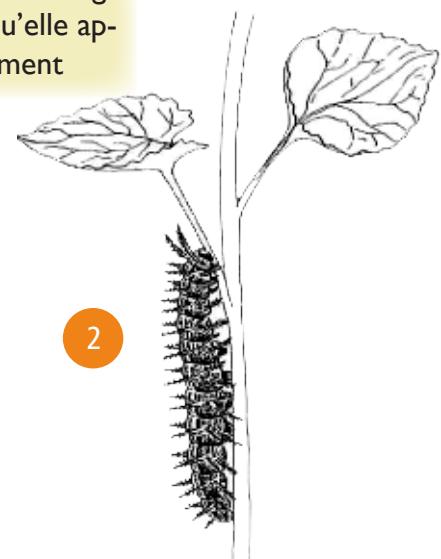
Une paire d'épines dépasse de la tête vers l'avant et ressemble à des antennes



3 La nymphose (stade du développement intermédiaire entre la larve et l'adulte) a lieu fin mai-début juin, la chrysalide est suspendue à la plante nourricière



En mars, la chenille se dirige vers les violettes qu'elle apprécie particulièrement



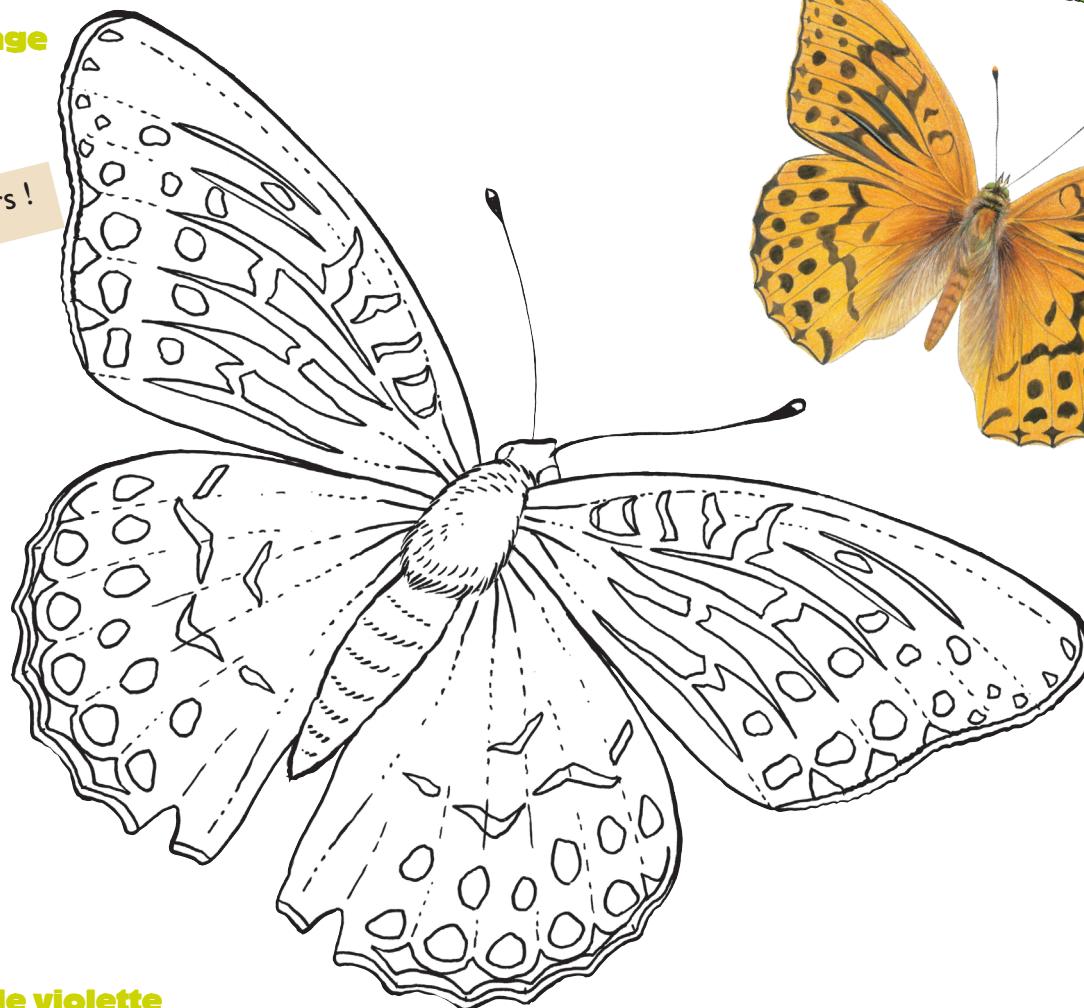
L'imago (adulte) sort 2 à 3 semaines plus tard.

Plantes en folies

# Fleurs de Mars

## Coloriage

À vos couleurs !



## Sirop de violette

### PRÉPARATION POUR ENVIRON 40 CENTILITRES DE SIROP :

- Ebouillanter le bocal et le retourner à l'envers sur un torchon.
- Laver les fleurs sous un filet d'eau et les égoutter dans une passoire.
- Dans une casserole, porter l'eau à ébullition.
- Mettre les fleurs dans le bocal et verser l'eau dessus.
- Fermer le bocal et laisser macérer pendant 24 heures.
- Passé ce délai, filtrer dans un chinois en écrasant bien les violettes pour récupérer tous les sucs.



Ingédients / matériel :

- 50 grammes de fleurs de violettes fraîches
- 300 grammes de sucre semoule
- 50 centilitres d'eau
- Un bocal de 75 centilitres ou 1 litre muni d'un couvercle.

- Mettre ce jus filtré dans une casserole et ajouter le sucre. Chauffer à couvert jusqu'à ce que le sucre soit fondu, en remuant de temps en temps.
- Retirer la casserole du feu et laisser bien refroidir et macérer, pendant 48 heures, toujours à couvert.
- Mettre dans une bouteille.



C'est un sirop très doux qui se prête à de nombreuses préparations.

Temps de Préparation : 15 Minutes.  
Temps de Cuisson : 15 Minutes.  
Temps de Repos : 48 Heures.

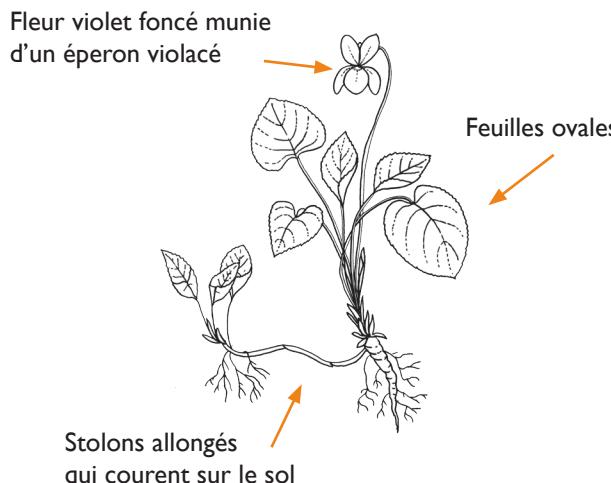
# Plantes en folies

# Fleurs de Mars



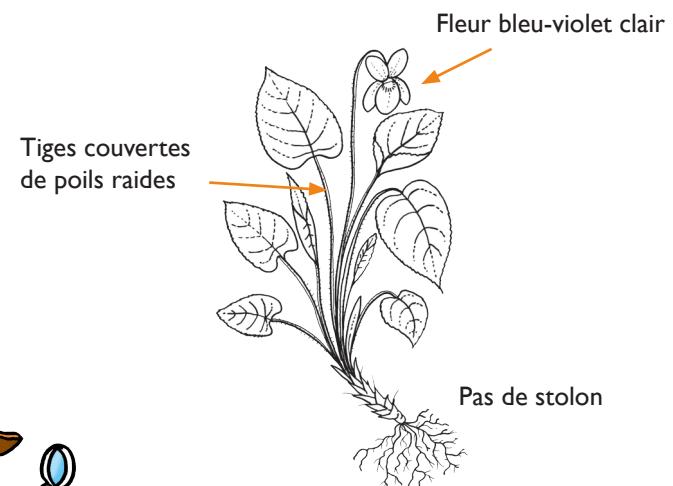
## Ne pas les confondre !

### Violette odorante (*Viola odorata*)

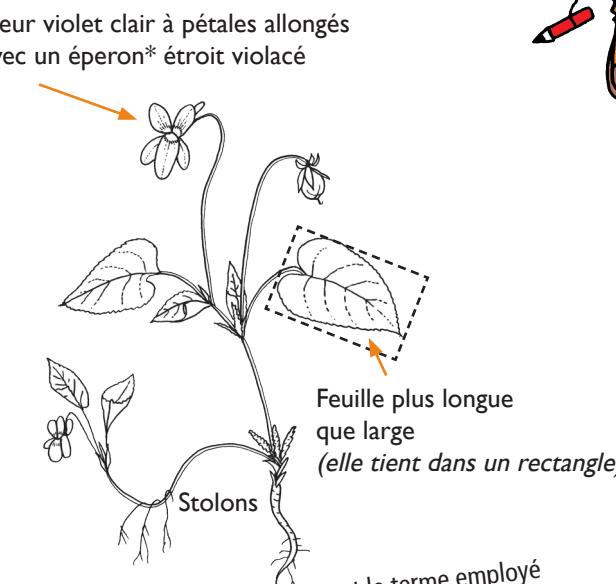


Seule violette sauvage parfumée d'Europe

### Violette folle (*Viola hirta*)



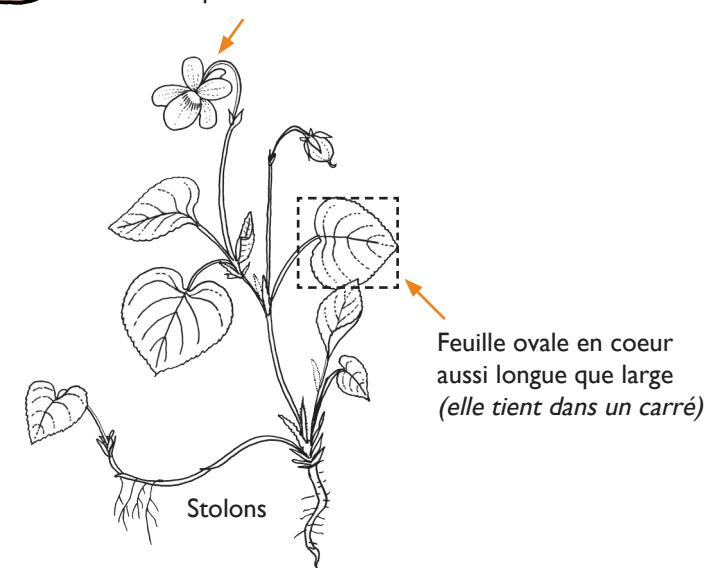
### Violette des bois (*Viola reichenbachiana*)



\*L'éperon en botanique est le terme employé pour définir une extension des pétales ou des sépales d'une fleur en tube étroit et allongé, contenant généralement du nectar.



### Violette sauvage (*Viola riviniana*)



#### Le saviez vous ?

Les feuilles et les fleurs de violette sont extrêmement riches en vitamines. Les feuilles contiennent quatre fois plus de vitamine C que les oranges (qui en sont habituellement considérées comme l'une des meilleures sources) et les fleurs trois fois plus. Quant à la vitamine A, les feuilles de violette en sont plus riches que les épinards et que les tomates. Elles renferment également des sels minéraux..