



# *Umbilicus rupestris* Dandy

Crassulaceae



## Noms vernaculaires

**Français** : Ombilic de Vénus, nombril de Vénus

**Breton** : Krampouezh mouezig, tulev, krampouz mamm goz, kokerlu

**Espagnol** : Ombligo de Venus

## Botanique

Cette plante vivace peut atteindre 60 cm de hauteur.



On la rencontre dans le Sud et l'Ouest de l'Europe où elle pousse entre les pierres de vieux murs, les fissures des rochers et sur les arbres où elle aime l'humidité. Ses feuilles succulentes, longuement pétiolées et douces au toucher, sont de forme arrondie et montrent une dépression à leur centre évoquant un nombril. Des clochettes de fleurs vert pâle ou jaunâtres sont disposées en épi le long de la tige.

## Usage thérapeutique et posologie

Cataplasme, compresse et décoction (20%).

### Recette :

En Bretagne, l'ombilic entrait aussi dans une pommade au beurre. Cueillir les feuilles d'ombilic, les laver et les broyer. Mettre le même poids de beurre non salé dans une casserole et les faire cuire à feu doux. Filtrer et utiliser cette pommade pour tout problème de peau.

Partie utilisée : Feuilles fraîches.

## Propriétés pharmacologiques

La plante a des propriétés antiseptiques, anti-inflammatoires et cicatrisantes.

## Anecdotes

Les enfants ont coutume d'enlever la « queue » de la feuille ce qui fait un trou en son centre. Ils détachent ensuite une partie de la chair de la feuille et laissent la cuticule transparente. En mettant la feuille sur les lèvres et en soufflant, on en sort des sons plus ou moins mélodieux.

La plante est aussi condimentaire et certains l'ajoutent aux salades.

Il arrive que des crêpières frottent leur *bilig* ou poêle à crêpes avec une poignée de feuilles fraîches d'ombilic afin de le nettoyer et bien le « graisser ».

## Ethnobotanique



Très commune en Bretagne, elle y est beaucoup utilisée en usage externe.

Ses feuilles « grasses », sont déposées en cataplasme sur les plaies, les brûlures, les coupures, les boutons infectés et par extension servent à

bon nombre de maladies de peau.

En général, la feuille est cueillie, lavée, retournée et on enlève la cuticule transparente pour avoir accès à la pulpe bien verte. Cette partie est mise directement en contact avec la plaie, les engelures, le bouton ou la brûlure. On dit que cette plante est bonne contre le chaud.

Si la plaie est étendue, on fait bouillir de l'eau et on y met les feuilles d'ombilic. Une fois ébouillantées, on les place en cataplasme sur la plaie ou l'ulcère, en veillant bien sûr à protéger le tout avec un pansement.

La décoction de feuille est utilisée aussi pour « nettoyer » le transit des animaux.

## Toxicologie

La plante n'est pas toxique.

