

Polypode de Virginie (*Polypodium virginianum* L.)

Arglisse sauvage, filicule, fougère-réglisse, fougérolle, polypode commun, polypode du chêne, polypode de chèvre, polypode des boutiques, polypode vulgaire, réglisse bâtarde, réglisse des bois, réglisse des roches, réglisse sauvage, tripe-de-roche.

Rock cap

Description générale :

- herbacée de 30 cm de hauteur, portant un type de fronde et formant un tapis dense sur les roches.

Fronde (feuille des fougères) :

- non ramifiée, divisée une seule fois, pendante sur les rochers, largeur uniforme, sommet pointu; segments alternes, marge sinueuse, nervure centrale noire. Stipe vert pâle et parfois rougeâtre, raide, aplati ventralement.

Sores (amas de sporanges) :

- situés sous la fronde, 2 mm de diamètre, en rangée de chaque côté de la nervure centrale, vert blanchâtre avant la maturité puis bruns à maturité, sporanges (organe reproducteur produisant les spores) transparents.

Habitat et distribution :

- lieux ombragés de la forêt, sur des roches recouvertes d'humus, sur un substrat sec et acide.
- sud du Québec et abords du Saint-Laurent.

Saviez-vous que...

Certains phytothérapeutes utilisent le rhizome (tige souterraine) de cette plante comme purgatif car il contient de la polypodine, qui a aussi comme effet de faire sécréter la bile. Le rhizome contient aussi d'autres composés chimiques qui lui confèrent un goût de réglisse. Si le rhizome est séché, il peut être utilisé comme expectorant.

Références :

- Lamoureux, G. *et al.* 1993. *Fougères, prêles et lycopodes*. Québec : Fleurbec.