

## BALADE BUISSONNIERE DU 3 OCTOBRE 2009

Les plantes rencontrées pendant la balade

La matricaire (camomille) dont nous pouvons manger en salade verte ou de fruits, les capitules crues. Les apiculteurs s'en frottaient les mains et les bras afin d'éloigner les abeilles.

Le compagnon blanc et la silène enflée dont on peut manger les jeunes feuilles en salade.

La cirse potagère de la famille des chardons et des artichauts dont on peut sucer les tiges juteuses et manger le réceptacle floral nommé « fond » comme son cousin l'artichaut. Enfin on a du mal à nourrir son homme avec car trop petit, mais à goûter pour la curiosité...

La consoude en beignet au goût de poisson, notre sole végétale. Celle qui soude les os brisés d'où son nom et qui a un pouvoir cicatrisant. L'ami du jardinier pour activer compost et engrais pour le jardin... Un bon jardinier doit visiter son jardin tous les jours, histoire d'y rester soudé !

La renouée du Japon dont on peut manger les jeunes pousses au printemps. Jamais fait mais juré, je m'y colle en 2010.

La berce, tout se mange. Les feuilles cuites, les fleurs avant l'épanouissement quand elle sont au contact avec la tige. Hum, un régal, crue sur place avec son opinel pour les savourer. Les graines écrasées entre les dents, offrent des arômes d'agrumes, de clémentines qui envahissent la bouche. Pulvériser sur du pain avec une goutte d'huile d'olive...

L'angélique pour parfumer vos mets, crèmes et confitures. Arôme puissant attention ! Rare dans nos régions, ne pas couper la plante, prendre uniquement ce que l'on est sûr d'utiliser.

La stellaire (mouron des oiseaux). Les jardiniers s'arrachent les cheveux quand elle pousse dans tous les sens. Messieurs, désormais, mangez-la si vous voulez et vous m'en direz des nouvelles. Le mouron blanc entre dans les menus des plus grands restaurateurs... Laissez-vous séduire. Attention, mouron rouge, toxique. Mais la tige du blanc est poilue et celle du rouge est toute nue. Vous voilà rassuré. Bon appétit...

Nous avons croisé la gentiane amère, cousine de la jaune qui pousse en montagne et dont on se sert pour fabriquer les célèbres apéritifs et liqueurs. La nôtre ne fait pas tout cela, ça se saurait !

Le tussilage et la pimprenelle sur le coteau de Chatel. Tisane pectorale avec le tussilage que nous avons dégusté au retour. On mange les feuilles crues préparées comme des nems et c'est super... La pimprenelle au goût de concombre dans vos salades ou en balade pour se rafraichir...

L'aubépine (l'épine blanche) et l'épine noire (le prunelier), nous offrent des desserts au beau milieu de la balade. Commencer par la prunelle et finissez par le fruit rouge de l'aubépine ! Pour la digestion, mangez des baies de genièvre bien noires.

J'allais oublier, derrière bon nombre de plantes se cachent le diable et son contraire... Le genévrier aurait dit-on, caché Marie et Jésus lors de leur fuite d'Égypte. La vesce et le genêt à balai ainsi que le lin ont refusé de l'aider. La mère de l'enfant a épargné le lin en l'ignorant et a fait en sorte que l'on entende éclater les graines qui jaillissent des gousses de la vesce et du genêt. C'est depuis ce temps là que ces plantes pètent au soleil... L'aubépine dont les fleurs sentent l'urine entre dans l'histoire également. Marie faisait sécher les langes de l'enfant sur ses branches en fleur...

La véritable histoire est païenne et ne ressemble pas à celle là en ce qui concerne l'aubépine. Mais les ardents défenseurs du christianisme ont tout fait pour assoir leurs idées sur les croyances

païennes afin qu'elles passent aux oubliettes. Je vous conterai l'autre version au printemps.

Après un p'tit conte en musique, une cueillette de bolets oranges et de bolets rudes, nous avons trouvé l'épiaire « ortie puante ». C'est vrai que les feuilles froissées puent. Mais il faut insister pour découvrir ses senteurs cachées de champignon. Un petit roux, une fricassée de feuilles façon épinards, des pâtes et le tour est joué, histoire de faire la nique aux ramasseurs de champignons qui nous en mettent plein la vue un jour pareil !

L'eupatoire à feuilles de chanvre dont son nom provient d'un roi qui a vécu 200 ans avant J.C. dans un doux pays méditerranéen et qui a voulu en absorbant régulièrement des plantes toxiques à petites doses, s'immuniser des poisons que ses ennemis éventuels auraient pu lui faire avaler mine de rien. Ce roi a donné son nom à cette belle plante dont les vertues sont reconnues pour soigner les bronches.

Le cornouiller mâle, ses fruits rouges et son chutney dont voici la recette :

Tirée du livre de Hugues de Bonardi chez Mercure de France 1977. « Trois cents recettes de cuisine écologique »

Chutney de cornouilles

Préparation 10 minutes. Cuisson 35 minutes.

Pour un kilo de cornouilles, 3 pommes, 3 dl de vin rouge corsé, un kilo de sucre roux, une gousse d'ail, cent grammes de raisins de Smyrne, un verre à moutarde de vinaigre, une cuillerée à café de gingembre, une cuillerée à café de muscade, une cuillerée à café de sel.

Mettez les cornouilles et le vin dans votre bassine à confiture, portez à ébullition, ajoutez pommes coupées en dés, raisins de Smyrne, sucre, ail coupé en morceaux, vinaigre, gingembre, muscade et sel. Faites cuire trente minutes en remuant. Mettez en pot. Se conserve très bien.

Il n'y a plus qu'à trouver les cornouillers... Profitez-en pour vous tailler un bâton de pèlerin dur et incassable dans une de ses branches.

La carotte sauvage que certains promeneurs ont observé en ma présence avant l'arrivée dans le village. L'ombrelle forme un petit nid sans pétales où les graines finissent de mûrir. Jetez les graines sur vos salades de fruits et éclatez les entre vos dents (goût de poire William, paraît-il)...

J'ai sûrement oublié quelques plantes dont nous avons évoqué les vertus. De même qu'il y en avait d'autres à découvrir mais le temps passe trop vite, à la revoyure si le cœur vous en dit pour d'autres instruments de musique, d'autres contes et saveurs pour le palais...

L'eau de bouleau que vous avez dégustée au retour, a été prélevée au printemps dans nos bois. Si vous voulez en savoir plus sur cette originalité et rejoindre les buveurs d'eau de bouleau, allez donc sur internet et tapez « eau de bouleau », allez au boulot...