



La Liett

... d'information

Bulletin d'information N°3

Juillet - Août 2012

Des boissons selon les occasions

L'été est la période idéale pour la cueillette. Bien sûr on mange les fruits nature, mais il est intéressant de voir toute la diversité des usages transformant la plante en une boisson qui sera consommée en des circonstances particulières.

Le café des fossés

On connaît bien sûr la chicorée (*Cichorium intybus*) dont les racines grillées fournissent une infusion proche du café. Mais on ne soupçonne pas une autre plante sauvage d'avoir des propriétés similaires : le gaillet gratteron (*Galium aparine*).

Cette plante très commune dans notre région et qui apparaît au printemps, recouvrant fossés et bords de chemins, appartient à la même famille que le café : les Rubiacées. Sa tige et ses fruits collants viennent s'agripper aux vêtements de celui ou celle qui la frôle.

On nous rapporte que les fruits une fois cueillis pouvaient être grillés et moulus pour obtenir un très bon succédané de café.

Néanmoins si la recette est simple et la plante abondante, la cueillette de fruits de si petite taille se révèle par de multiples aspects rébarbative, ce qui peut expliquer que l'usage soit tombé en désuétude.

Informations recueillies en balade ethnobotanique à Nouvoitou (juin 2012)

*Chicorée
en fleur*





Le gaillet grateron

Galium aparine

Plante très accrochante à tige quadrangulaire longue de 30 cm à 1 m, garnie sur les angles de petits aiguillons qui lui permettent de s'agripper.

Ses feuilles sont verticillées par 6 à 9, hérissées de petits aiguillons en dessous.

Ses fleurs sont blanchâtres en inflorescence partant de l'aisselle des feuilles et les dépassant longuement. Elle porte de gros fruits par deux, de 4 à 7 mm, hérissés de poils crochus.

Du cidre avec du frêne ?

Si le cidre s'impose comme la boisson de table en Bretagne il en existe d'autres, moins connues de nos jours, mais qui méritent que l'on s'y attarde.

Connaissez-vous la frênette ? C'est une boisson faite à base de feuilles de frêne, de chicorée, de sucre et de levure de bière. Elle se prépare en été lorsque les feuilles sont belles.

Les recettes varient selon les personnes et les endroits. Sachez qu'une fois les ingrédients réunis, il faut patienter environ un mois avant que la fermentation ait affiné le breuvage. Le résultat est assez semblable au cidre de par son pétillant, sa couleur et sa légère teneur en alcool.

Les années où la récolte de pomme était faible, la frênette se substituait volontiers au cidre.

Le Rheu (35), causerie, 04/02/12

*Feuille
de frêne*



Le saviez-vous ?



Le sureau noir (*Sambucus nigra* L.) est un arbre qui a longtemps été considéré dans notre région comme toxique. La méfiance à son égard est très variable selon les pays. Proviennent-elle des graines légèrement toxiques ? Proviennent-elle des singularités biologiques de l'arbuste qui en font un végétal étrange et inclassable (tiges creuses, branches très cassantes, mauvais bois de feu, parfum douteux des feuilles pour certains, inflorescences en ombelles comparables à celles de plantes herbacées...) ?

Rappelons que, dans la Bible, Judas fût pendu aux branches d'un sureau. Nombre de pratiques magico-religieuses accompagnent cette plante partout en Europe. Les populations des pays nordiques et germaniques sont familières des bénéfices de l'arbuste et des richesses dont recèlent les fruits, fleurs et feuilles.

Aujourd'hui, la préparation de confiture à base de baies cuites est partout très répandue. La confection de limonade naturelle avec les fleurs rencontre un succès. «Très branché» ! Gare aux graines et aux feuilles du sureau qui contiennent en petite quantité l'acide cyanhydrique, précurseur du cyanure, responsable notamment de l'odeur parfumée de l'amande.



Contactez La Liett

Email: assoliett@gmail.com

<http://liett.blog.free.fr>