

🕒 23.05.2016, 00:01

Cette humble «mauvaise herbe»...



Ici tout au début de la balade: Monique Imbert détaille les mille et une qualités du pissenlit, fleurs, feuilles et racines. Il est diurétique, d'où son nom. On peut en faire quantité de bonnes choses, y compris du miel. Ici tout au début de la balade: Monique Imbert détaille les mille et une qualités du pissenlit, fleurs, feuilles et racines. Il est diurétique, d'où son nom. On peut en faire quantité de bonnes choses, y compris du miel. CHRISTIAN GALLEY.

PAR CLAIRE-LISE DROZ

LA CORBATIÈRE LA CORBATIÈRE - Une balade enchantée autour des vertus des plantes sauvages.

«C'est la reine des plantes! S'il ne fallait en consommer qu'une seule, ce serait celle-là!» Hier matin dans les pâturages de la Corbatière, Monique Imbert s'arrête au bord d'un parterre... d'orties. «Elle est bonne à tout faire!» De la soupe, des raviolis, de la tisane, du shampoing. Même des vêtements. «Et elle contient tout!» minéraux, vitamines, protéines, acides aminés... Evidemment, il faut la cueillir. «Moi j'y vais avec des gants de vaisselle». Un jeune participant: «Mais on peut aussi la manger comme ça, en roulant les feuilles...»

C'était un moment magique, cette matinée au bord du ruisseau, les pieds dans l'herbe. Le programme de la Fête de la nature proposait une initiation aux plantes sauvages comestibles et médicinales. L'engouement a été tel que la responsable, Monique Imbert, a fini par boucler son téléphone! Le nombre de participants était limité à dix (ils venaient tous du Bas, sauf un jeune couple du Val-de-Ruz), histoire de pouvoir chacun cueillir, tâter, sentir, goûter.

Monique Imbert n'est ni biologiste, ni botaniste. Elle s'est formée notamment avec Françoise Marmy, épouse de François Couplan, le grand spécialiste des plantes sauvages, et ce qui la fait bouger, c'est son amour de la nature, «c'est ce que j'essaie de transmettre», partant du principe que «ce qu'on connaît, on le respecte».

Donc, ce n'était pas un cours de nomenclature latine que les participants se sont vus infliger, mais une (re)découverte de ces humbles plantes des pâturages de chez nous qui sont tellement précieuses.

Mais d'abord, les conseils de base. Et la règle d'or: *«Ne cueillez que ce que vous êtes absolument sûrs de connaître! Sinon, abstenez-vous»*. Car une plante toxique peut être vraiment méchante, voire mortelle. Gare aussi aux plantes protégées, aux plantes poussant au bord de la route ou des voies de chemin de fer, ou en terrain traité chimiquement, ou dans les champs purinés. En bref, *«tout cela limite pas mal...»*

Ah, cette échinococcose...

Bien sûr, l'échinococcose (parasite généré par les crottes du renard et attaquant le foie de l'humain) a été mise sur le tapis. Remarques entendues: *«Les renards, il y en a partout! Alors il ne faudrait plus manger de crudités?»* *«Mais ils ne mettent pas des crottes partout...»* *«Finalement, on ne prend pas plus de risques qu'en mangeant des plantes pleines de pesticides»*. *«On vit dans une société qui veut le risque zéro»*.

Cela n'a pas empêché la petite troupe de goûter à l'oseille sauvage ou au serpolet.

L'humour et la verve de Monique Imbert faisaient merveille. Ainsi que son goût pour la bonne cuisine!

Elle nous faisait saliver en évoquant ces gratins, tartes, salades et soupes, le «vin de mai» avec de l'aspérule odorante, les crèmes parfumées à la reine-des-prés, ou bien le tzatziki avec la petite pimprenelle au goût de concombre.

Radical contre les piqûres de guêpe

Mais surtout, ces plantes sont pleines de vertus. Exemple: le plantain, *«qui échappe à la tondeuse à gazon parce qu'il est tout plat»*. Très utile comme petite pharmacie d'urgence. *«Il est très bon contre les piqûres. Vous prenez une feuille, vous mâchouillez, vous mettez cela comme un cataplasme sur la piqûre, il va extraire le venin. J'ai fait cela sur une piqûre de guêpe, c'est passé à une vitesse impressionnante!»*

Ou bien l'achillée millefeuille, dite aussi «l'herbe au soldat», qui a la propriété de stopper les saignements, y compris les saignements de nez.

On aurait pu passer des heures sous le soleil à découvrir les vertus de ces humbles petites plantes qu'on piétine sans y penser. Pour un peu, on se serait mis à marcher sur la pointe des pieds...

INFO +

Plus de renseignements sur:

Monique Imbert, animations nature, Les Bois; info@couleursnature.ch

www.couleursnature.ch