

## PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES – 22 mai 2016

Entre 30 et 40 personnes ont assisté, dans la salle prêtée par le Centre social, à la conférence de Mme Véronique Duclos, membre de l'association « les Simples aux Liens » et responsable de la formation aux plantes à parfum, plantes aromatiques et médicinales à usage artisanal ou industriel au Centre de formation pour adultes de Marmillat dans le Puy de Dôme.



Les plantes sauvages ont été présentées chronologiquement par rapport à leur apparition sur la Terre puis classées par saison. Au printemps, les plantes sauvages ont souvent des qualités dépuratives, en été, elles sont plutôt émolientes, en automne elles sont tonifiantes et en hiver échauffantes. Les comestibles étaient montrées à chaque saison, il ne restait qu'à les trouver pendant la sortie...

Les averses tombées pendant la conférence se sont un peu calmées et c'est deux groupes d'une quinzaine de participants armés de bottes, imperméables, chapeaux ou parapluie, paniers, ciseaux, couteaux et gants, qui ont suivi leurs guides jusqu'au chemin des Godignons. Le deuxième guide était Mme Martine Faure, formée aux plantes médicinales et habitante de Meaulne.

La cueillette s'avéra abondante et les questions et explications ne manquaient pas dans les deux groupes.

De retour au Centre social, les plantes ont été réparties sur les tables



et les préparations culinaires ont pu commencer, partagées par de nombreux participants.

Ensuite, dégustation...





D'abord infusions d'orties et de menthe sauvage, puis sommités de plantain au goût de champignon, morceaux de tiges de berce (la rhubarbe du pauvre), sommités de camomille au goût d'ananas, feuilles de pimprenelles, puis tartines de serpolet, d'ail des ours, d'achillée et pesto d'ortie à l'ail et au parmesan. Les macérâts d'ortie et de mélisse apportés par l'intervenante ont fourni des boissons froides désaltérantes.

Une belle journée malgré la pluie, enrichissante grâce à Véronique Duclos et Martine Faure.