

Quelques textes à propos des plantes rencontrées à Labeaume « Conter Fleurettes » 12 avril 2025

La Bardane

En France, un aliment et médicament méconnu

Toutes les fois que je goutte la racine de bardane, je suis étonné de ne pas la rencontrer plus souvent dans les cuisines que dans les pharmacies. Elle peut s'apprêter de même que celle de la scorzonère, tandis que les jeunes pousses cueillies au printemps, se mangent comme des artichauts, les cardons et les asperges ! **Chaumeton, flore médicale, 1830**

Au Japon : la recette du Kinpira Gobo (きんぴらごぼう)

Le Kinpira gobo est un plat dans lequel la bardane, et la carotte sont coupés en julienne, puis sautés avec une sauce à base de sauce soja, vin de riz et sucre.

La légende voudrait que ce célèbre plat s'inspire d'une forme de théâtre de marionnettes populaire pendant la période Edo (1600) le Kinpira Jorura.

Le personnage principal de ce conte « Kinpira Sakata » était un personnage fort et courageux. Certains expliquent que la texture de la racine de bardane rappelle la force de « Sakata Kinpira », d'où les « Kinpira gobo », d'autres expliquent que la racine de bardane étant considérée comme un ingrédient énergisant et excellent pour la santé, on croyait que celui qui mange du Kinpira gobo deviendra fort comme Kinpira Sakata.

Ingrédients :

- 1 racine de gobo / bardane (env 270 g)
- 1/3 de carotte
- 1/2 cuil à soupe d'huile de sésame grillé*
- 1 cuil à soupe de sucre
- 1 cuil à soupe de saké
- 1 cuil à soupe de mirin
- 1/2 cuil à soupe de sauce soja
- 1 cuil à café de sésame grillé

Préparation :

- Gratter la racine de bardane, la laver et la couper en biseau en fines tranches. Couper ensuite les tranches en julienne.
- Réserver dans un bol d'eau froide.
- Éplucher, laver, couper en biseau le morceau de carotte, puis en julienne.
- Préparer les ingrédients d'assaisonnement dans un petit bol : sucre, saké, mirin et sauce soja.
- Faire chauffer une poêle, et y mettre l'huile de sésame.
- Faire revenir sans les brûler, la julienne de bardane et de carotte, jusqu'elle soit tendre.
- Puis arroser avec la sauce, et laisser cuire et évaporer. Ajouter enfin les graines de sésames en fin de cuisson.

La Laitue

Voici comment elle est vantée dans un carnet manuscrit de recettes médicinales datant du XVIII^e siècle, trouvé à Barre des Cévennes :

Sy vous appliquez la laitue, la feuille sur le front d'un fébricitant cela le fera dormir. La graine de laitue broyée, le boire arrête la porte de la semence génitale... Très utile à ceux qui sont tourmentés de songes et d'imaginations vénériennes la laitue amortit le feu de la concupiscence.

La Ruine de Rome

Extrait de « J'ai vu une fleur sauvage, l'herbier de Malicorne », Hubert Reeves, Seuil, 2017

Les vieux murs de pierre de Malicorne sont couverts d'une attendrissante petite plante avec une fleur bicolore mauve et jaune, nommée Linaire cymbalaire ou cymbalaire des murs. Elle porte aussi le nom de Ruine-de-Rome, ce qui laisse deviner son efficacité à escalader les pierres érigées et à couvrir d'immenses surfaces.

À propos de ce nom, je me suis souvent demandé si l'on n'avait pas inversé la cause et l'effet. Cette appellation laisse supposer que cette plante serait responsable des détériorations des bâtiments romains abandonnés à eux-mêmes après la chute de l'Empire. Mais l'allure si peu destructrice de cette fleur délicate me suggère plutôt que c'est l'état d'abandon des vénérables murailles qui a favorisé leur envahissement végétal. Initialement elle fleurissait les falaises et a profité des constructions humaines pour s'y installer aussi.

On comprend comment le vent dissémine les graines sur les surfaces horizontales des champs, des prairies et de nos jardins, mais comment font-elles l'ascension de nos murs verticaux ? Je me suis penché pour voir de près la technique d'escalade de la Linaire cymbalaire. Ses fleurs d'un violet teinté de fines lignes jaunes sont portées par des tiges très souples et très flexibles de quelques centimètres de longueur. À la fin de la floraison, la fleur se transforme en un fruit, une petite capsule globuleuse et visqueuse qui se balance au bout de son pédoncule recourbé. Au gré des vents, le petit balancier ainsi formé oscille de gauche à droite et finit par toucher le mur en un endroit propice. La petite boule s'introduit dans un interstice, s'y installe, et ainsi se développe une nouvelle plante engendrant une nouvelle floraison.

Saule : Blinda la féconde (conte de Lithuanie)

Il y avait autrefois une jeune fille nommée Blinda, douée d'une excessive fécondité. Non seulement elle se reproduisait par les voies naturelles, mais des enfants lui venaient aussi par les pieds, par les mains, la tête, les oreilles... Elle enfantait en marchant, en parlant, en respirant, en un mot, en accomplissant tous les actes de la vie.

On peut se figurer la nombreuse progéniture qu'elle dut avoir !

La Terre, la plus féconde des mères, finit par lui envier cette puissance reproductive. Un jour que Blinda marchait au bord d'une rivière, ses pieds furent pris dans le sol et se hérissèrent de fines et tortueuses racines. C'est ainsi que l'infortunée mortelle fut changée en saule, et le saule hérita de son nom et de sa fécondité.

Source : *Livre des pèlerins polonais, 1845 Oeuvres poétiques complètes de Adam Mickiewicz*

La Férule

Ses fortes tiges ne doivent pas faire illusion : elles sont si creuses que les marins grecs les utilisaient pour allumer leurs pipes. Les esclaves les cueillaient à la veille de la fête de Dyonisos, ils coupaient les tiges et plaçaient au sommet de chacune une pomme de pin : ces bâtons, appelés thyrses, étaient alors brandis par les Ménades qui escortaient de leurs danses bachiques le char du Dieu. [...] La seule raison qui avait fait choisir au Dieu la grande férule comme fleur du culte était la fragilité relative de sa tige. Aux grandes dyonisies, chacun était libre de boire, de chanter et de danser, les esclaves comme les maîtres : c'était la fête la plus démocratique de toute la Grèce. Le dieu Dyonisos n'était ni raciste, ni élitiste [...] Mais il n'aimait pas le désordre destructeur, celui qui conduit au trouble. Que les esclaves eussent de vrais bâtons pour frapper les maîtres une fois ivres lui paraissait dangereux. En distribuant les tiges de grande férule, tout risque était éliminé : le bâton se brisait à la moindre querelle, dans l'éclat de rire des Ménades. [...] La grande férule frappait pour rire. Elle ne faisait peur à personne. Ainsi l'avait voulu le dieu des ivrognes.

Extrait de *"Petite histoire des fleurs de l'histoire", Pierre Miquel, 1997, Albin Michel*

La monnaie du Pape, ou Lunaire, Esprit de la nuit...

« L'herbe communément nommée Lunaire, que aucuns appellent l'estoile de terre, qui porte sa semence en une petite graine ronde, s'ouvre de nuict & reçoit tellement les rayons de la lune qu'il semble que ce soit une étoile luisante. Les habitants des lieux où telle herbe se trouve, voyans cette clarté la fuyent, estimans que ce soit un fantome dangereux »

Jean Wier*, « Histoires, disputes et discours des illusions et impostures des diables, des magiciens infâmes, sorcières et empoisonneurs », 1579.

**Médecin de la Renaissance, célèbre pour avoir lutté contre la chasse aux sorcières*

... et bouclier contre magie noire

Une branche de monnaie du Pape avec les silicules sèches et luisantes permettait de protéger les personnes qui ouvraient le livre de magie noire "Le grand Albert" contre la libération de tous les sorts qu'il contenait.

[Ce célèbre livre de magie populaire, écrit en latin, a été commencé vers 1245, a reçu sa forme définitive vers 1580, et son édition française classique date de 1703]

Un tel livre avait la dangereuse réputation de libérer tous les sorts pour lesquels il avait été utilisé, lorsque ce n'était pas son propriétaire qui le consultait.

Heureusement la monnaie du Pape était sensée permettre d'éviter la projection et l'utilisation des sorts en magie noire.

De l'herbe appelée Pariétaire & des remèdes qu'on en peut tirer.

Extrait du Jardin Médicinal, d'Antoine Mizault, 1578

Cette herbe a pris son nom de Pariétaire des parois ou murailles où elle croît le plus souvent, encore qu'on en trouve bien aussi près des haies & parmi les vignes.

D'autres la nomment Perdicium, parce que les perdrix en sont fort friandes & se vautrent volontiers sur elle.

Elle s'appelle pareillement Urceolaris ou Vitreola parce qu'elle est fort propre pour nettoyer les cruches & verres.[...]

Tant l'herbe que le suc, enduit ou gargarisé, profite grandement aux maladies du gosier & distillé dans les oreilles enflammées avec de l'huile rosat, les soulage fort & bien souvent les termine du tout.

Elle a aussi une faculté détersive, comme on le peut aisément observer sur les pots de verre qu'elle nettoie si bien [...]

Au reste j'ai appris par l'expérience, et d'autres l'ont vérifié, que la Pariétaire verte pillée avec du pain, de l'huile de Lis, de l'huile Rosat ou de Camomille, & un peu chauffée, sert grandement aux tumeurs des mamelles des femmes.

Sophie Lemonnier "En compagnie des plantes"

Saint-Laurent-de-Trèves - 48400 Cans et Cévennes - 04 66 45 25 10 - 06 23 80 278 45

sophie.lemonnier48@yahoo.fr