

ÉTÉ 2023, NUMÉRO 20

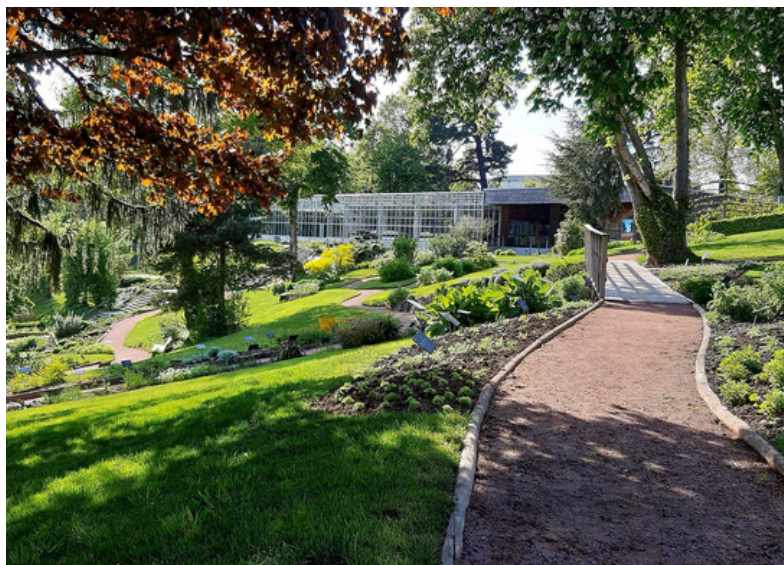


Photo 1 - Le Jardin Camifolia en juin 2022

LE MOT DU PRÉSIDENT

Une trentaine d'adhérents étaient présents le 27 février dernier, au Jardin Camifolia, pour la 26e Assemblée Générale des Amis du Jardin Camifolia. Cette belle assemblée témoigne de la bonne santé de l'association. C'est aussi le constat que j'ai exprimé dans mon rapport moral. En effet, après une période difficile due au Covid, nous avons quelques inquiétudes sur le redémarrage de nos activités. Le constat est là : les adhésions sont reparties à la hausse avec des adhérents rayonnants sur un plus large territoire. Nos activités proposées dans le programme 2022 ont connu une fréquentation remarquable, jamais si forte ; enfin notre engagement auprès du Jardin Camifolia a été pleinement assuré tant au niveau du bénévolat qu'au niveau de nos participations au groupe du travail du Jardin (Colline des senteurs et accessibilité aux handicaps notamment). Je souligne que cet excellent résultat est dû à l'implication et au travail complémentaire de tous les membres du Conseil d'administration. Dans cette dynamique, nous avons abordé 2023. Un nouveau programme, encore alléchant, a été concocté.

Enfin, enfin... cette Assemblée générale marque la 12e année de ma présidence. Je pense que le temps est arrivé d'effectuer un retrait en douceur. En effet, outre le souhait de se libérer d'une charge mentale inhérente à toute présidence, il est venu le temps de laisser à d'autres de conduire notre projet associatif, à savoir : permettre aux amoureux de la plante, de tout bord, d'approfondir leurs connaissances et de développer encore la notoriété du Jardin Camifolia. Le Jardin Camifolia depuis sa création a beaucoup évolué et c'est une chance. Une nouvelle équipe vient de prendre les rênes et elle apporte déjà une impulsion nouvelle. Du côté des Amis du Jardin Camifolia, là aussi le contexte change, après avoir consacré notre énergie à la création et au suivi du développement du jardin, vient le temps de répondre encore plus à la demande de nos adhérents dans le domaine de la botanique et des usages des plantes. Dans ce contexte, c'est le bon moment pour moi de passer le témoin, tout en restant bien sûr dans l'équipe.

AU SOMMAIRE

SORTIES DES AMIS

NOUVELLES DE L'ASSOCIATION

NOUVELLES DU JARDIN

LA PLANTE DU MOIS

L'ANTRE DE L'HERBORISTE

LE COIN DU JARDINIER

AUPRÈS DE MON ARBRE

LES PLANTES ET L'ART

LE COIN DES ADHÉRENTS

ANNEXES



Photo 2 - Nouveau livre de B. Paquereau, présenté en fin de numéro

Sortie des Amis



Photo 3 - Visite de Spiruline Angevine chez Florence de la Bastille

Visite "Delaubio" chez Fabien, Émilien et Jean-Luc Delaunay au Pontreau à Chemillé en Anjou (49120) Delaunay au Pontreau à Chemillé en Anjou (49120)

Après avoir visité l'entreprise Spiruline Angevine au mois d'avril (voir article plus bas), c'est à Chemillé-en-Anjou, qu'une vingtaine de membres de l'association des Amis du jardin Camifolia se sont retrouvés, par un dimanche matin de mai, pour visiter une exploitation productrice de plantes médicinales.

Fabien Delaunay, un des trois associés avec ses deux frères Émilien et Jean-Luc, a débuté la visite en rappelant l'origine des deux structures : l'Earl des quatre saisons créée par Émile leur père dans les années 90 et l'Earl Delaubio créée en 2016 par les enfants d'Émile.

Sur environ 45 ha, une trentaine de plantes de beauté santé et bien-être sont cultivées en agriculture biologique et en reconversion. C'est ainsi que 40 à 60 tonnes de plantes sèches sont produites chaque année sur l'exploitation. Les plantes sont ensuite expédiées dans des entreprises de transformation locales ou à l'exportation. Les soins pour les animaux (ex. : tanaïsie), les compléments alimentaires (ex. : chardon Marie), la cosmétique (ex. : souci officinal) ou la phytothérapie (ex. : ballote fétide) en sont les principaux débouchés.

Toute l'activité de l'exploitation est tournée vers des techniques innovantes respectueuses des sols et de l'environnement comme par exemple dans la lutte contre les adventices par occultation des sols en hiver, désherbage mécanique et écopâturage avec quelques ovins et pépinières sur carton et terreau.

Après avoir visité les installations de séchage et quelques parcelles de culture, dont la plus ancienne plantée en reine-des-prés, les Amis du Jardin se sont retrouvés pour une présentation des différentes infusions, élaborées au sein de l'association des petits producteurs de plantes médicinales et aromatiques du Maine-et-Loire, Pam Bio d'Anjou.

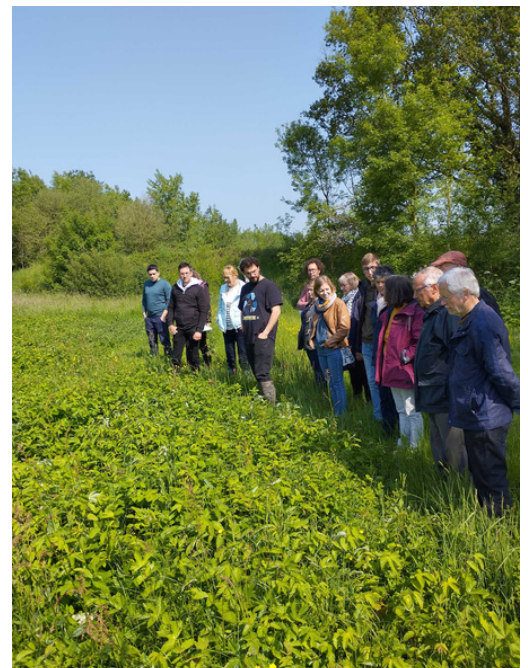


Photo 4 - Les Amis du Jardin en face de la parcelle de reine-des-prés

Nouvelles de l'Association



Photo 5 - Fresque du stand des Amis du Jardin au 1er mai à Camifolia

Visite de "Spiruline d'Anjou"

Pour notre première visite de structure en 2023, nous avons innové. En effet, ce n'est pas une exploitation agricole de plantes médicinales, ni une entreprise d'herboristerie, mais une exploitation aquacole. Ainsi, le dimanche 23 avril dernier, nous fûmes une quinzaine d'adhérents à être accueillis par **Florence de la Bastille**, à "La Prée", sur la commune de Brain-sur-Longuenée pour découvrir son entreprise : **Spiruline d'Anjou**.

Florence nous expose son parcours : après avoir travaillé plusieurs années comme scientifique sur la microbiologie, elle se forme pendant 1 an sur l'aquaculture. En **2019**, elle crée son entreprise, d'abord sur Tiercé en semi-activité, puis elle s'installe sur La Prée, à temps complet.

Là, dans une grande serre, nous découvrons deux bassins de 155 m² chacun, haut d'une cinquantaine de centimètres. Deux autres sont en cours de construction pour être prochainement fonctionnels. Dans ces bassins, la spiruline(*) est élevée dans de l'eau continuellement et doucement agitée, à la salinité et la teneur en micronutriments savamment dosées.

Quand l'eau atteint **20°**, **mieux 35°**, l'algue se multiplie et elle est récoltée quotidiennement. D'abord présente sous forme de pâte, elle est apportée au laboratoire pour séchage et transformation vers le produit final : en paillettes ou comprimés.

Nous avons tous été impressionnés par l'esprit d'entreprise de Florence et son courage. Travaillant seule, tous ses jours sont pris par la récolte ou la commercialisation de ses différents produits.

(*) La spiruline, mais il existe plusieurs spirulines, est une cyanobactérie, un procaryote photosynthétique improprement appelé « algues bleues », qui croît des eaux chaudes, peu profondes et saumâtres, de la ceinture intertropicale.

Les Amis du Jardin Camifolia au Marché aux plantes du 1er mai

Retour sur cette journée : d'abord un grand remerciement aux **17 membres de l'association** qui ont discrètement et efficacement contribué au succès de cette nouvelle édition du Marché aux Plantes du Jardin Camifolia (entre 5 500 et 6 000 visiteurs). Une nouvelle fois, les Amis du Jardin ont répondu présent. Notre stand a eu un vif succès, en particulier auprès des enfants qui se sont réjouis du jeu de l'oie ludique, du memory, ainsi que de la fresque de collage (voir photo n°5 plus haut - superbe !). Bravo aux concepteurs des jeux et au préparateur des petits pots de menthe pour les gagnants.

Pour l'année prochaine, afin de donner une meilleure visibilité de nos activités aux visiteurs, nous avons pensé concevoir un **panneau composé de photos** prises lors de nos visites ou autres animations, ainsi que de disposer d'un **tableau**, format A3, **listant nos activités de l'année 2024**.

Projet d'investissement dans du matériel de visioconférence

Notre association évolue. Depuis quelques années, nous constatons que la **répartition géographique de nos adhérents s'élargit**, et couvre de plus en plus l'ensemble du département. C'est une très bonne chose. Mais il faut tenir compte de cette nouvelle donne, si nous souhaitons permettre à tous de s'impliquer dans la gestion de l'association et participer aux échanges. Pour cela, nous avons inscrit dans le projet de budget 2023, une ligne pour l'acquisition de matériel de visioconférence. Actuellement, nous réfléchissons au meilleur dispositif pour un coût compatible avec notre budget. D'ailleurs, nous envisageons de nous faire aider financièrement pour réaliser ce projet.

Projet Centre de Formation

Depuis notre dernier Brin d'herbe, notre projet de création d'une **École des plantes médicinales et de phytothérapie** au Jardin Camifolia suit son cours. Le nouveau groupe de travail s'est réuni deux fois en visioconférence. Ces réunions ont permis d'affiner et de valider notre lettre d'intention et de dresser une liste des acteurs économiques et organismes de la filière PPAM, pour les rencontrer individuellement et échanger sur notre projet.

Le 20 avril dernier, devant l'**Assemblée Générale de Phytolia**, Paul GICQUIAUD a fait part du projet. Celui-ci a reçu une écoute attentive. Il a bien été précisé que ce projet était au stade initial, et nous avons rencontré les acteurs économiques et techniques de la filière durant la seconde quinzaine de mai. Ces entretiens vont pouvoir préciser notre projet. D'ores et déjà, une réunion plénière est programmée, avec tous ceux qui seront prêts à nous accompagner dans ce projet. Cette rencontre aura lieu le **5 juillet prochain à 19 h** au Jardin Camifolia.

Agenda à venir

Voici les prochaines dates de nos sorties. Pour rappel, l'agenda est disponible sur notre site web.

Samedi 24 juin La journée	Sortie annuelle	Visite Jardin Mandala Et musée des vieilles voitures	Saint Laurent Du Mottay
Dimanche 25 juin Le matin	Reconnaissance Des plantes in situ	Herborisation sous la conduite Sylvie Desgranges – Anjou Bota	Gennes /Loire
Vendredi 29 septembre À partir de 18 h 30	Soirée adhérents	Soirée adhérents	Jardin Camifolia
Date en fonction De la météo	Reconnaissance Des champignons	Sortie mycologique Sous la conduite par Jean-Claude Chasle	À déterminer
En octobre ou novembre Une après midi	Rafraîchir ses connaissances en botanique	Rappels de botanique Par Paul Gicquiaud	Jardin Camifolia (à confirmer)

Nouvelles de la filière

Inauguration Nor-Feed à Chemillé

Peut-être que **Nor-Feed** n'est pas très connu des chemillois et autres, mais c'est une importante société, fournissant le marché national et aussi l'international, et spécialisée dans les ingrédients alimentaires pour l'alimentation animale. Le siège est situé à **Beaucouzé** et elle vient de créer une nouvelle **usine à Chemillé**. L'inauguration a eu lieu le 7 septembre dernier. Je vous invite à la découvrir en suivant le lien, et surtout à visionner la vidéo :

<https://www.norfeed.net/actualites/nor-feed-inaugure-une-nouvelle-usine-en-france/>

Nouvelles du Jardin Camifolia

Réouverture du jardin et début de saison 2023

Un début de saison riche au jardin Camifolia : grande réussite pour le marché aux plantes le 1er mai dernier, et surtout de très beaux week-end ensoleillés qui ont garni les allées du jardin tout au long de ce mois de mai. Les activités pédagogiques battent leur plein avec les nouvelles animations créées par l'équipe, autour du potager pédagogique et du monde des arbres.

Le réaménagement de la colline aux senteurs quant à lui se précise : 6 entreprises ont répondu à l'appel d'offre et le choix doit s'effectuer fin juin. Début des travaux dès la fermeture du jardin : début novembre.



Photo 6 - Spectacle "Les herbes folles" de la Cie 4 à corps, lors des Rendez-vous au Jardin

Les Rendez-vous au Jardin

Cette année encore, Camifolia a ouvert ses portes pour les Rendez-vous au Jardin, et le soleil était magnifique.

Les visiteurs, peu nombreux au vu du nombre de manifestations prévues dans la région, et de la fête des mères, sont répartis enchantés de toutes les activités qui leur ont été proposées sur le thème de "La musique au jardin".

Les enfants et leurs parents ont pu s'initier à la grimpe d'arbres avec l'association Anjou Grimpe, ce qui a ravi les petits et les grands.

Ils ont ensuite découvert la distillation des huiles essentielles avec Lucas, puis ont appris avec Horizon Bocage (qui animait un atelier autour de la ruche pédagogique), comment les abeilles transformaient le pollen des fleurs en miel. S'en est alors suivie une dégustation qui les a régales de douceur.

Avec l'atelier cyanotype, animé par Eléonore et Marlène, les enfants ont offert à leur maman de jolis dessins fait avec les ombres de fleurs, feuilles et tiges. Ce procédé photographique monochrome, permet d'obtenir un tirage en couleur bleu de Prusse. Inventé en Angleterre au 19e siècle, il nécessite quelques ingrédients chimiques et de la créativité, afin d'offrir de magnifiques représentations de plantes.

En famille, ils ont ensuite visité la graineterie, laboratoire du jardinier botaniste, qui a dû susciter des vocations.

Pour clôturer la journée, la Cie des Herbes Folles nous a emmenés dans leur univers avec son spectacle qui mêlait astucieusement danse et musique, dans le théâtre de verdure.

En partant, un petit passage au jardin gourmand était le bienvenu.

La plante du mois : la reine, des prés, ou des eaux

Plante bien connue de notre région et de notre pharmacopée, la reine-des-prés recèle bien des trésors. Au-delà du célèbre salicylate de méthyle, partons à la rencontre de cette dame aux pieds humides, et à la couronne fleurie.

Un peu de latin

La plante est nommée en latin *Filipendula ulmaria* L. On peut aisément comprendre le nom du genre, dérivé du latin *filum* - fil, et de *pendulus* - pendants. Mais ce ne sont pas ces fleurs qui sont là décrites, mais ses racines qui présentent de minces filaments raccrochés aux tubercules.

Son nom d'espèce, est, lui, un peu moins évident. Il dérive du latin *ulmus* - orme, et on peut ainsi se demander ce que la plante possède en commun avec cet arbre. Outre son affinité avec l'humidité, ce sont surtout ses feuilles qui sont ici ciblées. Les feuilles de l'orme sont, en effet, asymétriques, comme les folioles de notre amie.

Sa délicatesse florale, et la douceur de son parfum se retrouvent dans les noms qu'elle porte hors de nos frontières :

- Anglais : meadowsweet (litt. la douce prairie)
- Allemand : mädesüss (où l'on retrouve également la notion de douceur avec süß - sucré, doux)
- Italien : olmaria
- Portugais : filipêndula

Carte d'identité

Plante vivace de la famille des Rosacées de 1,20 m à 1,50 m de haut. Ses tiges se développent à partir d'une souche radicante, et présentent, sur les rameaux, une coloration rouge incarnat.

Les feuilles sont souvent recouvertes de poils sur la face inférieure, leur donnant un aspect blanchâtre. Le limbe est complètement divisé en 5 à 9 folioles, inégales, écartées et doublement dentées, les 3 supérieures confluent en une seule trilobée.

Comme de nombreuses Rosacées, elle présente des stipules, ici, demi-circulaires et dentées.

La plante fleurit de juillet à août suivant les régions. Les fleurs sont nombreuses et forment une grappe composée et irrégulière, ressemblant à un corymbe. La corolle est jaune pâle, crémeuse et odorante. Les fruits sont des akènes spiralés, pouvant faire penser à des pommes duchesses, pour nos amis gourmands.



Photo 7 - Reine-des-prés en fleurs, par Andreas Rockstein sur Flickr

L'inviter au jardin

L'habitat de la reine-des-prés correspond à des zones très humides, voire marécageuses. La plante peut donc valoriser des terrains présentant une hydromorphie pendant la saison hivernale. Cependant, elle croît très bien aussi dans un sol sain et profond.

Il est possible d'implanter la plante par semis en pépinière en février-mars suivi d'un repiquage en été.

- Nombre de graines au gramme : 1100 à 1300.
- Délai de levée : 3 semaines environ.
- Pourcentage de germination : 30 % environ.

La plante peut également être implantée par divisions de pieds mères prélevés à partir d'un gîte naturel ou d'une culture existante, au printemps ou en automne. Selon la grosseur, une souche peut donner 10 à 20 plants.

- Distances de plantation : 0,70 m à 0,80 m entre les rangs et 0,35 à 0,40 m sur le rang.

Il est recommandé d'effectuer un, voire plusieurs apports d'eau après la plantation.

Maladies & ravageurs

Pas de pathogènes signalés sur la reine-des-prés. Seul l'oidium, maladie cryptogamique rencontrée sur d'autres rosacées (rosiers), peut causer des dommages en fin de cycle de la plante. Pour éviter son apparition, on veillera à un arrosage au pied, et non foliaire, pour éviter l'humidité trop importante. Il sera également nécessaire d'espacer les plantations.



Photo 8 - Gros plan sur une feuille de reine-des-prés par Ingrid Nass

Si la plante est touchée, plusieurs solutions s'offrent à vous :

- Préparer une décoction de préle des champs (*Equisetum arvense* L.), à hauteur de 100 g par litre. Porter à ébullition 20 min à couvert, puis laisser refroidir. Diluer à 20 % avec de l'eau de pluie avant traitement sur les parties touchées.
- Diluer 10 cl de lait demi-écrémé dans 1 litre d'eau de pluie. Pulvériser sur les parties touchées, et renouveler tous les 15 jours jusqu'à disparition totale des symptômes.

Ces traitements doivent être appliqués par temps sec, sans vent et sans pluie.

Récolte, séchage & usages

Pour l'herboristerie, la plante est récoltée, à ras du sol, au moment de la pleine floraison, fin juillet-début août et fin septembre - début octobre. 2 coupes sont possibles par an. Il est conseillé d'irriguer après la coupe pour favoriser la reprise de végétation.

Après la récolte, la plante est tronçonnée en morceaux d'environ 5 cm puis séchée à une température de 40° C. Dans le cas d'une récolte pour la sommité fleurie, la plante est récoltée au niveau des premières fleurs puis séchée directement. À échelle familiale, on peut se contenter de ce type de récolte.

Pour obtenir des fleurs pures, il suffit de battre, après séchage les sommités fleuries.

Rendements : environ 2 à 3 tonnes de parties aériennes sèches par ha et 250 à 300 kg d'inflorescences sèches par ha.

Un peu de chimie

La plante contient :

- Huile essentielle en faible quantité (salicylate de méthyle, N-heptadécane, N-nonane, phytol...);
- Hétérosides phénoliques simples (monotroposide et spiraeine);
- Flavonoïdes (spiraéside, rutoside, hyperoside, isoquercitrine...);
- Ellagotanins (10 à 20 %) dont tellimagrandin et rugosine.

Les usages médicaux

La reine-des-prés possède de multiples usages :

- Ulcères et reflux gastriques (sa quantité de tanin peut la rendre délicate à consommer, aussi peut-on rajouter la guimauve ou de la matricaire)
- Anti-inflammatoire (douleurs articulaires, musculaires ou tendineuses chroniques)
- Diaphorétique (facilite la transpiration dans les cas de transpiration faible, avec agitation et rougeur)
- Astringente (gingivite, angine, colite, colopathie fonctionnelle)
- Diurétique, notamment dans les cas des douleurs articulaires (évacuation de l'acide urique)

Les contre-indications & interactions

La plante est déconseillée en cas de :

- Grossesse si asthme ;
- Augmente l'effet des plantes contenant du salicylate de méthyle (bouleau blanc et gaulthérie couchée) ;
- Allergie à l'aspirine ;
- Traitements anticoagulants ;
- Prendre loin de la prise de médicaments et des repas (la teneur en tanin interfère avec l'absorption de certaines substances).

On la déconseille également chez l'enfant à cause du risque de syndrome de Reye (rare mais grave, lié au salicylate).

L'antre de l'herboriste

Extrait de *Tisanes, remèdes et recettes d'autrefois* de Marie Delmas
et du site Althea Provence de Christophe Bernard

Formules pour tisanes

Arthrose, rhumatismes (plantes séchées) :

- 20 g de feuilles de cassis ;
- 25 g de feuilles de frêne ;
- 25 g de fleurs de reine-des-prés.

Mélanger de façon homogène dans un paquet, puis prendre 3 c. à s. par 1/2 litre d'eau. Infusion à couvert 10 min dans une eau à 85° C. Filtrer et prendre 1 tasse, 20 à 30 min. avant le repas.

Ulcères et reflux gastriques :

- 10 g de feuilles de plantain ;
- 10 g de feuilles de matricaire ;
- 10 g de fleurs de reine-des-prés.

Mélanger de façon homogène, puis faire infuser l'ensemble dans 1 litre d'eau à 85° C, pendant 10 min à couvert. Filtrer et boire, tiède, après le repas, par petites gorgées.

Gestion des fièvres :

- 10 g de fleurs de reine-des-prés ;
- 10 g de bractées de tilleul.



Photo 9 - Illustration de reine-des-prés
Otto Wilhelm Thomé (1885)

Mélanger les plantes, et faire infuser à couvert, dans une eau à 85° C, pendant 10 min. Boire chaud, le litre dans la journée, entre les repas.

Alcoolature de reine-des-prés

Sudorifique, diurétique et antirhumatisme, elle est employée en cas de rhumatismes, cellulite et artériosclérose. En prendre 1 à 2 c. à c. par jour. Ce dosage permet de suivre le traitement au long de l'année*.

- Fleurs fraîches de reine-des-prés : 50 g
- Alcool à 40° (eau-de-vie, rhum blanc, vodka) : 50 g

Faire macérer 12 heures et filtrer. Étiqueter, et stocker dans un endroit sec et à l'abri des écarts de température.

*Il est préférable de respecter des pauses tous les 2 à 3 mois, de 1 à 2 semaines, et de faire le point régulièrement avec un professionnel de santé.

Le coin du jardinier : L'été rime avec farniente ?

Conseils au fil du soleil

Juin

Normalement, les nuits ne devraient plus être fraîches, donc s'il reste des voiles de protection anti-froid, les enlever.

- **Semis** : basilic, amarantes, haricots, salade (qui supportent la chaleur), carottes
- **Plantations** : planter toutes les plantes qui sont encore en godets, pots ou barquettes. Planter les patates douces et les noyaux de fruits pour de futurs fruitiers (ex. : noyaux de cerises en godets et laisser dehors ou en pleine terre).

Beaucoup de noyaux ont besoin de subir un hiver pour que la dormance soit levée. C'est une astuce des arbres pour permettre aux jeunes de commencer leur vie au printemps dans les meilleures conditions possibles.

Tuteurer les tomates et les autres cultures.

Juillet

Si tout s'est bien passé, le potager est en pleine production. Juillet est l'occasion de faire le point sur ce qui n'a pas bien poussé avec les techniques de jardinage utilisées. Dans ce cas-là, dites vous que l'échec n'existe pas : c'est le point de départ de l'apprentissage.

Quelle que soit la quantité et la qualité des récoltes, il est temps de penser au potager d'automne et d'hiver.

- **Semis** : roquette, laitue, choux, haricots, navets, poireaux, radis, épinards, carottes, chicorées...

Pour avoir un potager d'automne productif, il est important de faire ses semis en juillet, car il peut s'avérer difficile de trouver des plans en automne.

Pensez aussi à récupérer les semences de tomates, laitues, courgettes (en laisser grossir dans ce cas).

- **Plantations** : les noyaux de fruitiers qui n'auront pas été mis en juin.

Même si les fruits ne sont pas exceptionnels, ils restent une ressource gratuite, et pourront faire l'objet de greffe plus tard.

- **Récoltes** : les courgettes, les laitues (en prélevant les feuilles ou en coupant le pied à la base, d'autres feuilles repousseront alors), les pommes de terre (ramassez les plus grosses, laissez les autres pousser).

Pailler et mulcher le jardin pour éviter une perte en eau trop importante. A cette période, c'est les moissons, donc l'arrivée de la paille !

Août

- **Semis** : choux, radis, épinards, navets, laitues, mâche, carottes, roquette, noyaux de fruitiers, engrais verts (moutarde, phacélie...).
- **Boutures** : kiwis, éléagnus et de nombreuses autres plantes à feuillage persistant.
- **Récolte des semences** : tomates, laitues, blettes, betteraves, panais, roquettes, choux, radis...



Photo 10 - L'arrosage à tout âge, par Filip Urban sur Unsplash

Faire face à la chaleur

Août est probablement la période où on récolte le plus nombre de légumes, mais c'est aussi une période critique pour la ressource en eau. Afin de limiter les pertes d'eau, nous miserons sur la couverture du sol, mais aussi sur les diffuseurs d'eau.

Concevoir un diffuseur d'eau :

Prendre un pot de fleurs en terre cuite. S'il est percé, mettre un bouchon de liège au fond, ou, pour plus de sécurité, un joint de silicone. L'enfouir dans le sol d'une zone de culture, ou dans une jardinière, et le remplir d'eau. Le pot va diffuser doucement l'humidité dans le sol, par capillarité. Vous pouvez laisser ouvert sur le dessus, afin de permettre aux abeilles et aux oiseaux de venir boire, mais pensez à mettre de petits supports pour éviter les noyades.

Cela permettra de limiter les impacts de perte de récolte, car certains animaux mangent des fruits juste parce qu'ils ont soif.

Vous pouvez aussi couvrir le pot avec une planche, afin d'éviter l'évaporation et l'arrivée de moustiques.

Et pour accompagner vos soirées estivales :

- **Le petit peuple du potager** sur Arte
- La vidéo de **Xavier Mathias et Nicolas Toutain** au château de la Bourdaisière
- Le podcast "**Arroser mieux, arroser moins**" de Xavier Mathias
- Le livre "**Mes condiments maison**" d'Amandine Geers

Et enfin la réouverture du **potager extraordinaire** à Beautour le 1er juillet.

Bon courage à tous les jardiniers et jardinières, car l'été sera probablement chaud.

Auprès de mon arbre

Le sureau noir, arbre des fées

Les sureaux (*Sambucus*) sont des arbrisseaux ou arbres à feuillage caduc de la famille des Adoxacées, et qui comprennent 21 espèces de par le monde. Les plus connues étant présentes en :

- Europe (*Sambucus nigra* L., *Sambucus racemosa* subsp. *racemosa* L. et *Sambucus ebulus* L.) ;
- Amérique du Nord (*Sambucus canadensis* L., *Sambucus cerulea* Raf., *Sambucus racemosa* subsp. *pubens* (Michx.) Hultén et *Sambucus mexicana* C. Presl ex. DC.)
- Asie (*Sambucus hookeri*)



Photo 11 - Zoom sur les fleurs de sureau hièble
Préserveons la nature



Photo 12 - Zoom sur les fleurs de sureau noir
Book of Dantes

Chez nous, on se concentre principalement sur l'espèce *Sambucus nigra*, seule à ne pas présenter de toxicité. Il se distingue de ses 2 autres représentants (Sureau hièble - *Sambucus ebulus* L., et Sureau rouge ou à grappe - *Sambucus racemosa* subsp. *racemosa* L.) par sa taille, son tronc ligneux, et les particularités de ses fleurs et fruits.

Si les fleurs du sureau noir présentent des étamines jaunes, celles du hièble sont rouges. De plus, ce dernier se présente sous la forme d'une herbacée ne dépassant pas les 1,5 m, et présente ses fruits en grappes dressées, tandis que celles du sureau noir sont tombantes.

Quant au sureau rouge, il est présent surtout en montagne, et offre des fleurs en grappes, des fruits rouges, et une moelle orange à l'intérieur de ses rameaux.



Photo 13 - Rameaux arqués du sureau noir - Ingrid Nass

Botanique

Du grec ancien *sambúkē* : sambuque, une sorte de harpe triangulaire, pouvant faire référence à son usage dans la fabrication d'instruments de musique. *Nigra* : noir, pour la couleur de ses fruits.

Si dans les pays limitrophes, son nom se reconnaît aisément (Sambuca en portugais, Sambuco nero en italien, Sauco en espagnol), en France, il possède pas moins de 400 noms vernaculaires ! Ainsi donc, l'appelle-t-on Séhu dans le Nord, Saignon en Lorraine, Seu dans les Vosges, Sabuk en Aveyron, Sabukié dans les Pyrénées centrales, ou encore Sambequier dans le Sud-Ouest.

Habitat : on le trouve en Europe, dans le Caucase et la région pontique, et en Algérie, où il est présent de façon subsponnée. Il se retrouve dans les bois, les haies et près des ruisseaux, dans presque toute la France et en Corse.

Le sureau noir possède un port buissonnant et se distingue par ses rameaux qui ont tendance à s'arquer, comme des doigts de sorcière. Il offre une abondance de fleurs mellifères, très appréciées des insectes, et en particulier des cétoines (dorées et funestes). On le trouve fréquemment dans des tailles respectables (4 à 5 m), mais il peut atteindre des sommets plus impressionnants s'il trouve un support pour se tuteur.

Rameaux : ligneux, verruqueux grisâtres, remplis d'une moelle blanche.

Écorce : lisse, puis en écailles verticales longues, brun grisâtre.

Feuillage : feuilles caduques, à 5-7 folioles pétiolulées, ovales-acuminées, dentées. Les stipules sont absentes ou très petites.

Floraison : il fleurit de mai à juin, en larges corymbes plan à 5 branches principales. Elles sont blanc-crème et présente une corolle à lobes ovales arrondis. Les anthères sont jaunes, et cette couleur se retrouve sur les fleurs après le séchage.

Fructification : en automne, baies noires à maturité, en grappes pendantes et à pédoncules rougeâtres (ils passent de vert à rouge pendant la fructification).

Climat : bonne résistance au froid. Il supporte bien le soleil la mi-ombre. À l'ombre, sa floraison sera très limitée.

Usages et comportement : en culture, il se développe en sol plutôt frais, calcaires, sablo-limoneux et profonds. Il ne supporte pas les sols gorgés d'eau.

Sol : il apprécie les sols humifères, il supporte les sols superficiels, légers. Par contre, il n'apprécie pas les substrats basiques, secs et gorgés d'eau de façon temporaire ou permanente. Il n'apprécie pas non plus le compactage du sol.



Photo 14 - Sureau rouge ou à grappe
Jardinage Ooreka

Culture

Multiplication : elle se fait par boutures ligneuses, prélevées en janvier-février sur des rameaux d'un an. Conservez 2 à 3 yeux par bouture de 0,8 à 1 cm de diamètre.

Mise ensuite en pépinière dans un mélange de compost et de terre et repiquez en fin d'été (septembre) ou au printemps, l'année suivante. Tuteurez les jeunes plants. Plusieurs cultivars sont disponibles dans le commerce.

Taille : à la plantation, raccourcir les jeunes plants à 80 cm - 1 m pour former la tige. Si le jeune plant est déjà formé à cette hauteur, taillez les branches latérales à 2-3 yeux.

Ne pas tailler trop près de l'œil pour éviter les dégâts du gel hivernal.

Au cours des premières années de culture, il est fréquent que des rejets sortent sur le tronc ou directement sur les racines. Les supprimer avant qu'ils ne soient aoûtés. Ensuite, le principe est de favoriser la croissance végétative par une taille sévère. Éliminez les rameaux ayant déjà produit et conservez 15 à 20 rameaux d'une année, droits et dressés.

Maladies : aucune attaque sérieuse de maladies ou ravageurs. Il existe cependant un risque d'infestation sur le sureau noir par un puceron (*Aphis sambuci*). Les campagnols apprécient particulièrement les racines charnues du sureau. Ce qui est assez cocasse, lorsque l'on sait que le purin de ses feuilles est employé pour les éloigner des cultures.

Usages

Les inflorescences sont récoltées de mai à juillet lorsqu'elles sont ouvertes au 1/3, en prenant garde à ce qu'il n'y ait pas de précipitations ½ journée avant la récolte. Récolte dès la 3e ou 4e année de culture, tous les 2 ou 3 jours pendant trois semaines.

Séchage à l'ombre à 40° C en couches pas trop épaisses.

Les fleurs renferment du mucilage, de la rutine, des tanins, une huile essentielle, des glucosides, des acides organiques et un peu de sambunigrine.

Les fleurs sont mucilagineuses, diaphorétiques, diurétiques, antispasmodiques et antirhumatismales.



Photo 15 - Boutures de sureau
Au jardin des 4 moineaux



Photo 16 - *Aphis sambuci* de
Wikicommons

Les plantes et l'art : *La reine-des-prés & le sureau*



Photo 17 - Reine-des-prés de Marie-Noëlle Sancelme

Notre belle dame a su conquérir les cœurs, et inspirer les artistes au fil des temps. Rendons grâce à cette plante au travers d'un petit parcours au pays de l'encre et de la toile.

"La Reine-des-Prés porterait bonheur, offerte en petits bouquets aux jeunes mariés. Elle fut longtemps connue comme symbole de volupté. Sacrée par les druides anciens (les deux autres étant la menthe aquatique et la verveine officinale). Chez les Celtes, la femme aurait été créée par 9 fleurs, la Reine-des-Prés en fait partie."

Mythe et légende selon L'herbier des Garrigues

Nous la retrouvons ici, dans une œuvre de Jean-Honoré de Fragonard, intitulée "Les Hasards heureux de l'escarpolette". Huile sur toile des années 1767-69, Fragonard y peint une jeune fille faisant de l'escarpolette au-dessus d'un parterre fleuri. Le peintre, sans doute inspiré par le symbole de volupté, a choisi la reine-des-prés pour habiller son œuvre.

Mais... le sureau s'invite également dans nos arts :

Sureau
Quand m'éloignant de la fête qui chante,
Me souviendrai-je encore des fleurs et mûres,
De l'odeur des sureaux rôdant au loin dans l'air
Et les beaux soirs d'orage où le cœur des luxures
Descends d'un pas royal aux vergers de la cher !
[...]

Extrait de Poème, de Vincent Muselli (1943)

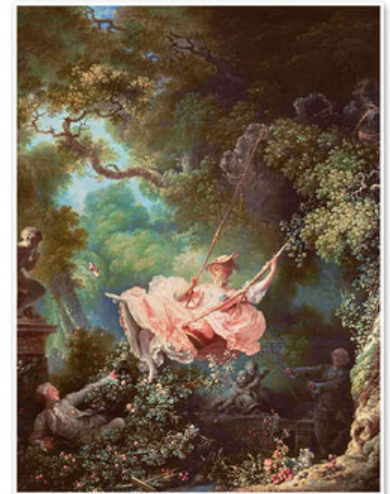


Photo 18 - Les Hasards heureux de l'escarpolette de Jean-Honoré Fragonard



Photo 19 - Fée des fleurs de sureau
Cicely Mary Barker (2002)

Nous le retrouvons aussi dans un ouvrage de Pierre Loti :

"... mais tenant debout tout de même, comme ces jouets d'enfants en moelle de sureau que l'on couche en soufflant dessus, et qui toujours se redressent ..." - Pêcheurs d'Islande

Et dans un célèbre roman de Jules Verne - L'île mystérieuse :

"... c'était une vraie jouissance pour les colons quand, dans cette salle bien éclairée de bougies, bien chauffée de houille, après un dîner réconfortant, le café de sureau fumant dans la tasse ..."

Le coin des adhérents

Recettes proposées par Catherine, issues du travail de Nathalie Deshayes

Sirop de sureau

- 1 litre d'eau
- 7 belles corymbes de fleurs de sureau noir fraîches
- Jus et zeste d'1 citron
- 1 kg de sucre

Retirer un maximum de tiges des corymbes de sureau.

Prélever le zeste du citron à l'aide d'un économe, et presser le jus.

Verser l'eau dans un grand bocal, et ajouter les fleurs de sureau, le zeste et le jus de citron.

Laisser macérer au frigo pendant 48 h.

Filtrer et bien presser les fleurs pour extraire tout l'arôme. Ajouter le sucre.

Porter à ébullition dans une casserole, cuire quelques secondes, et verser dans de petites bouteilles. Fermer et laisser refroidir.

Étiqueter et stocker au frigo pendant plusieurs mois.

Servir avec de l'eau, de l'eau pétillante, du jus de fruit, du vin, du cidre ou du crémant. On peut également l'employer pour parfumer des desserts et pâtisseries, avec des fruits ou du yaourt.



Photo 20 - Sirop de fleurs de sureau
La Cuisine d'Adeline

Tarte au chocolat et à la reine-des-prés

Pâte à tarte :

- 200 g de farine de blé T80 (ou grand épeautre non hybridé pour version intolérant au gluten)
- 100 g de beurre ou de margarine végétale
- 70 g de sucre complet
- 2 grosses inflorescences entières de reine-des-prés fraîches (ou 1 c. à s. bombée de fleurs sèches)
- 1 pincée de sel
- 1 jaune d'œuf (ou du lait de soja pour faire le liant)

Ganache chocolat :

- 200 ml de crème liquide (soja ou amande si vegan)
- 10 inflorescences entières de reine-des-prés fraîches (ou 5 c. à s. rase de fleurs sèches)
- 200 g de chocolat noir à dessert (vegan ou non)
- 20 g d'huile de coco
- 2 c. à s. de miel

Poser les inflorescences de reine-des-prés fraîches sur une planche à découper. Frotter le long des tiges avec un couteau afin de séparer les fleurs et boutons floraux des tiges. Hacher les fleurs. En cas de fleurs sèches, simplement les effriter en morceaux.

Verser la farine dans un saladier. Ajouter le sucre, le beurre, le jaune d'œuf (si vegan, rajouter un peu de lait de soja pour obtenir la texture d'une pâte) et les fleurs hachées.

Pétrir le tout rapidement afin d'obtenir une pâte lisse. Étaler la pâte dans un moule à tarte beurré et fariné. Piquer le fond de tarte plusieurs fois avec les dents d'une fourchette.

Faire cuire 10 à 15 minutes au four à 180°. Veillez à ce que la pâte reste blonde. Si elle brunit trop elle sera d'autant plus cassante. Laisser refroidir.

Pendant ce temps, porter la crème à ébullition, jeter les fleurs et couper le feu. Laisser infuser environ 15 minutes. Filtrer et bien presser les fleurs afin d'en extraire le parfum.

Casser le chocolat en petits morceaux et placer dans un saladier.

Porter la crème à ébullition et verser doucement sur le chocolat tout en remuant avec le fouet. Quand le chocolat est fondu incorporer l'huile de coco.

Verser sur le fond de tarte et bien étaler.

Tant que le chocolat est encore souple saupoudrer la ganache de fleurs de reine-des-prés hachées.

Déguster en pleine nature ou au jardin.

Du jardin à la cuisine par Bernard Paquereau

Récemment paru aux éditions Geste, ce livre vous propose de découvrir les aromatiques essentielles, faciles à trouver ou à cultiver. Celles du fameux bouquet garni (thym, laurier-sauce, persil, sarriette, estragon, sauge...), mais également d'autres qui sauront vous surprendre, vous ou vos invités. Méritant mieux qu'un simple saupoudrage, elles ont vocation d'être des ingrédients incontournables dans les préparations culinaires.

L'auteur donne quelques astuces ou des gestes de bon sens pour installer, récolter, conserver et cuisiner ces plantes au fil des saisons. Il vous présente aussi leur importance à travers les âges et surtout leur place insoupçonnée dans notre imaginaire collectif.

Il est disponible [ici](#).

Le livre des Amis du Jardin Camifolia

Ce livre de référence est co-écrit par :

- Christiane et Gérard Baranger,
- Philippe Gallotte,
- Paul Gicquiaud.

Adhérents de l'Association des Amis du Jardin Camifolia.

Offre préférentielle, réservée aux adhérents : 10 € lors du paiement de votre cotisation

Vous pouvez vous le procurer en envoyant un mail à contact@amisdujardincamifolia.fr

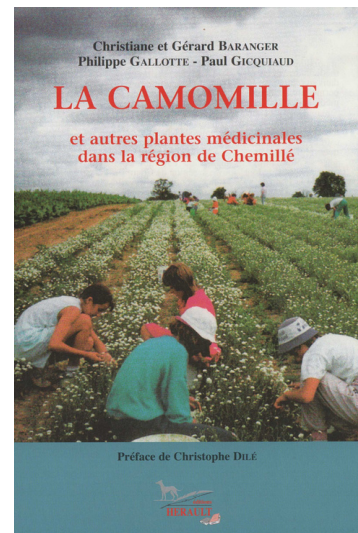


Photo 21 - Livre "La camomille et autres plantes médicinales dans la région de Chemillé"

Pour vous, lecteur ou lectrice qui appréciez notre « Brin d'Herbe » et notre beau jardin « Camifolia », n'hésitez pas à nous rejoindre. Nous sommes actuellement une cinquantaine d'adhérents et souhaitons que notre Association se développe. Vous pourrez ainsi participer à nos activités et bénéficier d'avantages.

Nous effectuons des actions de bénévolat au sein du jardin Camifolia qui sont très diverses ; voici quelques exemples : la remise en état des Ginkos, l'ensachage des graines, le Jardin Gourmand ou autres stands lors des manifestations au jardin, le comptage des visiteurs, la participation aux herborisations, la mise en place du droguier... Plus nous serons nombreux, plus notre aide sera efficace au bon déroulement des manifestations proposées.

Ce bulletin d'adhésion ci-dessous vous est destiné(e) ; bien évidemment vous pouvez le diffuser sans modération.

Remerciements

Ce journal n'aurait pas pu voir le jour sans l'aide précieuse de ses contributeurs (rédacteurs, correcteurs, chercheurs, lecteurs...), merci à eux : Evelyne, Claudine, Denise, Paul, Philippe, Maryse, Viviane, Charles, Catherine, Frédéric, Cédric de Camifolia et Ingrid Nass.



Bulletin d'adhésion

A L'ASSOCIATION DES AMIS DU
JARDIN CAMIFOLIA

Nom et Prénom

Adresse

Code Postal Ville

Tél

Email

Adhère à l'association en tant que (cocher la case)

- | | | | |
|---|-------------|--|------|
| ☐ Individuel | 10 € | ☐ Individuel actif* | 10 € |
| ☐ Couple | 15 € | ☐ Couple actif* | 15 € |
| ☐ Membre bienfaiteur | minimum 20€ | | |

Bulletin à adresser à
CLOITRE ARNAUD
1, RUE DU PETIT CORMIER
49120 CHEMILLÉ-EN-ANJOU

*Rappel des avantages de l'adhérent par rapport au Jardin Camifolia :

- Le membre individuel ou couple bénéficie du "Pass Chemillé-en-Anjou" avec les privilèges suivants : accès gratuit au jardin en visite libre, lors des horaires d'ouverture ; visites guidées et animations au tarif Pass.
- Le **membre actif (bénévole)** s'engage à donner bénévolement du temps aux activités du Jardin ; il bénéficie, outre les avantages du membre individuel, d'un droit d'accès gratuit au jardin pour **2 accompagnants à chaque passage**, d'une entrée gratuite pour une **conférence/atelier/formation** et **un atelier par saison**.