

Autres ouvrages d'Hervé Guirriec :

- *Plantes et légumes du potager* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2019.
- *Dictionnaire des lycées catholiques de Bretagne* (contribution), dir. Yann Celton, PUR, 2018.
- *Fleurs sauvages du littoral* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2018.
- *Abeilles et plantes mellifères* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2017.
- *Fleurs sauvages en Bretagne, De l'été à l'automne* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2016.
- *Lopérec de A à Z*, Locus Solus, 2016.
- *Fleurs sauvages en Bretagne, Du printemps à l'été* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2015.
- *Tomber dans les pommes* (avec J.-P. Roullaud et L. Tréhin), Locus Solus, 2014.
- *Balade historique et culturelle au Nivot*, Le Nivot Éditions, 2013.
- *Pierre et Rosalie, le prince et la princesse russe*, Le Nivot Éditions, 2012.
- *Un assassinat dans les bois du Nivot*, Le Nivot Éditions, 2011.
- *L'Histoire du Nivot*, 2 tomes, Le Nivot Éditions, 2007 et 2009.
- *Promenade culturelle aux pays des abeilles*, Le Nivot Éditions, 2005.
- « L'école d'agriculture du Nivot », in *Les Enjeux de la formation des acteurs de l'agriculture de 1760 à 1945*, Educagri Éditions, 1999.
- *Jeu éducatif Bretons en questions*, 1996.

À Marie-France et Simone.

À Bérénice, Jullian et Andrea.

À Elyne et Albane.



Ouvrage publié avec le soutien
du Conseil régional de Bretagne.

ISBN 978-2-36833-284-9

Copyright Locus Solus, 2020

ZAC Run Ar Puñs 29150 Châteaulin

Les textes et illustrations de cet ouvrage sont protégés.

Toute reproduction ou représentation, totale ou partielle,
par quelque procédé sans autorisation expresse de l'éditeur
est interdite et constituerait une contrefaçon sanctionnée
par les articles L.335-2 et suivants du Code de la Propriété Intellectuelle.



LOCUS-SOLUS.FR

Textes

Hervé Guirriec

Photographies

Jean-Yves Kerhoas

Plantes aromatiques & condiments



Botanique - Histoire - Jardinage - Cuisine

**LOCUS
SOLUS**

« Va prendre ta leçon dans la nature,
c'est là qu'est notre futur. » (Léonard de Vinci)

Après avoir sillonné en tous sens le bocage et les landes des monts d'Arrée puis les dunes, plages et rochers de la pointe bretonne, la belle aventure se poursuit. Dans le prolongement et l'esprit de celui sur les légumes du potager, le livre des plantes aromatiques s'ouvre. Le point de départ reste la synergie entre les expérimentations menées par le jardinier-auteur et la maîtrise du photographe, toujours à l'affût du meilleur cliché. La complicité des fidèles compères est bien réelle. Ils aiment toujours autant voir les plantes grandir et s'épanouir, encore plus lorsqu'il s'agit d'une variété qu'ils découvrent pour la première fois.

En proposant des après-midis découverte de notre carré de plantes aromatiques, au cœur du Finistère, la surprise a été totale. Jamais le jardin n'avait vu tant de monde ! C'est dire l'intérêt que le grand public porte aux plantes aromatiques. La mertensia, l'herbe sucrée des Aztèques, la brède mafane ou la fleur chocolat ont attiré tous les regards. Pour autant, l'attrait de la nouveauté et de l'exotisme n'exclut pas les classiques basilic, ciboulette, estragon, persil, thym et serpolet.

Et comme, il est difficile de tout cultiver dans son propre jardin, quel bonheur de pouvoir s'appuyer sur les trésors du jardin de l'abbaye de Daoulas. Le jardin des simples, labellisé « jardin remarquable » ces dernières années, vous ouvre sur le monde. Il suffit de reprendre quelques noms d'aromatiques pour s'en convaincre. La coriandre du Viet Nam, la mélisse de Moldavie, l'estragon du Mexique y voisinent avec l'herbe d'immortalité de l'Asie du Sud-Est, la mauve de Mauritanie ou la plante-champignon de Papouasie-Nouvelle-Guinée. Les plantes aromatiques font fi des frontières.

En vous proposant ce nouveau bouquet de fleurs, notre souhait est simplement de nous faire humbles passeurs en transmettant et partageant une passion pour la terre et pour ce qu'elle offre. Gilles Clément le dit joliment : « Pour faire un jardin, il faut un morceau de terre et l'éternité. » Il reste à chacune et chacun à cultiver son jardin *tout naturellement* pour s'inscrire dans cette philosophie, car « **Nous n'héritons pas de la terre de nos ancêtres, nous l'empruntons à nos enfants** » (Antoine de Saint-Exupéry).

Hervé Guirriec

Une découverte du carré d'aromatiques de l'auteur
sous le soleil ou la pluie des monts d'Arrée.

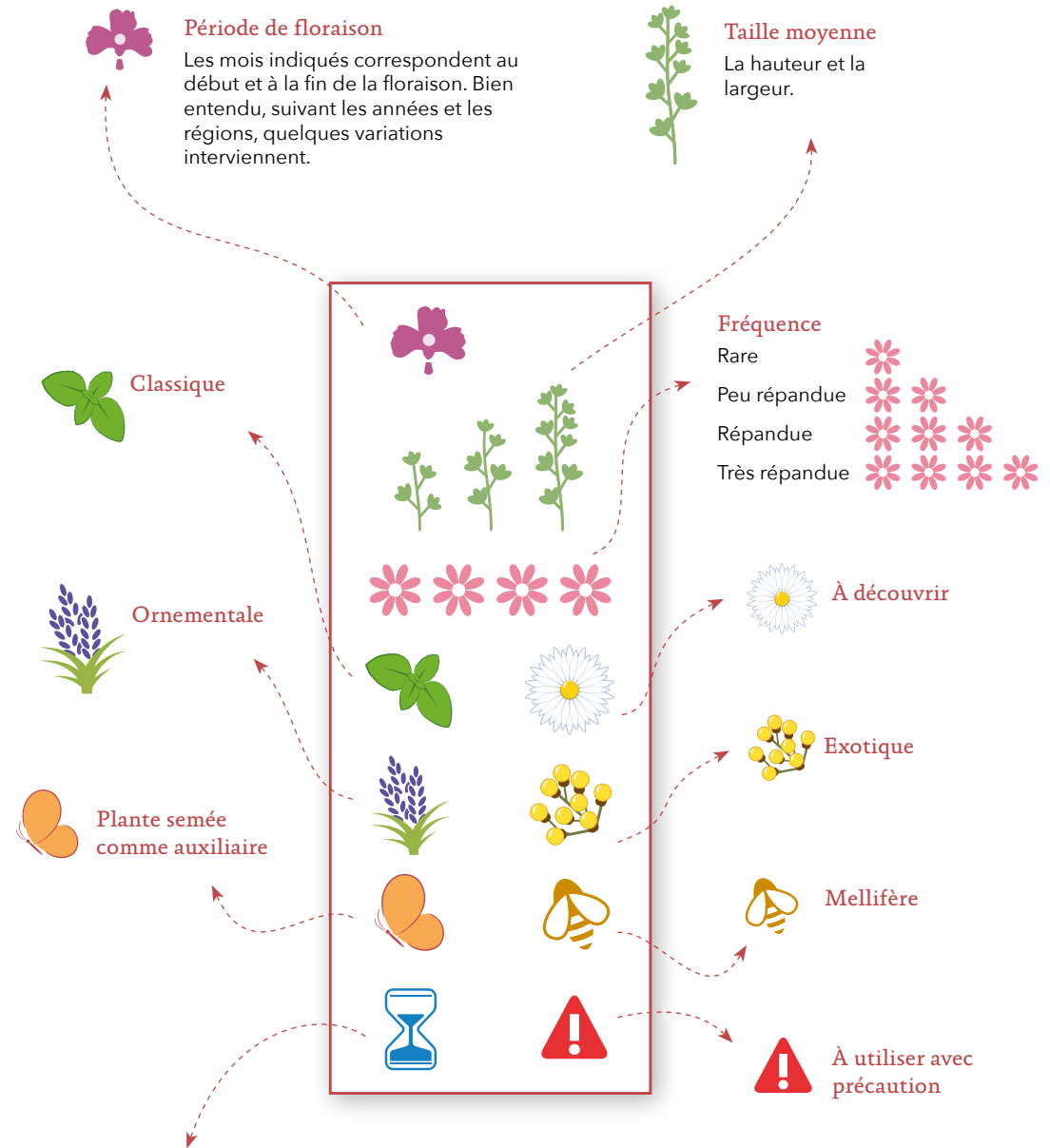




Une collaboration fructueuse avec le jardin des simples de l'abbaye de Daoulas, et une invitation à le visiter.

Légende des icônes

Pour chaque plante sont donnés dans l'ordre le nom français, scientifique (latin), anglais et breton.



*Ils buvaient de l'absinthe / Comme on boirait de l'eau
L'un s'appelait Verlaine / L'autre, c'était Rimbaud
Pour faire des poèmes / On ne boit pas de l'eau.*

Dans cette chanson composée en 1972, Barbara rappelle l'addiction de Verlaine et de Rimbaud pour l'absinthe, devenue au fil du XIX^e siècle l'alcool à la mode. Bon nombre d'écrivains et d'artistes ont pu y trouver une source d'inspiration. Toulouse-Lautrec, Van Gogh, Baudelaire, Oscar Wilde, Ernest Hemingway à des degrés divers ont tous été séduits par la « **fée verte** ». Mais bien avant eux, l'absinthe est déjà connue et depuis la plus haute Antiquité. Les enseignements hérités d'Hippocrate, de Pythagore ou de Pline l'Ancien ont toujours cours au Moyen Âge. Et, confortée par Hildegarde de Bingen qui l'apprécie en tant que vermifuge, l'absinthe devient « l'herbe sainte », tout un symbole !

Malgré sa réputation sulfureuse, l'absinthe se cultive librement au jardin. Robuste et rustique, appréciant une exposition ensoleillée, elle y joue un rôle intéressant comme plante répulsive. Mais compte tenu de son port imposant, il est malaisé de la placer entre deux cultures. L'endroit idéal est un coin du potager en veillant à un intervalle d'au moins un mètre avec la culture la plus proche, sa concentration en thuyone inhibant la croissance des plantes voisines. Il vous reste la possibilité de privilégier l'emploi de son purin efficace pour éloigner mouches de la carotte, piérides du chou et autres altises. Sa multiplication reste un jeu d'enfant en procédant à une division du plant à l'automne.

« Son corps imbibé d'alcool se ratatinait comme les fœtus qui sont dans les bocaux, chez les pharmaciens. » La déchéance de Coupeau décrite par Zola dans *L'Assommoir* traduit les effets de la fée abrutissante. Son histoire commence à la fin du XVIII^e siècle avec la commercialisation par Henri-Louis Pernod du premier spiritueux d'absinthe. Au départ spécialité régionale du Jura français et de la Suisse, canton de Neuchâtel, l'absinthe devient chez les intellectuels, les bourgeois puis les classes populaires l'alcool à la mode. Titrée entre 40° et 72°, avec un taux important de thuyone, le principe actif de la plante, l'absinthe multiplie les ravages. Elle sera mise hors la loi en France en 1915 avant un « retour en sainteté » près d'un siècle plus tard, avec une toxicité réduite.

 Juil. à sept.

 H : 1,50 m
L : 70 cm

 Auxiliaire

 Vivace



« L'eau, liquide si impur, qu'une seule goutte suffit pour troubler l'absinthe. »
Alfred Jarry.



Le 11 août 1901, la foudre s'abat sur Pontarlier, dans le département du Doubs. La distillerie Pernod est la proie des flammes. Pour éviter un embrasement entier de la ville, les pompiers déversent dans le Doubs près d'un million de litres d'alcool et d'absinthe. Deux jours plus tard l'eau sortant de la source de la Loue, sur la commune d'Ouhans, a un fort goût d'absinthe et une couleur jaune doré aux reflets verts. L'apéritif coule à flot de la résurgence ! Une preuve concrète que la Loue est née des pertes du Doubs.

Le
saviez-
vous
?

L'achillée millefeuille, familière des bords de chemins, des prairies ou des terrains vagues caillouteux, et les achillées proposées par les pépiniéristes partagent un lien avec Achille. Le héros de la mythologie grecque gagne sa réputation au cours de la guerre de Troie, où il blesse le roi Télèphe, fils d'Héraclès. Mais ayant appris du centaure Chiron les pouvoirs de l'achillée, il s'en sert pour soigner les plaies de son adversaire. Les nombreux noms familiers attribués à l'achillée (**herbe aux coupures**, **herbe à la saignée**, **herbe du soldat**, **saigne-nez**) traduisent bien ses vertus médicinales. Des chevaliers du Moyen Âge aux poilus de la guerre 1914-1918, elle a aidé les soldats dans leur guérison. Achillée sauvage et achillées cultivées ont aussi une même appartenance à la grande famille des aromatiques. Clin d'œil, parmi les dizaines de variétés horticoles, à l'**achillée filipendule**, également appelée **achillée eupatoire**, à l'éclatante floraison jaune citron.

Observée pour la première fois par Tournefort au cours de son voyage au Levant au début du XVIII^e siècle, l'achillée filipendule, à feuilles de fougères, est désormais l'achillée la plus fréquente dans les jardins d'ornement. Très rustique, elle s'adapte à tous types de terrains y compris pauvres. Supportant bien le calcaire, il lui faut un sol bien drainé, un coin abrité du vent pour éviter les tuteurages et surtout un soleil généreux. Pour la multiplier, un semis de graines en pépinière suivi du repiquage des plantules est idéal. Avec son ressemis spontané, il est aussi facile de déterrer les jeunes plants pour les installer ailleurs. Sa tendance à être envahissante oblige à la surveiller.

L'achillée filipendule est d'abord privilégiée comme plante décorative. Elle fait merveille dans les massifs et les *mixed-borders*, au côté d'autres aromatiques telles la lavande, la mélisse officinale ou l'absinthe. En bouquet frais, elle aura une bonne tenue en vase et en bouquet sec, elle conservera sa couleur. Ses feuilles qui, au froissement, dégagent un arôme agréable, peuvent rejoindre, une fois ciselées, les salades. Au printemps, les pousses bien tendres aromatisent les plats en sauce, leur transmettant une légère amertume. L'achillée filipendule convient très bien à une prairie fleurie en terrain sec. Les insectes butineurs y disposent, avec ses corymbes, d'un beau terrain d'exercice.



Juin à oct.



H : 80 cm

L : 40 cm



Ornementale



Vivace



Avec ses fleurs jaunes et ses feuilles en forme de fougères, une plante décorative fort appréciée.



Si, étymologiquement, achillée et Achille sont liés, les deux mots se distinguent phonétiquement. Achille se prononce avec un [ch] des noms communs empruntés au grec, se prononce avec un [k]. Il en va de même pour la chélidoine l'alchémille (cf. p. 15), les deux

Le saviez-vous ?

chuinté ; achillée, comme la majorité en grec, se prononce avec un [k]. Il en va de même pour la chélidoine l'alchémille (cf. p. 15), les deux

Ses noms familiers – **menthe de Corée, agastache du Mexique ou des Canaries** – laissent entendre que l'agastache a des origines mondiales. Mais, parmi la trentaine de variétés principales, la plus connue, l'agastache foeniculum vient assurément de l'Amérique du Nord, tant côté américain que canadien. Tout en étant aromatique, condimentaire et mellifère, elle doit d'abord son introduction en Europe à sa belle et longue floraison. Ses hampes florales en épis denses s'accordent bien à l'étymologie de son nom, *aga* signifiant abondant et *stachys*, épis. En revanche la référence à *foeniculum* (fenouil) étonne, l'agastache et le fenouil appartenant à deux familles différentes et ne pouvant se confondre. Seul point commun, leur goût anisé. Plusieurs de ces noms (**grande hysope, hysope anisée ou blue giant hysope**) indiquent aussi un lien avec l'hysope. Si l'agastache et l'hysope appartiennent toutes deux comme la menthe, la sauge ou la lavande aux lamiacées, feuilles et goût des deux plantes sont bien différents. Seules leurs fleurs bleues groupées en épis les rapprochent véritablement.

Encore trop peu connue, eu égard à ses qualités, l'agastache trouve au jardin des zones d'élection en massif, en bordure, en rocaille, tout en se plaisant en jardinière, sur un balcon ou en terrasse. Et même si elle préfère les sols riches, bien drainés, elle est une vivace facile à cultiver sur tous types de sol à condition d'être plantée au soleil ou à mi-ombre. Elle y fera le bonheur des insectes, abeilles et papillons notamment. Pour la multiplier, semis et bouturage des tiges semi-ligneuses restent une pratique courante. À terme, vous risquez cependant d'être débordés par son semis naturel qui peut la rendre parfois envahissante ! Attention aussi aux risques d'hybridation entre les différentes variétés d'agastache.

Avec une saveur proche de l'anis et de la réglisse, les feuilles de l'agastache parfument avantageusement l'ensemble de votre repas : crustacés, salades, sauces pour les poissons et les viandes, salades de fruits et même gâteaux et glaces. Les fleurs apportent une touche décorative et aromatique. Il suffit de prélever quelques fleurons de l'épi pour les placer sur le plat au moment de servir : vous aurez en bouche un arôme mêlant anis, menthol et réglisse.

Jun à nov.



H : 1,20 m
L : 70 cm



Ornementale



Vivace



Un feuillage très parfumé.



Les amateurs de bière apprécient les bières foncées comme la Porter ou comme la Stout. L'agastache joue son rôle dans leur succès, les feuilles fraîches et les fleurs cueillies au tout début de la floraison leur apportent une saveur de réglisse. Bien d'autres plantes aromatiques participent aussi à la création de bières originales. La monarde par ses feuilles et ses fleurs leur apporte saveur de menthe et arôme de menthol. Tel ou tel maître brasseur s'appuiera sur le romarin, le thym, la valériane officielle ou la sauge. À vous de deviner toutes ces saveurs !

Le
saviez-
vous
?

Répandue naturellement dans presque toute l'Europe, présente dans les jardins en couvre-sol ou en bordures, l'alchémille commune rappelle, par son nom, les liens avec le monde mystérieux de l'alchimie. Nous voici projeté au temps de la transmutation et de la recherche de la pierre philosophale qui, mise en contact avec les métaux « vils » comme le plomb, les transformerait en or et argent. Pour préparer cette fameuse pierre, les alchimistes recueillaient « l'eau céleste », celle des gouttes de rosée ou de pluie concentrées au cœur des feuilles de l'alchémille. Elle en a gardé les noms de **porte-rosée** ou de **chapeau de rosée**. L'herbe des alchimistes, ou des sorciers plus prosaïquement, devient, compte tenu de ses feuilles larges, palmées et arrondies, **pied de lion**, **patte d'oie** ou **de lapin** et même, légende oblige, **pied de griffon**. **Manteau des dames**, elle est aussi la plante dédiée aux femmes, aidant à les soulager dans leurs affections gynécologiques ou à leur redonner une nouvelle virginité.

Robuste et peu exigeante, l'alchémille s'adapte à tous les terrains. Plantée à mi-ombre, elle se marie bien avec rosiers, pivoines, phlox ou lupins. Avec ses rhizomes, elle s'étale facilement à leurs pieds, apportant son feuillage duveteux, sa floraison vaporeuse tout au long de l'été et limitant la présence d'adventices. Plaisir supplémentaire, profitez bien du soleil en matinée pour observer les gouttelettes de rosée perlant sur ses feuilles. Pour la multiplier, en dehors du fait qu'elle se resème facilement, le plus simple est de procéder à la division de sa touffe.

En cuisine, ses feuilles sont simplement conseillées pour aromatiser salades et crudités. Plante médicinale majeure au Moyen Âge, elle a perdu une part de son aura. Les spécialistes la recommandent surtout en infusions dans le cas de troubles digestifs ou intestinaux ou de désordre du cycle menstruel. Bien plus surprenant, l'alchémille a contribué à la découverte de « l'effet lotus ». Les gouttes d'eau glissent sur la feuille, tout en la nettoyant. Ce phénomène se retrouve sur la capucine, l'ancolie et le lotus. L'application pratique de ce constat a conduit le botaniste allemand W. Barthlott à mettre au point les premières peintures auto-nettoyantes, premier pas vers des tissus, des matières plastiques ou des lunettes également auto-nettoyantes.

 Mai à oct.

 H : 30 cm
L : 40 cm



 Ornementale

 Vivace



Le chapeau de rosée cher aux alchimistes.



Sans croire à ces sornettes répétées par les textes anciens, le botaniste Richard Pulteney rappelle dans les *Esquisses Historiques* (1809) : « On conseille à ceux qui veulent être guéris de la maladie appelée par les Français l'aiguillette nouée, de prendre sept tiges de pied de lion [le nom familier de l'alchémille], séparées des racines, bouillies dans de l'eau, à l'époque des décroissements de la lune. Le patient doit alors se laver dans cette eau à l'aiguillette nouée signifie faire piètre figure lors de sa nuit de noces ! »

Le saviez-vous ?

Poussant spontanément dans les campagnes, l'ammi est bien moins présent dans les jardins. Il y a occupé une place plus grande dans le prolongement des recommandations de Charlemagne. Apprécié à l'époque pour ses vertus médicinales, il est rentré dans le rang. Depuis, on le confond régulièrement par son feuillage fortement découpé et ses ombelles avec la carotte, l'anis, le carvi ou l'aneth. L'étymologie de son nom reste mystérieuse. Pour l'apothicaire Nicolas Lemery, contemporain de Louis XIV, elle viendrait du grec *amnos* signifiant sablé, ses semences ressemblant à des grains de sable... D'autres qualificatifs, comme élevé ou officinal lui sont accolés. Le « grand ammi » trouve à l'étranger des noms plus évocateurs, *bishop's flower* (la fleur de l'évêque), en Angleterre ou en Italie, *ammi capobianco* (l'ammi à la tête blanche).

Recommandé aujourd'hui comme plante ornementale, l'ammi commence à sortir de l'ombre. Il est vrai que bien des arguments plaident en sa faveur : de croissance rapide, il ne nécessite aucun entretien, il pousse presque n'importe où, même s'il préfère une exposition ensoleillée et des sols riches, bien drainés. Il se resème facilement, un seul pied représentant entre 5 000 et 50 000 graines ! Il est préférable de le placer au sein de massifs, sur un talus ou tout autour du bac à compost, sans le négliger dans votre carré de plantes aromatiques. Seuls inconvénients, la fragilité de ses opulentes ombelles face au vent et encore plus sa sève photosensibilisante et le risque d'allergie. Alors attention, en maniant la débroussailleuse ou la faucille.

Au cours des siècles, l'ammi a été apprécié pour ses vertus médicinales. La pharmacopée des anciens, aux côtés des quatre grandes semences chaudes (anis, fenouil, cumin et carvi) le place dans les quatre semences chaudes mineures avec la carotte sauvage, l'âche et le persil. Toutes conjuguent les effets carminatifs et digestifs prêtées à la plupart des graines des ombellifères. Aujourd'hui ses qualités décoratives priment en l'intégrant dans les massifs champêtres. L'ammi participe grandement à l'équilibre naturel, témoins l'aréopage d'insectes fréquentant ses ombelles et les oiseaux se nourrissant de ses graines. Quant à son utilisation en cuisine, il reste à s'inspirer de la cuisine marocaine, friande de ses graines.

 Juil. à sept.

 H : 1,10 m
L : 80 cm

 À découvrir

 Annuel



Jeune, l'ammi n'a pas encore le feuillage découpé proche de celui de l'aneth ou du carvi.



Les Anglais connaissent également l'ammi sous le nom de *False queen Anne's lace*, la fausse dentelle de la reine Anne. Pour créer un napperon en dentelle, la reine s'inspira de l'ombelle de la carotte sauvage. En se piquant le doigt avec son aiguille, une goutte de sang tomba au centre de son ouvrage... symbolisant parfaitement l'ombelle de la carotte. Vous comprenez pourquoi l'ombelle rouge !

Le
saviez-
vous
?