

<http://www.menouetsesvoisinsdargonne.fr/spip.php?article1364>

Boire, manger, soigner : le pissenlit.

- Revue N°91 -

Date de mise en ligne : dimanche 20 juin 2021

Copyright © Sainte Ménehould et ses Voisins d'Argonne - Tous droits

réservés

On l'appelle « dent de lion », « florion d'or », « laitue des chiens », « dent de chien », « salade de taupe », « couronne de moine », « tête



de moineau », « cochet », « chopine », qui est-il ?

Le pissenlit.

Probablement originaire de l'Europe de l'ouest, le pissenlit s'est répandu dans le monde entier, de l'Asie à l'Amérique. Son nom scientifique « *taraxacum* » vient du grec *taraxis* (trouble des yeux) et *akeomai* (guérir) : la sève laiteuse de la plante aurait été considérée comme bénéfique contre les maladies de la vue.

En homéopathie, ses racines sont utilisées pour activer les fonctions hépatiques. Ses feuilles entrent dans les préparations visant à prévenir les calculs biliaires et les cystites. Ces vertus médicinales sont déjà mentionnées par des médecins arabes aux alentours de l'an 1000 et dans un herbier britannique du XIII^{ème} siècle.

On le trouve partout : sur les pelouses, les talus, dans les jardins, les prairies. Les premières feuilles du pissenlit apparaissent en mars-avril. Elles s'étendent bien à plat contre le sol ce qui les rend difficilement accessibles aux herbivores. Puis la fleur, d'un jaune lumineux, se dresse et s'offre aux insectes et au vent. Ses fruits volants sont les plus connus des parachutes végétaux. Leurs graines contiennent peu d'eau et de réserves ce qui leur permet de rester légères. Sa fleur attire les insectes mais le pissenlit peut se reproduire en se clonant : une seule plante peut répandre ses clones sur un champ entier.



Le plumet du pissenlit dispersant les akènes du savoir ainsi que la devise « **Je sème à tout vent** » sont l'emblème du dictionnaire Larousse. La célèbre semeuse soufflant sur la



Le fleur de pissenlit est née à l'Isle-Jourdain (Gers), dans la maison de Claude Augé, directeur et père du petit Larousse illustré. Elle apparaît pour la première fois en 1890. (Internet)

Quand on parle de pissenlit, on pense tout de suite à la spécialité des Ardennes et de l'Argonne, la célèbre **salade au lard**. Je ne vais pas en redonner la recette tout le monde la connaît. Elle diffère un peu selon les habitudes. Certains font cuire les pissenlits, d'autres jettent



seulement le lard bien chaud sur la salade. A propos de lard, je vais vous confier une astuce que m'a donnée un ami boucher. Au lard maigre (les chaillons), il faut ajouter quelques lardons de lard gras. Cela donne un petit goût de noisette à votre salade.

Autrefois, on allait cueillir des pissenlits un peu partout avant qu'ils ne deviennent amers. On choisissait de préférence ceux qui poussaient dans les taupinières, car ils étaient bien blancs et tendres. Mais après, il fallait les éplucher, les laver dans de nombreuses eaux car ils étaient pleins de terre. Maintenant, on n'a plus le temps de faire tout cela. On ne mange plus beaucoup de salade au lard de pissenlits. Quel dommage ! C'est pourtant un vrai régal ! On peut également faire de la confiture de fleurs de pissenlit. Et du sirop !

Les enfants pourront préparer ce délicieux sirop. Il faut : un saladier de fleurs, un litre d'eau, 1kg de sucre roux, un demi-citron.

Amener à ébullition les fleurs dans l'eau et laisser infuser une nuit. Filtrer et presser les fleurs, ajouter le sucre et le citron en rondelles et chauffer sans bouillir jusqu'à



l'obtention d'un sirop épais. (Attention trop fluide, il risque de fermenter, trop épais, de cristalliser au

refroidissement). (*Source : Glaner dans l'est de la France*).

Mais on peut faire aussi du vin de fleurs de pissenlits. Voici la recette :

Cueillir un litre de fleurs bien fraîches, les déposer dans une terrine avec 2 citrons et 2 oranges bio, coupés en rondelles.

Verser par-dessus 3 litres d'eau bouillante, couvrir et laisser reposer une nuit.

Ajouter 1,500kg de sucre, remuer, mettre en bonbonne. Laisser fermenter une dizaine de jours puis filtrer par temps clair, dans des bouteilles à canette. On obtient un vin alcoolisé. A consommer avec modération.

(*Almanach des terroirs de France*).

Au Canada, il existe même une bière à la fleur de pissenlits et qui s'appelle : **dendelion beer** !

Nicole Gérardot