

HOUBLON

Humulus lupulus

 CUISINE SAUVAGE



Description rapide

- > Liane rugueuse au toucher
- > Feuilles divisées en 3 à 5 lobes
- > Cônes pendents
- > Fleurs en grappe

Description

Éléments clefs	Identification
Milieux	Aulnaies-frênaies alluviales, rives des cours d'eau, mégaphorbiaies, haies, sur des sols eutrophes
Fréquence	Assez commun
Herbacé / ligneux	Plante herbacée lianeuse
Taille	Atteint 6 mètres de hauteur
Port / Tige	Entrelac de tiges sarmenteuses et volubiles, s'enroulant autour du support et restant visibles l'hiver
Feuilles	Les feuilles sont opposées, palmatiséquées (c-à-d. ressemblant à une patte de canard) et lobées avec des dents aiguës sur tout le pourtour. Celles près des inflorescences sont plutôt entières-triangulaires. Le pétiole dépasse plusieurs cm de long et les deux stipules à sa base sont persistants
Fleurs	La plante est dioïque. Les plants mâles portent des panicules lâches de fleurs à 5 tépales verts, les femelles portent des cônes pendents, ovoïdes, très odorants dans lesquels les fleurs, groupées par deux, sont entourées par des tépales formant une cupule elle-même protégée par une bractée ovale
Graines	Une par fruit
Fruits	Un akène ovoïde, parsemé de glandes jaunes odorantes et caché par la bractée persistante également glanduleuse
Racine	Grosse racine charnue d'où démarrent, au printemps, les nombreuses nouvelles tiges
Pilosité générale	Toute la plante est parsemée de glandes odorantes jaunes dispersées sur les organes végétatifs et plus denses dans les inflorescences. Les tiges sont aussi couvertes d'une pilosité rugueuse
Cycle et floraison	Plante vivace fleurissant de juillet à septembre
Distribution	Assez commune partout en Europe mais plus rare dans les régions montagneuses et là où les sols sont acides (par exemple, Bretagne, Ardennes). Se rencontre également en Asie tempérée ainsi qu'en Afrique boréale. Cultivé dans certaines régions (NO de la Flandre par exemple)
Statut	Aucun statut de protection connu

Éléments clefs	Identification
Ecologie	http://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-34958-ecologie

Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
Nom scientifique	<i>Humulus lupulus</i> Linné 1753
Famille	Cannabacées (<i>Cannabaceae</i>)
Noms vernaculaires	Bois du diable, Couleuvrée septentrionale, Lupulin, Salsepareille indigène, Vigne du Nord
Etymologie	« <i>Humulus</i> » pourrait dériver du nom commun et au départ, latin, <i>humus</i> ; en effet, le houblon apprécie les sols bien fourni en matières minérales. Ou alors, du german ancien « <i>humel</i> » désignant l'espèce. L'épithète « <i>lupulus</i> », petit loup, trouverait son explication dans la capacité qu'a cette liane d'étouffer les autres...
Classification	Voir la classification APG III

Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
Appréciation générale	Seules les plantes femelles et leurs cônes sont intéressantes. Ces « cônes » de houblon sont amers et très aromatiques. Leur usage principal est connu de tous : ils parfument la bière !
Mise en garde	La consommation excessive des cônes femelles du houblon peut provoquer des problèmes nerveux. Ils renferment des principes oestrogéniques (ex. anaphrodisiaque pour l'homme et aphrodisiaque pour la femme)
Parties utilisées	
Cônes femelles	Ils aromatisent la bière. Autrefois, en Amérique du Nord, on en préparait un levain pour faire du pain, le sourdough. Les cônes, frais ou séchés, peuvent être utilisés en tisane, surtout dans un but thérapeutique (troubles de la ménopause, ...)
Confusions possibles	
Vignes vierges (<i>Parthenocissus inserta</i> et <i>P. quinquefolia</i>)	Ces lianes, de plus en plus naturalisées et envahissantes dans les ripisylves par exemple, se distinguent du houblon par les fruits charnus noirâtres et les tiges pourvues de vrilles ramifiées

Récolte & conservation

Les cônes se récoltent fin de l'été juste avant qu'ils ne soient ouverts.

Séchage : les cônes peuvent être séchés et conservés quelques mois seulement

Houblon - révision 15

<https://cuisinesauvage.org/les-plantes/voir/fiche-46-stade-0-houblon/>

Composition

Ces cônes contiennent une résine jaune et odorante nommée lupuline, une huile essentielle, des flavonoïdes prénylés (phytoestrogènes). Les cônes sont sédatifs et antibactériens; ils contiennent des principes amers et une huile essentielle.

Plus d'infos, images & vidéos

- [Fiche botanique du site Tela Botanica](#)
- [Humulus lupulus sur Google images](#)
- [Humulus lupulus sur Wikipedia](#)