

FRÊNE COMMUN

Fraxinus excelsior

 CUISINE SAUVAGE



Description rapide

> Feuilles opposées, pennées, généralement 11 folioles

> Bourgeons noirs

> Fruits ailés pendants en grappe

Description

Éléments clefs	Identification
Milieu	Bois frais et humides, berges des cours d'eau. Généralement sur sols argileux, alluviaux, colluviaux ou calorifères. Souvent planté.
Fréquence	Commun à assez commun, sauf en Haute-Ardenne où il est rare.
Herbacé / ligneux	Ligneux
Taille	Atteint 30 m
Port / Tige	Bourgeons noirs. Ecorce grisâtre, qui se déchire avec l'âge.
Feuilles	Feuilles opposées, pennées, 9 à 13 folioles sessiles, pointus et dentés. Dessous recouvert de poils sur la nervure centrale Feuilles pouvant mesurer jusqu'à 30 cm de long
Fleurs	Fleurs sans pétales, étamines pourpres devenant grisâtre à maturité. Elles apparaissent avant les feuilles et sont réunies en grappe terminale.
Fruits	Fruit sec ailé, appelé samare (= un akène avec une aile membraneuse) à aile unique entre 2 et 5 cm. Les samares forment des grappes pendantes.
Divers	Mellifère Le frêne est un des derniers arbres à développer ses feuilles au printemps, et un des premiers à les perdre en automne.
Cycle et floraison	Floraison en mai
Distribution	Europe, Caucase
Statut	Aucun statut de protection connu
Ecologie	http://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-75139-ecologie

Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
Nom scientifique	<i>Fraxinus excelsior</i> L.

Éléments clefs	Identification
Famille	Oléacées (<i>Oléaceae</i>)
Noms vernaculaires	Grand frêne, frêne à feuilles aiguës, quinquina d'Europe, langue d'oiseau
Etymologie	<i>Fraxinus</i> : frêne, en latin <i>excelsior</i> : plus élevé, en latin
Classification	Voir la classification APGIII

Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
Appréciation générale	Le frêne est connu pour sa « frênette », boisson estivale rafraîchissante que certains appellent « bière », d'autres « limonade ».
Parties utilisées	
Jeunes feuilles, bourgeons	Les très jeunes feuilles ou les bourgeons de feuilles peuvent, en petites quantités, agrémenter des plats ou rentrer dans la composition de pestos en mélange avec d'autres plantes. Avec les feuilles de l'été, on peut réaliser la « frênette », boisson légèrement alcoolisée obtenue par fermentation alcoolique.
Confusions possibles	
Erable négundo (<i>Acer negundo</i>)	Bourgeons verts, feuilles à seulement 3 à 5 folioles. Fleurs vertes. Arbre introduit.
Sorbier des oiseleurs (<i>Sorbus aucuparia</i>)	Fleurs blanches à 5 pétales, baies rouges en grappes. Les feuilles sont souvent composées de plus de 13 folioles dentées.
Robinier faux-acacia (<i>Robinia pseudoacacia</i>)	Fleurs blanches en grappes retombantes, épines sur les rameaux, feuilles composées d'environ 11 folioles entières (contrairement à celles du frêne qui sont légèrement dentées)

Récolte & conservation

Séchage : les feuilles peuvent être séchées et conservées une année . Elles sont alors utilisées en tisane pour un usage médicinal.

Composition

Feuilles: dérivés d'acide hydroxycinnamique (acide caféique)

Ecorce: dérivés coumariniques

Plus d'infos, images & vidéos

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