CUISINE SAUVAGE

Petite devinette : quel est le point commun entre l'aspérule odorante, la pimprenelle, la reine des prés, le lamier pourpre, le tussilage, la benoite urbaine et la cardamine hirsute ? Réponse : toutes ces plantes sauvages sont comestibles !

LA NATURE EN GOURMANDISE

Même pour les plus avertis d'entre nous, la diversité étonne toujours. Il est vrai que la palette des plantes comestibles est très large (plusieurs centaines d'espèces dans le pays). Malgré cette abondance et cette étonnante diversité, la cuisine des plantes sauvages demeure trop souvent réduite à la soupe aux orties, à la salade de pissenlits et au pesto d'ail des ours.

Mais connaissez-vous l'espuma de racines de benoite, l'œuf toqué à la cardamine, le sorbet de pimprenelle et la raviole au coulis d'épiaire ? Il s'agit là de quelques recettes proposées par une poignée de passionnés qui œuvrent à diffuser au plus grand nombre leurs explorations en botanique culinaire.

Forts d'une dizaine d'années d'expérimentations inlassablement répétées, ces passionnés œuvrent à dépasser les recettes classiques pour donner aux plantes comestibles une place de choix dans nos assiettes.

Armés de leur flore et d'un fouet de cuisine, ils s'emploient au sein de l'association au nom évocateur de *Cuisine Sauvage* à faire redécouvrir l'univers sauvage qui nous environne et à flatter nos papilles à grands coups de brassicacées montées en sauce, de lamiacées mises en siphon ou d'apiacées servies en papillote.

L'objectif de l'association est simple : permettre une reconnexion à la nature et à soi-même en recréant un lien fort entre l'homme et son environnement. Et comment mieux recréer ce lien avec la nature qu'en l'ingérant ? Pour convaincre, l'association n'hésite pas à dépoussiérer les concepts et utilise le goût comme argument.

Et la recette marche ! L'ASBL organise des balades, formations, stages, conférences et cours de cuisine qui ne désemplissent pas et qu'elle adresse à tout qui les sollicite : particuliers, écoles, entreprises ou professionnels de la restauration. De son côté la presse fait écho à l'engouement croissant du public et amplifie le phénomène, ce qui aide l'ASBL à populariser l'idée que les adventices ont toute leur place dans les jardins.

UN (BEAU) PHÉNOMÈNE DE MODE

La cuisine des plantes sauvages, phénomène de mode ? « Tant mieux » clame l'association, qui précise dans la foulée qu'une marchandisation de la nature ne les intéresse pas.

« *Nous pensons qu'intégrer des plantes sauvages de temps à autre à son menu apporte de nombreux bénéfices : saveurs, vertus, alimentation saine et durable, réduction des impacts sur l'environnement, reconnexion à la nature et à soi-même… Pour autant, nous privilégions une approche douce et qualitative de ces ressources qui nous environnent, centrée sur la découverte et non sur l'exploitation. Pour ces raisons, nous nous sommes donné des balises fortes qui orientent nos activités et qui déterminent notre identité. À titre d'exemple : Nous ne sommes pas des fournisseurs de plantes sauvages. Exercer ce métier ferait surgir des besoins de cueillettes intensives ou même de production, ce qui serait préjudiciable dans un cas, ou antinomique dans l'autre. Nous refusons le pillage. Dans ce même esprit, nous ne vendons pas de produits à base de plantes. En d'autres termes, notre métier est d'apprendre à pêcher, pas de vendre du poisson ! Nous faisons de l'éducation à l'environnement, pas du commerce* ».

Au travers de ses activités, l'association invite ses participants à questionner le rapport violent que notre société entretient avec la nature, à réfléchir à la peur que nous avons de ce que nous ne maîtrisons pas, à notre appréhension du sauvage et à l'acharnement dont nous faisons preuve pour en reprendre le contrôle.

« *Ces réflexions les invitent à reconsidérer la gestion qu'ils ont de leur propre environnement ; la place qu'ils laissent au roncier dans le fond de leur jardin, leur tolérance aux plantes qui surgissent entre les dalles du trottoir, leur lien avec leur bidon d'herbicide…* » précise Lionel Raway, coordinateur du projet. Il ajoute : « *Citons Wade Davis à ce propos, cet ethnobotaniste et anthropologue canadien qui décrit à merveille notre l'identité et la conviction de l'ASBL Cuisine Sauvage » : « Le rôle ultime de l'ethnobotanique n'est pas d'identifier de nouveaux produits utiles au monde moderne, mais plutôt de promouvoir une façon profondément différente de vivre notre relation à la nature* ».

On l'aura compris, l'association sans but lucratif témoigne d'une approche sensible et pose un regard amoureux sur la nature, dont elle se fait une gourmandise.

Pour découvrir l'univers des plantes comestibles, visitez leur site aux allures de Marmiton qui crée la charnière parfaite entre la botanique et la cuisine. Vous y trouverez des fiches botaniques, une quantité impressionnante de recettes (de la plus simple à la plus sophistiquée) ainsi que l'agenda de leurs sorties.

L'association propose des balades (3h00) dans tous les coins du pays au prix de neuf euros ainsi que des ateliers cuisine – aussi gourmands que conviviaux – dès 39 €.

Pour les plus mordus, l'association vient de créer une formation poussée de deux ans en botanique culinaire.

À consommer sans modération sur
www.cuisinesauvage.org

Bon appétit !

Mon approche de la nature n'est pas celle d'une pure naturaliste, ni totalement sportive, ni complètement contemplative. Elle se trouve à la croisée des chemins, là où peut s'exprimer mon amour du vivant sans s'engoncer dans les restrictions d'une discipline. J'aime courir les forêts en itinérance, dormir en son creux et m'en imprégner. J'aime l'observer, apprendre d'elle pour mieux la comprendre et la respecter.

MARIE PIERRET

AQUARELLES

La découverte de l'aquarelle et du dessin « naturaliste » s'est faite il y a un an lors d'un séjour à la montagne. Alors que je décidais de prendre un jour repos au lieu de crapahuter dans les montagnes, ce lien me manquait. J'ai sorti une feuille, un crayon et j'ai dessiné une Chouette Effraie. C'était un moyen de toucher aux couleurs, aux formes et à la beauté de la nature, au coin du feu… je ne me suis pas arrêtée.