

LA RECOLTE DE LA BOURDAINE

Nous sommes au mois de mai. Les arbres sont en feuilles et la sève est en pleine montée. C'est le bon moment pour récolter les écorces des arbres qui se détacheront beaucoup plus facilement qu'au milieu de l'été ou à l'automne.

Partons à la récolte de l'écorce de bourdaine, *Frangula alnus* Mill.

La bourdaine affectionne les milieux humides et plutôt acides. C'est un arbuste qui peut mesurer jusqu'à 5m et qui rejette de souche (comme le noisetier).

Il a les feuilles alternes, obovales, à bord entier et glabres (sans poils). La face inférieure des feuilles présentes des nervures marquées et fortement arquées.

Au mois de mai, on pourra commencer à voir ses fruits qui sont de petites drupes vertes, rouges puis noires à maturité.

Il se reconnaît aussi à son écorce foncée marquée de très nombreuses lenticelles blanches-grisâtres.



Mettons-nous à la recherche de cette fameuse bourdaine. Je pars « zizouner » avec mon sac à dos rempli des quelques outils nécessaire :

un drap, une petite scie à main, une machette, une brosse et un épluche légume !!..

Je le rencontre en bord de lisière forestière, à la mi-ombre, les pieds dans la mousse.



Je peux procéder maintenant à la récolte de l'écorce. Celle-ci nécessite de scier des jeunes troncs et rameaux de 3 à 5 ou 6 cm de diamètres (l'écorce doit être lisse). Même si l'arbuste repartira de sa souche, je garde à l'esprit que je vais lui demander beaucoup. Je procède donc à une reconnaissance aux alentours pour évaluer le nombre de pied afin de n'en prélever que 1 sur 10.

Je scie les pieds que j'ai choisis et je les recoupe en longueur d'environ un mètre.
Le bois de cœur, le duramen, bien rouge de la bourdaine me permet de confirmer que je ne me suis pas trompé d'espèce !!



A l'aide de la machette, il faut maintenant que j'ébranche les éventuels petits rameaux afin de pouvoir passer l'épluche légume sans difficulté
Je brosse aussi chaque bûche bien consciencieusement afin d'ôter les lichens qui poussent volontiers dans ces milieux humides.
Ensuite viens le moment de l'épluchage. De longues « carottes » à peler le plus uniformément possible : à chacun son outil préféré !





Et voilà ! La récolte est finie. Avant d'aller au séchoir étaler ces belles lanières, je range un peu mon chantier et remercie une dernière fois ce végétal qui me (nous) permet de vivre et de nous soigner.

Son écorce est traditionnellement utilisé comme laxatif lors de constipation aigue occasionnelle. Son usage ne doit pas être prolongé. De plus, il est indispensable de conserver l'écorce un an avant son utilisation (ou en cas de nécessité, un passage au four à 100 °C pendant une heure) pour éviter une action trop violente.

Claude Chahinian
cueilleur de plantes médicinales
VRJP mai 2023