Docteur nature : le muguet petit ami du coeur

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **18 (1988)**

Heft 5

PDF erstellt am: **01.06.2024**

Nutzungsbedingungen

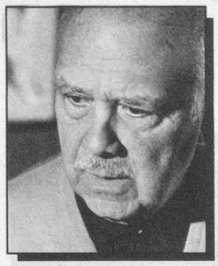
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch



PAUL VINCENT

DOCTEUR NATURE

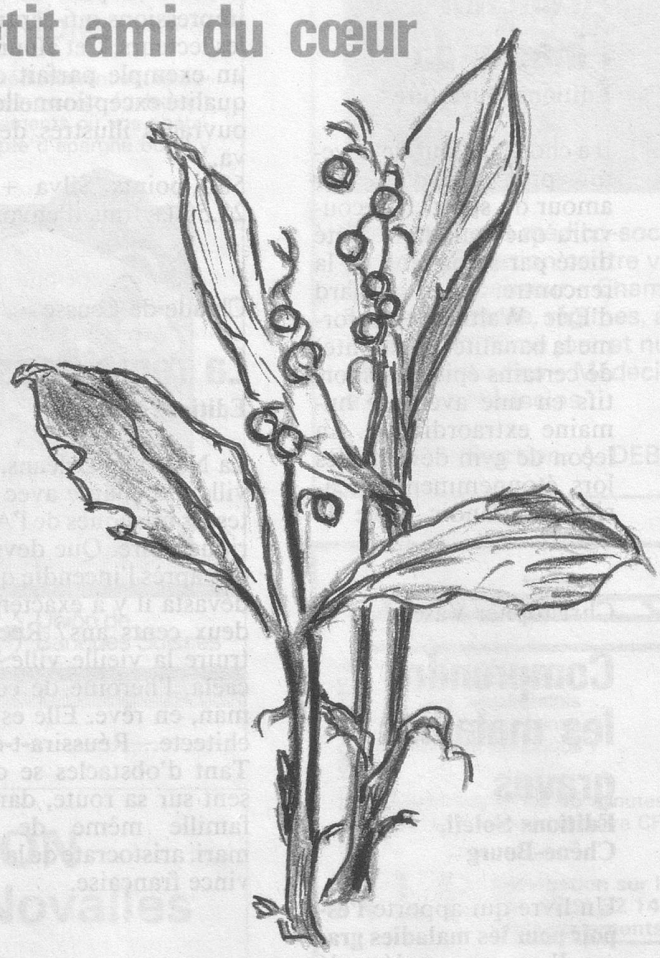
Notre pays est une auberge trois étoiles et un hôpital gratuits: avec les plantes. Paul Vincent, qui a écrit la saga des végétaux – notamment avec «Docteur Légume» et «Docteur Arbre», éditions France-Empire – vous montre de mois en mois, avec les légumes, les arbres, les fleurs, les herbes sauvages, comment se régaler et se guérir avec la Nature.

le muguet petit ami du cœur

Notre pays a au moins, trois porte-bonheur naturels: le houx de Noël, le gui du jour de l'an, le muguet de mai.
Bien sûr, dans nos montagnes, le muguet attend le 14 juillet pour fêter le 1er mai: il attend l'été pour parfumer les crêtes jusqu'à 1800 mètres et des jeunes mariés du Valais peuvent trouver une gerbe de clochettes blanches dans leur corbeille de noces de juin. Mais le muguet reste, plus encore que la fleur des travailleurs, le brin de bonheur qui passe directement du corsage vert des coteaux au corsage des belles.

«Le parfum de leurs clochettes, a écrit la charmante poétesse d'antan, Anaïs de Neuville, guide le rossignol qui semble s'unir à elles pour annoncer, avec le réveil de la nature, le retour du bonheur».
Avec ses couples de feuilles roulées en cornet, la tige aux clochettes de neige de mai – en attendant les baies vermillon – le muguet est sans doute la fleur la plus populaire du monde. On le baptise «lis des vallées» et même «gazon du Parnasse»: le muguet aurait eu, pour premier jardinier, le dieu du Mont Parnasse, Apollon, pour que les neuf Muses de son environnement sentimental aient un tapis digne d'elles.
Oublions que le muguet «cultivé» doit se soumettre à la culture forcée: le rhizome conservé entre 0° et 5° en chambre froide, est «forcé» en trois semaines de décembre à des températures de 25°. Les muguets sont comme les hommes: ils sont plus heureux de vivre libres. D'autant plus que le muguet de serre souffre des maladies de la «civilisation»: nécrose de l'anthracnose, pourriture grise des rhizomes, criocère, hépiale, nématodes et autres parasites animaux.
Le muguet est un cuisinier original, avec notamment, «les filets de perche au muguet». Les filets sont macérés au rhum blanc, flambés, pochés au fumet du poisson. Alignés dans un plat chaud, ils sont alors «baptisés» aux clochettes de muguet frais pilées au mortier, avec une pincée de sel. Les gourmets savoyards ajoutent de la crème chantilly salée, glacée, nuancée de purée de tomate pour en décorer le tour (recette de Robert Courtine).
Attention: il ne s'agit en aucun cas de baies – elles sont toxiques – ni d'abuser de la poudre de fleurs: ce serait vénéneux. Mais la perche du lac d'Annecy, talquée aux brins de muguet des bois de la Tournette est un régal de qualité.
Le muguet, il est vrai, entre plus facilement dans la trousse médicale que dans le panier de la cuisinière. Il contient des glucocides comme les «convallatoxines» (de son nom latin Convallaria Maialis) qui est un tonicardiaque généreux.
Le muguet peut-être purgatif – 2 g dans du miel –, antirhumatisant – 3 à 5 g maximum de fleurs séchées infusées 15 minutes dans 200 g d'eau bouillante, mais attention!, avec l'autorité d'un médecin. En cas de migraine, c'est un sternutatoire éprouvé. Mais c'est essentiellement un recours pour ralentir, renforcer, régulariser les contractions cardiaques sans affoler la tension artérielle. Le muguet a une marraine de luxe: la romancière de la Treille Muscate: Colette; l'amoureuse des clochettes s'en est prise aux gardes-chasse qui «ne peuvent pas voir le muguet parce que les graines font crever les jeunes des faisans».
Bah! avec Colette, consacrée porte-bonheur n° 1 des amoureux et des travailleurs du 1er mai, le muguet ne peut-être que le petit ami du cœur!

P. V.



Après les fleurs en clochettes de mai, les fruits, lampions d'octobre. (dessin de l'auteur).

Le mois prochain:
le radis