

Heracleum sphondylium



Apiaceae

La grande Berce

Heracleum sphondylium famille des Apiacées où ombellifères. Selon les régions elle se nomme : Acanthe d'Allemagne, brancursine, corne de chèvre, cuques, fausse acanthe, herbe du diable, panais sauvage, patte de loup, patte d'oie ou patte d'ours. Nos voisins anglais, allemands, espagnols ou italiens ne sont pas en reste pour la nommer ! Elle a donné son nom au fameux bortch dont elle aurait été le principal ingrédient. Bien qu'elle soit aussi populaire que commune des artistes célèbres tels que René Lalique et Émile Gallé l'ont largement célébrée*.

La reconnaître : Les tiges dressées mesurent entre 60 cm et 1,60m. elles portent des grandes feuilles découpées. Tiges et feuilles sont couvertes de poils fins. Les fleurs en ombelles sont blanches, les fruits sont glabres ovales et plats.

Où et quand la trouver ? Dans toute l'Europe tempérée jusqu'à 2500m, des régions boréales aux montagnes d'Asie tropicale, sur le continent américain du Canada à la Colombie. Elle longe presque tous les chemins. De mars-avril pour les jeunes pousses et jusqu'en octobre.

Mais qu'est-ce qu'on mange ? Toute la plante peut être cuisinée, depuis les jeunes pousses au printemps, puis les feuilles et les tiges cuites ou crues leurs saveurs d'agrumes permet de les savourer dans des plats ou des desserts, ne manquez pas les inflorescences avant leur éclosion. Les graines de fin août à septembre, seront séchées et mises dans un moulin à épices pour parfumer salades et autres plats. Et pour vous désaltérer lors de balades, n'hésitez pas à récolter un morceau de tige que vous éplucherez et croquerez, le rafraîchissement est garanti !

Attention : le suc qui s'échappe des tiges coupées est photo-sensibilisant, s'il entre en contact avec la peau il peut provoquer des brûlures lors de cueillettes en plein soleil.

Ne la confondez pas avec la berce du Caucase, sa très grande cousine qui peut atteindre la taille d'un arbre, ses tiges sont très grosses et les feuilles très grandes avec des découpures d'aspect acéré. Cette berce est très photo-sensibilisante par simple contact.

Jeune pousse



En forme de patte d'ours

Texte et photos Isabelle Hunault

*Photos sur le site du musée d'Orsay à Paris :

https://www.musee-orsay.fr/fr/collections/catalogue-des-oeuvres/resultat-collection.html?no_cache=1&zoom=1&tx_damzoom_pi1%5Bzoom%5D=0&tx_damzoom_pi1%5BxmlId%5D=098712&tx_damzoom_pi1%5Bback%5D=fr%2Fcollections%2Fcatalogue-des-oeuvres%2Fresultat-collection.html%3Fno_cache%3D1%26sz%3D9