

# Plantes sauvages comestibles

## Sujet 4

Travail de maturité 2019

Céline Tauxe, Biologie, Gymnase Auguste Piccard

Qui n'a jamais entendu parler d'une soupe à l'ortie, d'un sirop de fleurs de sureau ou d'une salade de dent-de-lion ? Des plantes de nos régions peuvent être utilisées en cuisine, c'est bien connu ! Mais la grande majorité d'entre elles ne sont malheureusement que peu employées par Monsieur et Madame Tout-le-Monde. Dommage, car nos forêts, prairies, pâturages et montagnes regorgent de végétaux comestibles très intéressants du point de vue gustatif et nutritif. Carvi, berce, chénopode, plantain et cynorrhodon n'en sont que quelques exemples. Une multitude de préparations sont possibles à partir de plantes sauvages : salades, soupes, tartes, beignets, pestos, câpres au vinaigre, confitures, sorbets, sirops, tisanes, liqueurs, vinaigres aromatisés, condiments, etc.

Le travail comportera trois grandes parties. Premièrement, l'élève effectuera des recherches bibliographiques sur les différentes plantes comestibles de nos régions et réfléchira à une thématique. Ensuite, des séances d'identification et de cueillette des plantes devront être réalisées. Finalement, les espèces récoltées devront être apprêtées.

L'élève doit avoir un intérêt prononcé dans les domaines suivants pour choisir ce sujet :

*balades dans la nature - détermination d'espèces végétales - cuisine*

