

Richesses ultralocales



Plantage de Florency, Lausanne. Michaël Berthoud fait découvrir les richesses insoupçonnées de l'endroit.



La chélide est utile pour se débarrasser des verrues.



Le lierre terrestre apporte une note citronnée aux plats.



La saveur du plantain rappelle celle des bolets.



Très nutritif, le trèfle a un goût de petit pois.

Ces mauvaises herbes bonnes à tant de choses

Le cueilleur Michaël Berthoud conseille des chefs comme Anne-Sophie Pic. Dans un potager lausannois, il nous enseigne les vertus de ces plantes qu'on s'échine à éradiquer.

Catherine Cochard Texte
Odile Meylan Photos

Le semi-confinement du printemps aura au moins eu un avantage: renforcer l'envie, en chacun, de profiter des bienfaits de la nature. Une nature qui même en ville récompense ceux qui s'y intéressent, à l'instar du Vaudois Michaël Berthoud, environnementaliste et formateur. Le cueilleur vit de ses récoltes ainsi que des cours et conseils qu'il prodigue au sujet des bienfaits des plantes sauvages, qu'il s'agisse de les cuisiner ou de les utiliser pour se soigner. Son public se compose d'amateurs comme de professionnels, puisqu'il est notamment consultant pour la cheffe triplement étoilée Anne-Sophie Pic, à qui il a fait découvrir les saveurs du bourgeon de sapin.

Juste avant qu'il ne propose son initiation à la malherbologie aux participants de Sauvageons en ville (des rencontres mensuelles autour du sauvage, organisées par le Musée cantonal de zoologie de Lausanne, les Musée

et Jardins botaniques cantonaux, la Ville de Lausanne, Lausanne Jardins et le Service culture et médiation scientifique de l'Université de Lausanne), Michaël Berthoud nous a invités à le suivre dans le plantage de Florency, un des potagers lausannois mis à la disposition des citoyens. Il avance en scrutant le sol. «C'est réducteur de dire qu'il existe des bonnes et des mauvaises herbes. En réalité, c'est un peu plus complexe que cela.»

Le spécialiste propose d'imaginer un dégradé de plantes, allant de celles comestibles et succulentes à celles carrément toxiques en passant par d'autres, mangeables mais pas très bonnes mais qui sont en revanche intéressantes d'un point de vue curatif. «On peut faire beaucoup de choses avec la bien connue ail des ours. Mais pour les feuilles de pissenlit, passé le printemps, elles deviennent trop amères. Et pour ce qui est de l'aconit napel, la plante la plus mortelle d'Europe qu'on trouve notamment dans les Alpes, quelques grammes avalés suffisent pour en mourir.»

Remèdes de grand-mère

«Ici, on a de la chélide, explique le malherbologue en caressant une petite plante verte qui a poussé au pied du compost. Regardez, quand je la coupe, la sève s'écoule. Elle est particulièrement corrosive, il ne faut pas l'ingurgiter mais on peut l'utiliser en petites touches sur des verrues pour s'en débarrasser.»

Plantes sauvages bien connues des citadins, les pâquerettes

«C'est réducteur de dire qu'il existe des bonnes et des mauvaises herbes. En réalité, c'est un peu plus complexe que cela»

Michaël Berthoud, environnementaliste et formateur

ponctuent le sol du potager. «Les jeunes feuilles se mangent avant que les fleurs n'apparaissent, mais les capitules, les parties jaunes et blanches, peuvent être consommés en toute saison.» Pour agrémenter une salade par exemple.

Autre espèce bien acclimatée à la ville: le pissenlit, nommé ainsi en raison de ses vertus diurétiques. Mais ça n'est pas tout. «Au printemps, on mange ses feuilles en salade, puis lorsqu'elles deviennent amères comme en automne, il suffit d'ôter la nervure centrale qui procure l'amertume et de ne garder que leur limbe (ndlr: la partie principale, aplatie, de la feuille), qu'on hachera fin pour les manger crues.»

Il se retourne et désigne un autre groupe de végétaux dont les feuilles en forme de cœur tapissent un coin du jardin. «Il s'agit de lierre terrestre, qui est très aromatique et qui appartient à la famille des lamiacées, comme le thym.» On ramasse

une feuille: un parfum intense s'en dégage lorsqu'on la froisse. «C'est un condiment qu'on peut ajouter en fin de cuisson à du poisson par exemple, car il apporte un petit goût citronné. Ou dans une sauce ou même une salade, pour ajouter des saveurs proches du thym et de la mélisse. On peut aussi l'utiliser dans des limonades ou dans des desserts, comme une panna cotta en laissant tirer. Et puis elle est aussi expectorante et peut être utilisée en cas de toux grasse sous forme d'infusion ou de sirop.»

Sirop de trèfle

Et ces tiges qui dépassent au bord du chemin? «C'est du grand plantain! C'est le bon moment pour consommer ses inflorescences. On peut les manger crues ou les faire revenir dans une poêle avec du sel et de l'huile d'olive. Ça fait penser aux bolets, c'est délicieux.» On piétine quelques trèfles sans se rendre compte qu'ils intéressent le cueilleur. «On en trouve facilement dans les potagers. Les fleurs sont un peu sucrées, on peut en faire toutes sortes de choses, comme du sirop ou du miel. Quant aux feuilles, si on ne les prend pas trop tard, on peut les manger, ça a un peu le goût des petits pois. Elles sont très nutritives.»

Combien de temps toutes ces merveilles se gardent-elles? «Cela dépend de la plante. J'essaie de les cueillir encore avec leur tige, puis je les mets dans un verre d'eau au frigo et je peux ainsi les conserver facilement jusqu'à deux semaines.»

Sale affaire
Coup d'œil dans la chronique judiciaire du «bon vieux temps»
Par Gilles Simond

La vannière assassine s'en tire avec 18 mois

Dans quelles circonstances Marie Ammann a-t-elle, ce vendredi 17 janvier 1896 vers 20 h 15, asséné 18 coups de couteau à Christian Maeder, près du passage à niveau situé sur la route reliant Salavaux à Faoug, au sud du lac de Morat? Les détails, on ne les connaîtra jamais. Ce que l'on sait, c'est que quelques heures plus tôt, le nommé Maeder, vannier ambulancier bernois de son état, âgé d'environ 40 ans, entre au Café du Pont, à Salavaux, en compagnie de Marie Ammann et de Marie Zwahlen, toutes deux de même profession. À 19 h, les trois quittent l'établissement après avoir avalé trois demis de blanc offerts par le Bernois. Qui s'est au passage permis quelques privautés avec Marie Ammann, «la prenant par la taille et lui dérobant, de temps à autre, un baiser, sans que l'objet de ces témoignages de tendresse parût s'en offusquer plus que de raison», lit-on dans la «Feuille d'avis de Lausanne» du 27 janvier.

Un peu après 20 h, le gardien du passage à niveau, Jean Bula, voit passer le trio traînant une charrette. Les jeunes femmes lui paraissent saoules. À ce moment-là, une dispute éclate entre Maeder et Ammann, qui s'empoignent et roulent à terre en se battant, avant de se relever et de disparaître dans le noir. Quelques instants plus tard, Bula entend un homme crier «au secours!», se précipite et rencontre Maeder couvert de sang, se tenant des deux mains l'abdomen.

Marie Ammann et Marie Zwahlen sont arrêtées le soir même près du Buffet de la Gare de Faoug et bouclées dans les prisons d'Avenches. Maeder meurt le lendemain, les intestins sortant du ventre, non sans avoir eu le temps de raconter que Marie Ammann l'a frappé avec un caillou, puis avec son couteau, à la tête, aux épaules et à l'abdomen.

Le 11 mars, le procès de la jeune femme s'ouvre devant le Tribunal criminel d'Avenches. Marie Zwahlen a été libérée en conséquence de la déposition de Maeder. Sa compagne, elle, est poursuivie pour voies de fait ayant entraîné la mort. Durant l'enquête, elle a déclaré que l'homme avait commencé à la frapper avec sa canne et que, si elle s'est servie de son couteau, c'était afin de se défendre. «Elle a dit que Maeder a tenté de l'embrasser; mais elle ne paraît pas attacher à ce fait une grande importance», écrit la «Feuille d'avis de Lausanne». Qui précise que le récit de l'accusée «est empreint de tellement de contradictions qu'il paraît certain à l'accusation qu'elle a attendu Maeder pour le frapper, et qu'elle a agi avec préméditation».

L'affaire de Marie Ammann, 23 ans, déjà condamnée pour «rixes et batteries» dans le canton de Berne, est bien mal emmanchée. Mais elle a un excellent avocat. «M. Schopfer a brillamment défendu la cause de Marie Ammann, raconte la «Feuille». Il s'est attaché à démontrer qu'elle avait été violemment provoquée et qu'elle ne savait pas que la mort pouvait être la conséquence de ses coups.» Le défenseur est si convaincant que le jury reconnaît l'accusée coupable mais déclare «par 7 voix contre 2 que la femme Ammann ne pouvait se douter que les blessures qu'elle a faites à la victime étaient nécessairement mortelles».

Le substitut du procureur requiert alors une condamnation à 4 ans de réclusion, ce qui paraît très modéré aux observateurs. Mais à la surprise générale, le tribunal la condamne à 18 mois de prison seulement. Un mois par coup de couteau, en somme. Ce n'est pas cher payé.

Les archives de la «Feuille d'avis de Lausanne» sont consultables sur scriptorium.bcu-Lausanne.ch

qu'ils ne partagent pas ma manière de voir!!

Le crime de Faoug.
Ce matin se sont ouverts devant le tribunal criminel du district d'Avenches, siégeant avec l'assistance du jury et présidé par M. Edouard Raymond, de Donatyre, les débats de la cause intentée à Marie Ammann, accusée du crime d'assassinat, commis sur la personne du sieur Maeder, vannier, dans la soirée du 17 janvier dernier, sur la route de Salavaux à Faoug. M. Decoppet, procureur général, occupe le siège du ministère public. M. Schopfer, docteur en droit, assiste la prévenue. M. Alfred Monney, d'Avenches, fonctionne comme greffier. Il ressort de l'acte d'accusation dont lecture

ses compa...
déclara q...
frappé.
La dépo...
Marie Z...
le matia...
Courgeve...
dre des ba...
vente fait...
Tandis qu...
une paire...
lait l'atter...
Faoug. L...
en compa...
litres. Ap...
trois pour...
que Mader...
mann : et

PUBLICITÉ

Ceci pourrait être votre publicité!
Communiquez avec vos clients de demain.

021 349 50 50
annonces@24heures.ch

GOLDBACH