

Argousier

Hippophae rhamnoides (2)

Autres noms

Argasse

Milieus naturels

Terrains instables, dunes,
bords de rivière

Origine

Europe et Asie

Usages alimentaires

Les fruits acides sont à la base de confitures, gelées et boissons.

Usages médicaux

30 fois plus riches en vitamines C que les oranges, les fruits sont stimulants. Ils sont utilisés en cas de grippe et de fatigue chronique.

En usage externe, on les utilise comme shampoing contre les pellicules, en crème contre les brûlures et les eczémas.

Le saviez-vous ?

Les russes qui allaient dans l'espace s'enduisaient de crème à l'argousier pour combattre les radiations.

L'argousier est une des rares plantes à fixer l'azote atmosphérique grâce à des bactéries qui se logent dans ses racines.

Récolte

 automne



au sujet de ces fiches

Ce recueil de fiches introduit les espèces arbustives présentes dans le jardin-forêt du pavillon plantamour. Les informations qui y figurent ne sont données qu'à titre purement indicatif. Il ne s'agit pas d'un ouvrage d'identification.

Si la cueillette de fruits et de plantes sauvages est une activité extraordinairement enrichissante, elle demande l'observation de certaines règles, en particulier :

- identifier l'espèce avec une absolue certitude
— notre flore comprend de nombreuses plantes toxiques ;
- ne prélever que la partie utile de la plante et ne pas piller le milieu ;
- éviter les sites pollués comme les bords de route ou les zones à bétail ;
- déposer les plantes fraîchement cueillies dans un panier ou un sac en tissu aéré ;
- laver soigneusement le fruit de sa récolte.

L'association décline toute responsabilité quant à la consommation de plantes sauvages.