

Noisetier

Corylus avellana (10)

Autres noms

Coudrier, avelinier

Milieus naturels

Haies, lisières forestières

Origine

Europe, Asie mineure, Algérie

Usages alimentaires

La noisette se consomme crue ou grillée. Elle est à la base de nombreuses pâtisseries, confiseries et pâtes à tartiner. On l'utilise également pour aromatiser certaines liqueurs. C'est l'une des graines les plus caloriques.

Usages médicaux

Toutes les parties de l'arbre (feuilles, chatons, écorce, fruits ou rameaux) sont utilisées. Employées contre les fièvres, l'obésité, les varices, la phlébite, l'œdème, certains problèmes de peau et pour soigner les plaies. La consommation quotidienne de 70 g de noisettes durant 30 jours réduit significativement le taux de cholestérol.

Le saviez-vous ?

Les rameaux souples du noisetier sont utilisés de longue date par les sourciers à la recherche d'eau souterraine. On les retrouve également beaucoup en vannerie. Par ailleurs, le coudrier a toujours eu un rôle important pour les druides et dans la magie blanche.

Récolte

 août-septembre



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.