

Sureau noir

Sambucus nigra (12)

Autres noms

Grand sureau, arbre de Judas

Milieus naturels

Bois frais, bords de rivières,
haies

Origine

Europe, Asie, Afrique du Nord

Usages alimentaires

Les fleurs font d'excellents beignets et sirops ; on en fait également de la limonade. Et des fruits on préparera confitures, desserts et alcools. **Attention, ils se consomment uniquement cuits** ; crus ils peuvent provoquer vomissements et diarrhées.

Usages médicaux

Fleurs et fruits sont utilisés contre les rhumes, la grippe, pour faire baisser la fièvre et combattre la toux. L'écorce est diurétique.

Le saviez-vous ?

Le purin de feuilles est utilisé en jardinage biologique contre les rongeurs, le mildiou et les pucerons. De son bois creux, on fabrique des flûtes.

Ne pas confondre avec le sureau hièble (très toxique) et le sureau rouge.

Récolte

 mai-juin  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.