

Quenouille à feuilles étroites
Typha latifolia
Famille des Typhacées (quenouille)



Mi-juin. Fin de l'avant-midi. Mettez vos bottes, on va se faire un super " snack ". Une entrée digne des grands restaurants. J'étais avec mon équipe pour la cueillette et arrivé à l'étang, je leur montrais comment arracher un plant de quenouille en laissant le rhizome intact. Et voilà ce que nous allons cuisiner une fois à l'entrepôt; l'extrémité blanche de ces longues tiges qu'on appelle aussi cœurs de quenouille. Cueillez en une trentaine.

Arrivé à destination, je recouvris ces dons de la nature de papier essuie-tout avant de les faire cuire au micro-ondes environ cinq minutes. C'était louche pour eux... ils étaient loin de se douter un tel usage pour la quenouille et encore moins ce que j'allais leur raconter par la suite. Je leur expliquais entre autres qu'il était possible de faire une farine avec l'épi mâle récolté vers le 9 juillet, quand il est jaune et garni de grains de pollen. La technique est simple. On fait tomber le pollen des têtes qu'on récolte dans un sac d'épicerie.

On fait sécher à l'ombre de préférence et on broie la jolie poudre avec un moulin à café. En fin du compte, on obtient une farine jaune très attrayante pour l'œil et riche en riboflavine, la vitamine B2. Flavine est dérivé du mot " flavonoïdes " qui désigne ces pigments jaunes qu'on retrouve dans de nombreuses plantes qui recèlent généralement de la vitamine B2. Ensuite, je leur racontais mes vains essais à cueillir le rhizome de la quenouille. Car le rhizome aussi donne sa farine.

Si j'étais perdu dans le bois et qu'il me fallait survivre, j'y aurais probablement recours mais les odeurs de méthane qui s'émanent de la boue quand j'y enfonce la pelle me décourage instantanément. Voyez-vous leur dis-je, j'ai le nez trop fin avec toutes ces années d'essences ! J'en profitais aussi pour leur faire part d'une découverte étrange faite avec le pollen de quenouille. Écrasez-en un peu dans vos mains pour constater qu'il laisse une sensation de froid qui persiste pendant quelques secondes. Aucune explication logique pour ce drôle de phénomène !

Après cette brève interlude à jaser de la plante, le micro-ondes sonna. Le temps de goûter pour les nouvelles bouches. L'un me demanda si on avait du beurre ici. Une bonne idée lui dis-je ! Donc, certains trempèrent leur cœur de quenouille dans le beurre et d'autres non, ils voulaient juger du goût à l'état brut. Après quelques secondes, tous furent unanimes à dire que c'était un véritable délice et certains de rajouter qu'il aurait fallu en cueillir plus. Bref, ceux qui avaient déjà goûté aux cœurs de palmier savaient maintenant où trouver leur analogue en abondance... et à faible coût.

tiré du recueil de notes de Fabien Girard - biologiste /
chercheur