



MYRRHE ODORANTE

UNE BONBONNIÈRE EN OMBELLE

Texte : GUILLAUME PELLAND

Cette élégante distributrice à bonbons naturels se démarque du lot des milliers de plantes comestibles et mérite son heure de gloire, comme au Moyen-Âge. Et bien que son fameux arôme d'anis soulève la passion des uns et le dédain de certains autres, cette vivace fait l'unanimité par son élégance, ses bienfaits et sa facilité d'entretien.

Cette odeur... odorante

Myrrhis, en grec, réfère à l'odeur, et *odorata*, en latin, signifie « odorant », un pléonasm qui montre que les botanistes peuvent être entêtés. Ils nous rappellent d'ailleurs de ne pas confondre la myrrhe avec le cerfeuil commun (*Anthriscus cerefolium*), une annuelle de la même famille à l'arôme plus délicat. En gros, la myrrhe, appelée communément « cerfeuil musqué », est en vérité un faux cerfeuil, plus anisé que musqué. On lui a donné, à travers les époques et les régions, des noms faisant référence à certaines caractéristiques : cerfeuil musqué, cerfeuil perpétuel, cerfeuil anisé, fougère musquée ou encore gros persil.

Un parfum de dentelle

Si vous êtes du petit groupe qui lève le nez sur tout ce qui est réglisse noire, c'est pour son pouvoir d'attraction qu'elle méritera votre attention. Alors, rincez-vous les yeux, mettez vos gargouillis en sourdine et parlons séduction.

Comme par magie, la myrrhe illumine les sombres boisés et les ruelles glauques avec des centaines d'étoiles blanches rassemblées dans de larges ombelles pouvant éclore à l'ombre. Sa floraison blanche dresse une toile de fond pour tout peintre du végétal travaillant à mettre en valeur des nuances subtiles ou à marquer des contrastes colorés.



Photo : Shutterstock - Manfred Ruckzio



Photo : Shutterstock - Ottochka

Son intérêt ornemental commence tôt, alors que la plante déploie vigoureusement ses pousses vert clair tendrement velues. Ça se poursuit avec l'apparition de graines d'un noir brillant – s'il en reste après le passage des gourmands – puis se prolonge enfin avec un feuillage virant au doré sous les derniers rayons d'automne, une fin de saison plus intéressante que celle des fougères, dont elle porte cependant toujours la robe.

Élégante et délicate, c'est comme si un artiste de la dentelle avait découpé chacune de ses feuilles, lui donnant une allure de fougère le jour de ses fiançailles, avec un air de famille emprunté à sa cousine, la carotte.

Les apiculteurs apprécient cette rare vivace aromatique parmi les ombellifères (Apiacées) en raison de sa floraison précoce. Et comme toute ombellifère, elle contribue à l'équilibre écologique en attirant une myriade d'insectes utiles avec sa multitude de fleurs minuscules. Seuls les ravageurs et les chevreuils semblent résister à ses charmes.

Et si on en plantait?

Vivace herbacée sans tracas, de croissance robuste, fidèle en zone 4, même en zone 3 sous paillis, la myrrhe odorante se prête bien à la plate-bande. D'environ 1 mètre de hauteur comme de largeur, elle s'adapte à presque toutes les situations.

Heureuse à la mi-ombre, elle pourrait avoir du mal au soleil, à moins que le sol retienne bien l'humidité. Elle se ressème nonchalamment et son expansion est facile à contrôler. Pour la culture hors sol, il faut la planter dans un contenant d'au moins 30 cm de profondeur pour éviter que sa racine pivot soit à l'étroit.

Ouvrez grand les narines car cette odeur, sur laquelle son nom scientifique insiste tant, est subtile au grand air. Son nom prend tout son sens en cuisine, au contact de l'être cher, à la caresse d'une feuille ou le nez dans une ombelle.

Une distributrice à bonbons bio

Cette plante peut détourner plus d'un enfant des griffes de la réglisse de dépanneur, alliage de gélatine, de glucose et d'arômes artificiels. On l'utilise alors en prévention, en initiant les jeunes enfants au plaisir des sucres naturels, mais aussi en cure détox pour les accros au sucre raffiné. Chaque ombelle

se transformera en bonbonnière d'une vingtaine de graines portées à environ 3 pieds du sol, hauteur à laquelle on place les confiseries sur les tablettes des commerces! Vous aurez tout le loisir de les déguster à votre rythme puisqu'elles restent ainsi disponibles pendant au moins deux semaines, sans que les oiseaux ni les écureuils ne vous pressent. Ses graines vertes, encore tendres, sont de véritables bonbons au goût de réglisse et à texture de noix. Une explosion de saveur sucrée!

De la tête aux pieds, tout se mange

En cuisine, le cerfeuil musqué s'impose en tant que rare sucre végétal au goût d'anis. Ses feuilles, faciles à sécher, peuvent remplacer une partie du sucre dans les gâteaux ou décorer les pâtisseries d'exception avec leur fine dentelle. On imagine la saveur des graines mûres, de couleur chocolat, infusant encore dans une tarte aux pommes fraîchement sortie du four.

Essayez les fleurs frites en beignet ou dans la pâte à pain, les croissants ou les biscuits. Utilisez-les pour équilibrer l'acidité d'une salade de groseilles ou d'agrumes, ou encore pour adoucir la rhubarbe.

Quant aux racines, de saveur intense, elles forment une talle comme un bouquet de panais, qu'on récolte tard à l'automne, et elles sont très sucrées après quelques gelées. Essayez d'en faire des bonbons à la manière du gingembre confit. Et à condition d'en laisser quelques racines, de jeunes pousses reviendront au printemps; si on les blanchit, elles seront alors d'une douceur exceptionnelle!

Utilisez ses arômes en fin de cuisson puisque, comme pour toute herbe aromatique, ses huiles sont volatiles à la chaleur.

Une médecine douce

La myrrhe odorante en entrée ouvre l'appétit et facilite la digestion lorsqu'elle accompagne les viandes grasses. On la prescrit souvent comme digestif en fin de repas; l'aquavit, cette eau-de-vie traditionnelle scandinave servie lors des célébrations de Noël depuis 1531, en est un bon exemple. En France, elle ferait partie des 130 herbes entrant dans la composition secrète de la Chartreuse, produite depuis 1764.

En plus de servir de tonique bienfaisant pour l'humeur et d'édulcorant salubre pour les diabétiques, son infusion avec lait et miel apaise la toux. Et elle serait particulièrement bénéfique aux femmes car elle facilite les accouchements, augmente la lactation et régule les menstruations.

Il vous la faut dans votre pharmacie de jardin, toujours à portée de main en cas de maux de ventre. De plus, les enfants y trouveront des bonbons, comme à la pharmacie! ■

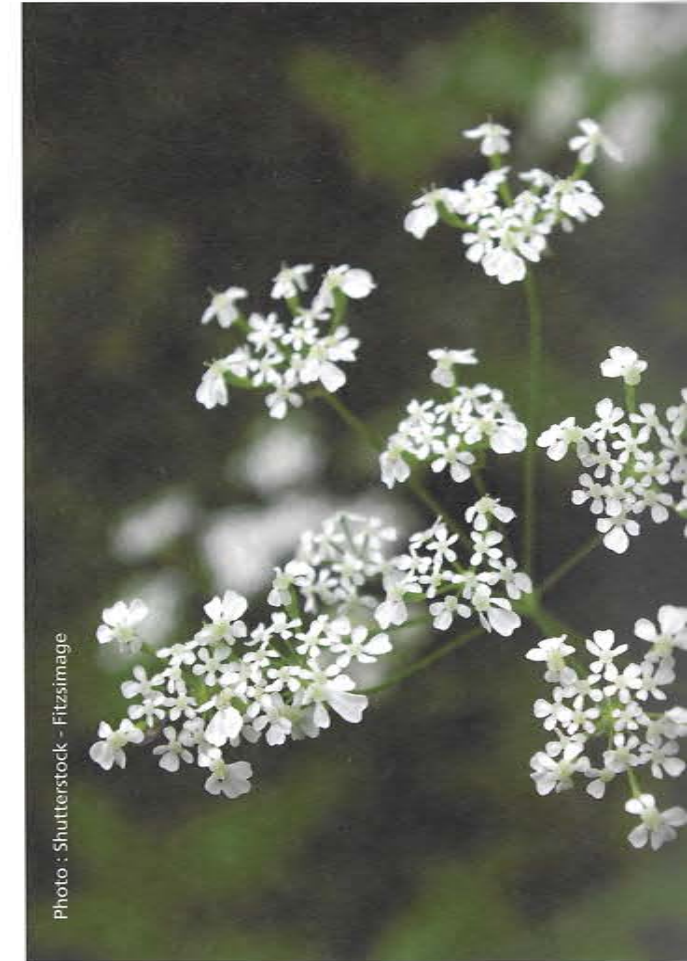


Photo : Shutterstock - Fitzsimage

