



Dent-de-lion, Or du pré, Vol-au-vent ... Voici trois noms pour une même plante, bien qu'il en existe encore beaucoup d'autres. Le pissenlit et son jaune d'or nous annonce l'arrivée imminente du printemps. Comme un petit soleil sur le bord du chemin... Allez, soufflons fort sur ses graines réunies en une sphère délicate !



Or des prés vole au vent

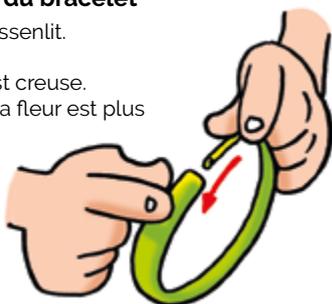


La balade coquette

Le soleil est revenu ! Ah ce que cela fait du bien... Et partout, dans les moindres recoins, les pissenlits fleurissent. C'est le moment parfait pour une balade « coquette » !

La technique du bracelet

Cueillez une longue tige de pissenlit.
Coupez délicatement la fleur.
Vous remarquez que la tige est creuse.
L'extrémité la plus proche de la fleur est plus fine que l'autre.
Il ne vous reste plus qu'à enfiler une extrémité dans l'autre pour former les anneaux de vos bracelets, colliers et couronnes.



La technique de la couronne

Cueillez de longues tiges.



Commencez par faire un tour de la première tige avec une deuxième tige. Continuez ainsi jusqu'à obtenir la taille de la couronne voulue.



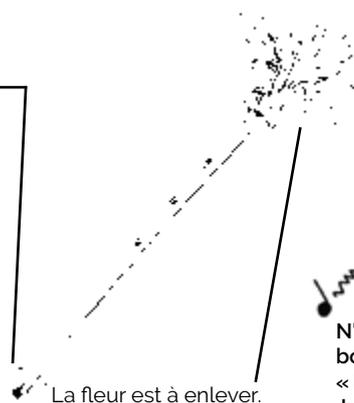
Fermez votre couronne en insérant votre dernière tige dans les nœuds des premières.



La trompette

Jouer de la trompette avec une tige de pissenlit, rien de plus rigolo à faire pendant une balade en famille !

Coupez une tige à ses 2 extrémités.
Pincez une des 2 extrémités entre vos doigts pour l'assouplir et fendez-la en 2 petites lamelles que vous recourbez vers la tige.
À intervalles réguliers, faites 2 ou 3 incisions, le long de la tige.
Mettez l'autre côté de la tige en bouche, enfoncée de 3 à 4 cm, et refermez la bouche sans laisser d'air entrer. Ne serrez pas trop fort pour ne pas écraser la tige.
Soufflez assez fort. Cela doit produire un son de bourdon.
Vous obtiendrez des sons différents lorsque vous boucherez les trous de votre petite trompette.



La fleur est à enlever.



N'ayez pas peur de mettre en bouche la tige regorgeant de « lait », ce n'est pas toxique ! Juste un peu amer...





Miam ! Miam !

À la faveur d'une balade au gré du vent et des chemins, profitez-en pour cueillir des fleurs de pissenlit, mais aussi des feuilles ! Nous vous avons sélectionné une recette testée et approuvée.

La salade aux lards (chaude) des Ardennes

Faites cuire les pommes de terre à l'eau.

Dans une cocotte en fonte, faites revenir le lard gras* coupé en fines lamelles : cela deviendra des « crétons** » après cuisson.

Réservez les « crétons » quand il sont bien dorés, sans jeter la graisse.

Faites revenir, dans cette graisse, les morceaux de lard maigre.

Réservez-les une fois qu'ils sont dorés.

Déglacez la cocotte au vinaigre.

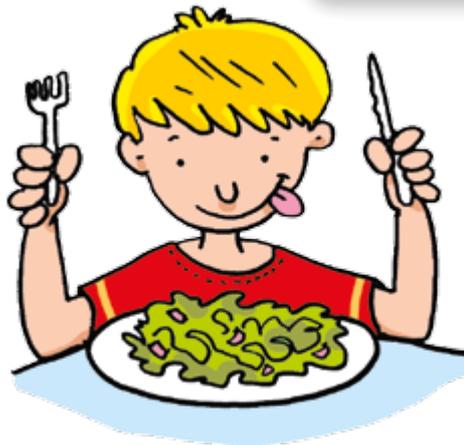
Ajoutez les « crétons » aux pommes de terre dans la cocotte et mélangez le tout.

Ajoutez les feuilles de pissenlit lavées et épluchées dans la cocotte pour les faire cuire quelques minutes.

Remuez le tout et servez. Régalez-vous !

Ingrédients

- 2 kg de pommes de terre Charlotte
- 500 g de lard maigre de porc
- 150 g de lard gras* de porc
- 150 g de feuilles de pissenlit
- 10 cl environ de vinaigre de cidre ou de framboise (suivant vos goûts)



*Le **lard gras** est un morceau de lard sans aucune partie maigre. Il est présenté en bloc blanc comme la neige comprenant la couenne. On l'appelle également « bardière ». Demandez-en à votre boucher.

Un peu de patois ardennais

On appelle « **créton » les petits morceaux de lard gras qui ont doré et sont devenus croustillants.

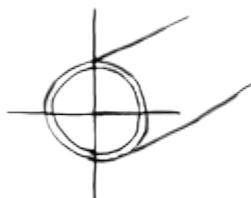


La physique du pissenlit

Le pissenlit qui se recroqueville dans l'eau, vous connaissez ? C'est une petite expérience à faire en famille.

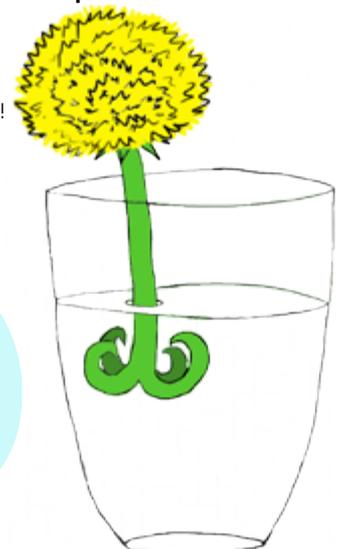
Cueillez un pissenlit avec une longue tige. Coupez-la à la base en gardant la fleur. Incisez la tige sur quelques centimètres dans le sens de la longueur (en croix).

Placez-la dans un verre d'eau : surprise !



Explication

En plongeant la tige dans un verre d'eau, les cellules de la paroi interne de la tige se remplissent d'eau et se dilatent fortement, tandis que celles de la paroi externe ne bougent pas : elles sont imperméables. L'augmentation de volume de la paroi interne entraîne l'enroulement de l'extrémité.





C'est l'heure d'une petite comptine

Les pissenlits

J'ai cueilli, j'ai cueilli,
Trois fleurs de pissenlit, trois fleurs de pissenlit.
J'ai choisi, j'ai choisi,
Les plus épanouies, les plus épanouies.

Mais les autres m'ont dit, tireli,
C'est que des pissenlits, mon ami,
C'est même pas joli.

Mais les autres m'ont dit, tireli,
C'est que des pissenlits, mon ami,
C'est même pas joli.

J'ai cueilli, j'ai cueilli,
Trois autres pissenlits, trois autres
pissenlits.
J'ai choisi, j'ai choisi,
Les plus épanouis, les plus épanouis.

Et la maîtresse a dit, tireli,
Qu'ils étaient très jolis, mes amis,
Et elle a dit merci.

Et la maîtresse a dit, tireli,
Qu'ils étaient très jolis, mes amis,
Et elle a dit merci.

« J'aime bien les pissenlits », elle a dit,
« J'aime bien les pissenlits, c'est joli. »
Elle a dit : « Eh bien oui ! »



Les Fabulettes d'Anne Sylvestre
www.annesylvestre.com



Un crayon avec une fleur

Vous aimeriez tellement utiliser directement les couleurs glanées au gré d'une balade pour créer, dessiner, mettre en couleurs vos petites créations sur papier... Avec le pissenlit, c'est possible !

Cueillez une fleur de pissenlit.
Utilisez la fleur comme un crayon de couleur.
Amusez-vous à trouver différentes teintes.

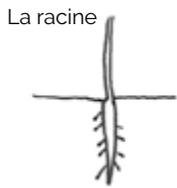
Le saviez-vous ?

Les fleurs de pissenlit peuvent également vous permettre de teindre des tissus en jaune. En effet, comme le tournesol ou les feuilles de céleri, elles sont souvent utilisées pour fabriquer des teintures naturelles.





Le fruit



La racine

CARTE D'IDENTITE - République de la biodiversité

Nom : Pissenlit dent-de-lion

Nom latin : *Taraxacum officinale* L.

Autres noms : Dent-de-lion, Or des prés, Vol-au-vent, chicorée sauvage...

Famille : Astéracées

Description :

Plante : Haute de 10 à 50 cm.

Fleur : Nombreuses fleurs en languettes (appelée ligules) en capitule de diamètre de 3,5 à 5 cm portées par un long pétiole creux.

Feuille : Feuilles en rosette, lobées et dentées.

Fruit : Akène à bec surmonté d'une aigrette.

Racine : Pivot charnu et brun.

Habitat : Chemins, prairies, terrains vagues, prés.

Répartition : Présente sur toute l'Europe.

Utilisation : En médecine pour de nombreuses propriétés, entièrement comestible. Mellifère (très appréciée par les insectes pollinisateurs).



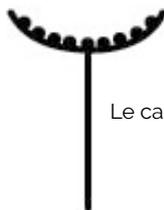
La feuille lobée et dentée

Zoom sur une ligule



Un bouquet de fleurs avec un seul pissenlit ...

Le pissenlit est un ensemble de fleurs en languettes ou **ligules**. Son inflorescence est un **capitule**, c'est-à-dire que les ligules sont réunies sur un réceptacle élargi.



Le capitule

Un peu d'étymologie

Le terme « pissenlit » est lié aux propriétés diurétiques de la plante... Vous vous en doutiez !? Ce mot apparaît au XVI^e siècle. Un peu plus tard, les apothicaires la baptiseront « *Herba urinaria* ».



Le saviez-vous ?

Le pissenlit colonise facilement un sol nu. Pendant le printemps et au début de l'été, son pollen est une source de nourriture utile pour de nombreux insectes. La plante est capable de produire des graines viables sans pollinisation ni fécondation !



© FCPN (2018) - Tous droits réservés

Rédacteur : Fanny Husson

Illustrations : Mailis Guys

Cartoons : Georges Crisci

Photos : Pixabay

www.nature-en-famille.org

