



Le Pissenlit

Taraxacum officinale

(Astéracées)



Qui est-il ?

La plante la plus banale qui soit, direz-vous mais je rajouterais « oh ! Combien intéressante ! ».

Qui ne connaît pas le Pissenlit ? C'est peut-être la plante la plus répandue sur toute la surface de la Terre. Qui n'a jamais joué à souffler sur ses aigrettes pour le seul plaisir de les voir s'envoler ? Le Pissenlit, plante pourchassée par les amateurs de pelouse parfaite, est considéré par d'autres comme « l'or du pré ». Quoi de plus beau qu'une prairie parsemée de points jaune lumineux ?

Comment le reconnaître ?

Facilement identifiable à ses feuilles découpées, ses « fleurs » en capitules jaunes et ses « fruits » en boule, le Pissenlit peut cependant être confondu avec certains de ses cousins. Vérifiez l'absence de poils sur la plante (le Pissenlit est totalement glabre) et l'existence d'une fleur unique sur la tige. Ne cherchez pas les pissenlits trop tôt le matin car leurs fleurs ne s'ouvrent que vers 10h00 quand il y a suffisamment de lumière.

Si vous observez de près une « fleur » de Pissenlit, sachez que ce que vous prenez pour des pétales sont en réalité des fleurs à part entière qui, chacune, donneront un fruit (sorte de petit parachute appelé aigrette).

Autrefois, sa famille portait le nom de « composées », ce qui expliquait bien sa structure. Elle a pris aujourd'hui le nom d'astéracées, selon la nouvelle règle imposant un nom de famille issu d'un des membres de cette famille (ici l'Aster).



*Pour les botanistes, signalons que le nom latin de cette plante (*Taraxacum officinale*) est aujourd'hui révolu. Amusez-vous à chercher sa nouvelle appellation scientifique mais vous risquez d'y perdre votre latin justement. La nouvelle nomenclature n'a pas fini de nous dérouter !*

Où le rencontrer ?

Presque partout où il y a de la lumière car il s'accommode mal de l'ombre. Il peut pousser jusqu'à 2000 m d'altitude.

Qu'en faire ?

Vaste affaire ! La plante a été très vite appréciée par les hommes et les animaux herbivores, pour ses vertus alimentaires et médicinales, celle de diurétique lui ayant valu son nom.

Tout est bon dans le Pissenlit : traitons le de bas en haut :



- **sa racine** sert à faire des préparations pour le foie.
- **ses feuilles** sont utilisées en cuisine : on ne peut que se régaler d'une bonne salade de pissenlits aux lardons et croûtons !
- **ses fleurs**, débarrassées des bractées vertes, servent à fabriquer une délicieuse gelée couleur de miel ou du « vin de pissenlit ».
- **ses fruits** peuvent prédire l'avenir : les faire s'envoler d'un seul coup est un bon présage et leur direction vous renseignera sur vos amours.

En bref, n'hésitez pas à profiter de ce bienfait de la nature avant de « manger les pissenlits par la racine »!

