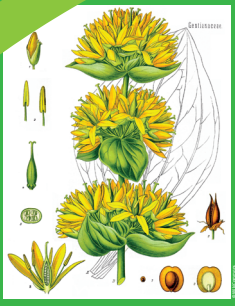
Espace Val-de-Ruz

Les Chemins chouettes

vous présentent ici

La gentiane jaune, reine des pâturages boisés jurassiens



La gentiane jaune peut atteindre 1–2 m et vivre un demi-siècle. Son développement est lent. La première floraison n'apparaît qu'après sept ans. Les feuilles basales forment de vastes rosettes pouvant atteindre 80 cm. Les feuilles caulinaires sont opposées et sessiles. Les pétales forment une corolle jaune en forme d'étoile de 5 à 9 lobes. Les feuilles sont grandes, largement ovales, et comptent 5 à 8 nervures se réunissant au sommet. Le dessin ci-dessus détaille de haut en bas et de gauche à droite le calice vert fendu sur le côté, les anthères ou étamines, le fruit surmonté de 2 stigmates et contenant de nombreuses graines, ainsi que la vue en coupe de ces graines à maturation.

Photo: Kurt Stüdeli

La gentiane jaune *gentiana lutea*, appelée aussi grande gentiane, est une plante herbacée à suc amer qui pousse dans les pâturages de montagne encore riches en biodiversité, en particulier dans le Jura, les Préalpes, le Massif central, les Vosges, les Pyrénées… Ses propriétés toniques et digestives sont connues depuis l'Antiquité. On la nomme d'ailleurs aussi parfois gentiane officinale. Malheureusement, avec l'exploitation plus intensive des pâturages, elle n'est plus aussi fréquente qu'autrefois.

Dès les origines, une plante médicinale aux mille vertus

Selon Pline, écrivain romain, un certain Gentius, roi d'Illyrie (rive Est de l'Adriatique), qui avait été blessé, dut son salut et sa guérison à une décoction de racines d'une grande plante jaune… Le nom de gentiane trouverait donc ses origines dans les temps anciens déjà. En Chine, la médecine traditionnelle utilise, depuis plus de 5'000 ans les racines de certaines gentianes à des fins thérapeutiques. Dioscoride, médecin grec du premier siècle avait introduit une gentiane reconnue comme *gentiana lutea* dans son traité de matière médicale et Galien, père de la pharmacie, à longuement insisté sur l'efficacité de la gentiane jaune. Au Moyen-Age, elle devint un remède « universel », y compris contre la peste et pour les élixirs de longue vie.

Principes actifs

La racine de gentiane renferme plusieurs substances actives; ce sont des glucosides amers. La racine de gentiane est la plus amère de toutes, une dilution de 1:12'000 laisse encore percevoir l'amertume.

Propriétés

Elle exerce une action tonique sur tout le système digestif. C'est un stomachique dans les cas d'anorexie, de dyspepsie, un fébrifuge, un tonique cholérétique et cholagogue.

Une place à table

Notons enfin que la gentiane a aussi trouvé **une place à la table des grands chefs de cuisine et en cuisine familiale**, avec des recettes telles que la compote de poires à la gentiane, la gelée d'orange confite, l'omelette douceur gentiane, le sorbet à la gentiane…

Un Cercle européen

Il existe en outre une **association internationale consacrée aux gentianes: le Cercle européen d'étude des gentianacées (CEEG)**, qui réunit plus de 500 professionnels (industriels, artisans, chercheurs, restaurateurs passionnés ou simples amateurs de gentianes) issus de France, de Suisse, d'Allemagne et d'Italie. Depuis 2010, le CEEG fait la promotion des « Villages européens de la gentiane ». Les villages potentiellement candidats sont nombreux, y compris dans la région!

Aussi en bouteilles…

En 1852, le botaniste Ch.-H. Godet dans son ouvrage « Flore du Jura[1] » décrit la gentiane jaune (*gentiana lutea*) et formule quelques remarques sur l'utilisation de ce produit du terroir avant la lettre, aux vertus médicinales: « Sa racine, dont on faisait fréquemment usage comme fébrifuge, avant la découverte du quinquina, est encore employée comme tonique, stomachique et vermifuge. C'est aussi avec l'infusion de la racine que l'on prépare l'eau-de-vie de gentiane dont l'usage est malheureusement trop répandu dans nos montagnes ». La distillation était en effet pratiquée assez largement dans les fermes d'altitude. Elle se poursuit aujourd'hui encore, quoique moins intensivement, et toujours gardé dans notre région un caractère artisanal.

Ce sont les racines de la plante qui sont utilisées. Après arrachage, elles sont lavées et hachées puis mises à macérer dans un tonneau, recouvertes d'eau. Le couvercle ne doit pas être fermé hermétiquement, la fermentation se manifestant après quelques jours par des bulles et gargouillis. Elle dure environ 2 mois, puis la distillation peut commencer. Pour 100 kg de racines, on obtient 6-7 litres d'eau-de-vie à 45-50 degrés. La Régie fédérale des alcools soumet les distillateurs à un strict contrôle du détail des opérations et des quantités produites.

A côté de l'eau-de-vie, la gentiane s'apprécie donc aussi sous forme de tisane, de liqueur, d'apéritif. C'est d'ailleurs avec le développement des boissons apéritives et digestives dès la fin du 19e siècle que la production industrielle d'alcools de gentiane a démarré, surtout en France. La popularité de la gentiane est alors passée des cuisines rurales et des officines aux tables de bistros où elle se trouve encore. A la fin du 19e siècle, par exemple, le village auvergnat de Salers a donné son nom (que l'on connaît surtout pour sa race de vaches et son fromage), à un apéritif à base de gentiane produit industriellement. Mais c'est peut-être de tout près de nous que provient la recette et le nom d'un des apéritifs à la gentiane les plus connus: la *Suze*. Les propriétaires actuels de la marque en attribuent la paternité à un industriel parisien « des 1889 ». Mais le village de Sonvilier la revendique de son côté comme ayant été initialement un élixir inventé vers la fin du 19e siècle aussi par un herboriste local, qui en aurait vendu la formule à un Français intéressé. Il lui aurait en même temps suggéré le nom de la rivière près de laquelle fonctionnait sa petite distillerie de l'époque : la Suze, qui prend sa source en contrebas de la Vue-des-Alpes et arrose le vallon de Saint-Imier pour se jeter dans le lac de Bienne.

Le fait que la racine soit la partie utilisable de la plante est en soi une limite à l'extension de son exploitation. D'une part, l'arrachage est une action pénible faite avec une sorte de croc, et les arrachers de gentianes se font rares. D'autre part la croissance lente de la plante impose des cycles de 20-25 ans avant arrachage, restreignant du coup la fréquence des récoltes.

Racines de gentiane jaune (coupées) et les plantes fraîches (entières)

Photo: Kurt Stüdeli

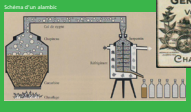


Schéma d'un alambic

Référence:
J.-L. Godet, Ch. Lebiès, *L'ouverture de la Flore jaune*, Editions Cabedita, collection Archives vivantes 2006
Arni Isaac Philippe, Nos métiers de la terre, le distillateur de gentiane, Editions Mondis, 1985
[1] Godet Ch.-H., *Flore du Jura ou description des végétaux vasculaires qui croissent spontanément dans le Jura suisse et français, plus spécialement dans le Jura neuchâtelois. Neuchâtel 1852*

Les *Chemins chouettes* d'Espace Val-de-Ruz vous font découvrir le patrimoine naturel et culturel de la région au gré de votre curiosité et de vos possibilités. Pour en savoir plus: **www.chemins-chouettes.ch**

©2011 Espace Val-de-Ruz, association régionale pour la promotion de l'économie, de la culture et du sport, case postale 34, 2053 Cernier, T +41 32 889 63 89

ne.ch
RÉPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL
DÉPARTEMENT DE L'ECONOMIE

Loterie Romande

UNION
SOCIÉTÉ PHILANTHROPIQUE SUISSE
SCHWEIZERISCHE PHILANTHROPISCHE GESELLSCHAFT