

« Ces plantes méprisées »

BOTANIQUE. L'ethnobotaniste François Couplan regrette que nous ne connaissions plus les vertus des plantes. Sa connaissance encyclopédique de la botanique désigne avant tout un art de vivre.

Fils de Saint-Cyrien grandi à Paris, rien ne le destinait à parcourir le monde, curiosité botanique en guise de boussole. Aujourd'hui, à 70 ans, François Couplan, défend les vertus comestibles (et gustatives) de ces plantes sauvages qu'il connaît des pétales aux racines. Chez lui, la fréquentation des plantes – et leur consommation – est une réponse à nos modes de vie éternels, calibrés, mis sous cellophane, dont il pointe les effets délétères actuels.

Votre livre « Ce que les plantes ont à nous dire » invite à regarder les plantes sauvages. Pourquoi malgré leurs vertus comestibles, ont-elles toujours mauvaise réputation ?

François Couplan : « Voici 10 000 ans, on a décidé de cultiver pour se nourrir. Très vite, cette capacité à stocker des grains a façonné les civilisations ; ainsi ce que l'on mange indique un marqueur de notre statut social. La différence de classe entre nobles et manants s'exprimait par l'habitat et par la nourriture. Les légumes cultivés, produits raffinés, étaient réservés aux tables les plus riches, tandis que la consommation des plantes sauvages était synonyme de disette ou de misère. Cette distinction a peu changé depuis des siècles. La société a séparé le sauvage du cultivé et les connaissances se sont ainsi effacées des mémoires. La mauvaise réputation des plantes s'étant prolongée, les gens ne savent plus rien de cette richesse qui est pourtant à disposition sous nos yeux. »

Sur le territoire européen, vous avez recensé environ 1600 espèces comestibles. Toutes oubliées ou presque.

« Le choix est large, variant selon les saisons et les milieux naturels. En ce moment, autour de chez moi en Suisse, j'en cueille une dizaine. Avec l'arrivée du printemps, ce sera bientôt fête ! Comparé à la trentaine de variétés de légumes cultivés vendus dans le commer-



François Couplan raconte ces plantes sauvages succulentes qui poussent partout, et que nul ne songe à consommer.

Photo Caroline Garnier

ce, le choix offert à l'état sauvage est énorme. Par exemple, je vous prépare un repas avec les plus basiques : en apéritif, des canapés au pesto de plantain ou au lierre terrestre, puis un gratin de feuilles de berce avec un peu d'oseille ou une omelette aux égo-podes. Je pourrais aussi servir de la consoude à l'étonnant goût de sole, puis en dessert partager un mille-feuille de pommes au caramel d'ortie. Avec ça, on est heureux ! »

Au fil de vos voyages, vous avez noté l'exception crétoise. Comment l'expliquez-

vous ?

« Les Crétois ont gardé leurs traditions vivaces et dès mon premier voyage dans les années 1990, j'étais sidéré de voir leurs étals où les espèces sauvages côtoyaient les variétés cultivées. Ils étaient fiers de défendre leurs cueillettes. La Crète incarne encore la civilisation de la plante sauvage et ce n'est pas étranger aux mérites du fameux régime crétois. »

En dehors des variétés comestibles, vous vous intéressez à toutes les plantes sauvages comestibles dont nous ignorons l'existence,

jusqu'au cœur des villes.

« Sur la seule pelouse de Vincennes, à la sortie du métro, avec mes élèves, nous avons dénombré une quarantaine de plantes fascinantes. Cela va du sureau aux orties, des oignons sauvages aux stellaires. Dans l'indifférence générale, ces « mauvaises herbes » déploient des merveilles. Les gens ne prennent plus le temps de regarder ! »

Quelle est votre définition des mauvaises herbes ?

« Comme les plantes dites invasives, cette expression manifeste notre dénaturalisation. Dans un monde ran-

gé, propre, les mauvaises herbes, celles que l'on n'a pas plantées, semées, font « sale ». Elles doivent donc être éliminées. En ce qui concerne les plantes invasives dont l'arrachage coûte beaucoup d'argent aux collectivités, on leur reproche d'empêcher la flore locale de se développer, de prendre la place des plantes indigènes. On les éradique donc sans avoir la moindre idée de ce qui poussera à la place. Toutefois, parmi les notes positives, je retiens l'abandon progressif dans les communes des produits phytosanitaires. Ainsi les plantes poussent à nouveau entre les pavés... »

Votre étude de la flore révèle aussi la communication des plantes entre elles. Vous partagez les théories de l'Allemand Peter Wohlleben ? La vie secrète des plantes est aussi étonnante que celle des arbres ?

« Je ne suis pas tout à fait du même avis que Wohlleben car je me garde de l'anthropomorphisme. Je ne prête pas d'intelligence humaine aux plantes. C'est bien de s'émerveiller devant elles, de connaître leurs mécanismes de communication, les signaux qu'elles envoient, les formes d'intelligence qu'elles déploient. Néanmoins, elles appartiennent au règne végétal et ne font pas preuve de sentiments à notre égard. Il existe une multitude de façons d'être au monde que la nôtre et tout aussi performantes, sans pour autant établir de points communs avec l'être humain. Chacun à (a) sa place. »

Frédérique Bréhaut

BIO EXPRESS

5 janvier 1950. Naissance à Paris. 1974 à 1984. Vit aux États-Unis. 1983. Publie « Le régéral végétal ». 1996. Passe son doctorat au Muséum national d'Histoire naturelle. 2008. Crée le Collège d'ethnobotanique à Brindas (Rhône). 2020. Publie « Ce que les plantes ont à nous dire » (Les Liens qui Libèrent).