



Le houblon

Humulus Lupulus

Bien connu des belges parce qu'il entre dans la fabrication de la bière, le houblon pousse à l'état sauvage, dans les haies et à la lisière des forêts où il aime s'installer dans les sols enrichis par l'humus, d'où peut-être son nom latin, humulus, mais rien n'est moins sûr. Tout comme la bryone, le chèvrefeuille et la clématite, le houblon est une liane : ses tiges peuvent atteindre plusieurs mètres de long, mais sont incapables, à elles seules, de supporter le poids de la plante. Pour se développer et atteindre la lumière, elles ont absolument besoin d'un support sur lequel s'appuyer. Les romains qui pensaient que le houblon pompe la sève des plantes autour desquelles il s'enroule le nommaient lupulus, qui signifie petit loup, en rapport probablement avec son caractère vorace. Mais en fait, il n'en n'est rien, une puissante racine présente en toute saison assure entièrement l'alimentation de la plante. Toutefois, bien que le houblon soit vivace, les tiges sont herbacées et disparaissent totalement en hiver. De section carrée, elles sont, tout comme les feuilles, très rugueuses au toucher : passez les doigts « à rebrousse poil »

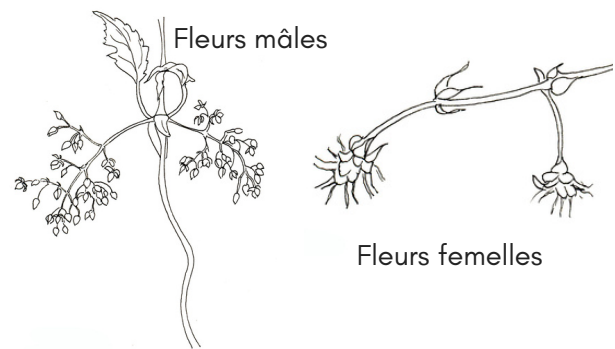


et vous sentirez comme cela accroche ! Les feuilles divisées en 3 à 5 lobes ovales, dentés et pointus ressemblent assez fort à celles de la vigne. Fixées deux par deux tout le long de la tige, elles sont portées par un pétiole assez long.

On reconnaît le houblon à ses tiges volubiles, munies de feuilles opposées et pourvues de vrilles, qui s'enroulent autour de leur support, généralement la végétation avoisinante, dans le sens des aiguilles d'une montre. Il se distingue facilement de la bryone, autre liane herbacée, dont la tige est munie de vrilles opposées aux feuilles ainsi que de la clématite et du chèvrefeuille qui sont ligneux et dont les tiges persistent durant toute l'année. Celles de la clématite, parfois très épaisses et couvertes d'une écorce grise, portent des feuilles opposées, composées de 3 à 7 folioles et s'accrochent au support par leur pétiole. Le chèvrefeuille nettement plus frêle que la clématite grimpe lui aussi en s'enroulant autour de son support, mais ses feuilles sont entières et ovales.

Comme le chanvre, le houblon, fait partie de la famille des cannabacées. Dioïque, il a les fleurs mâles et les fleurs femelles portées sur des pieds différents. La plante est donc soit mâle, soit femelle et, pour assurer sa reproduction, elle dépend entièrement d'un convoyeur de pollen, ici le vent. Mais vous ne pourrez reconnaître les pieds mâles des pieds femelles qu'au moment de la floraison, de juin à septembre ou, plus tard, lorsque les fruits sont formés. Les pieds mâles portent de minuscules fleurs jaune-verdâtre composées de 5 tépales et 5 étamines et dépourvues de pistil. Réunies en grappes lâches disposées à la base des feuilles, ces fleurs produisent uniquement du pollen. Les pieds femelles, se reconnaissent eux grâce à la présence de fleurs femelles toute petites aussi, formées d'une simple bractée allongée et d'un pistil. Elles sont réunies sous forme de petits bouquets pendants, eux-mêmes regroupés par plusieurs sur de longs pédoncules. Les fleurs femelles ne peuvent commencer leur transformation en fruit et produire des graines, qu'après l'arrivée de pollen extérieur. Lorsqu'elles arrivent à maturité vers la fin de l'été, les petites bractées qui formaient les fleurs se sont élargies et sont devenues membraneuses. Elles portent, à leur base, de minuscules petites glandes brillantes qui, en se détachant, forment une sorte de poussière jaune, odorante et amère, le lupulin. Cette « poussière » contient entre autre des huiles essentielles et de la lupuline, de la résine, de la cire ainsi que des principes œstrogènes. La lupuline se décompose en acides aux propriétés antioxydantes et antibactériennes, responsables de l'amertume et de la conservation de la bière.

Les jeunes pousses de houblon légèrement amères, récoltées fin avril-début mai, sont utilisées depuis l'Antiquité à des fins culinaires. Coupées en petits morceaux, elles peuvent être ajoutées aux salades, mais c'est surtout cuites à la manière des asperges et servies avec une petite sauce qu'elles sont le plus appréciées.



Les cônes arrivés à maturité qui parfument agréablement différentes boissons dont la bière, et ce, probablement déjà depuis le 9ème siècle, ont également été utilisés dans le nord canadien pour fabriquer du levain pour le pain que les trappeurs et chasseurs emportaient avec eux lors de leurs lointaines expéditions. En médecine, ils sont connus pour leurs propriétés à la fois digestives, tonifiantes et calmantes ainsi que pour leur effet galactogène. Récoltés à l'état sec pour préparer des tisanes, ils peuvent aussi être glissés dans un simple sac en tissus et former un agréable oreiller parfumé qui favorise le sommeil ! Toutefois, leur abus ou un contact prolongé peut s'avérer toxique et provoquer des troubles du système nerveux comme des maux de tête, des vertiges... Ce n'est évidemment pas le cas d'un utilisateur modéré, mais les cueilleurs professionnels et les brasseurs qui manipulent continuellement la plante y sont particulièrement exposés.



JETS DE HOUBLON À L'ITALIENNE

- Jeter les jets de houblon dans l'eau bouillante salée et les laisser cuire 15 minutes environ (on peut les réunir en petits fagots)
- Egoutter et disposer dans un plat
- Faire fondre du beurre avec un peu de sel, de poivre et d'ail
- Verser sur les jets et saupoudrer d'un peu de persil haché et de parmesan finement râpé

SOURCES

- Plantes sauvages comestibles – François Couplan – Guide Point vert – Hatier
- Le régal végétal – François Couplan – Encyclopédie des plantes sauvages comestibles et toxiques de l'Europe – Sang de la Terre

