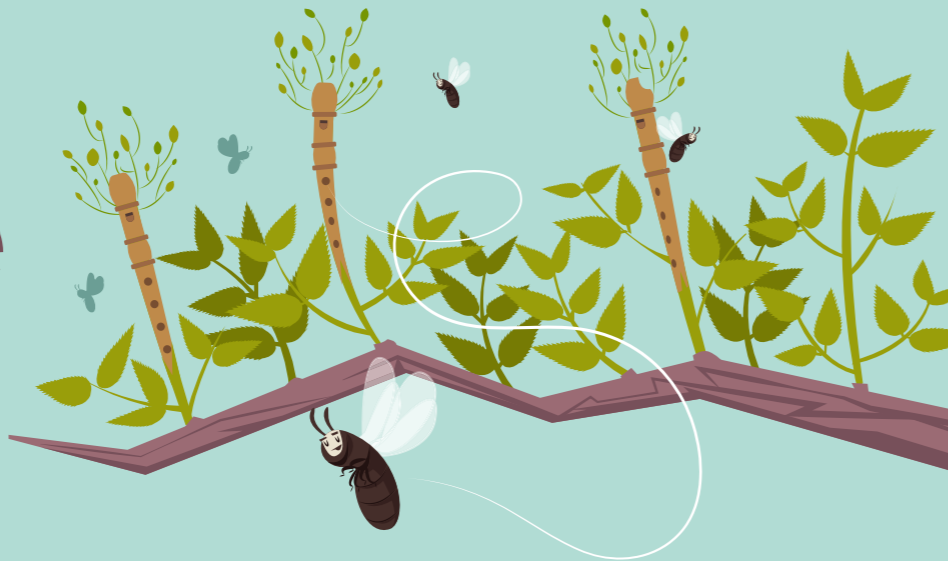


# L'arbre aux flûtes

Textes : Olivier Allard, Lionelle Maryns et Viviane Vancoppenolle  
Illustrations : Lepoum



## La fiche

### LE SUREAU NOIR

*Sambucus nigra*

Le sureau est un arbuste très présent chez nous. Le nom latin *Sambucus* provient du grec *sambûke* qui veut dire flûte. En effet, il est aisé de réaliser des petits instruments avec ses branches.

#### COMMENT LE RECONNAÎTRE ?

Il possède une écorce d'abord lisse et verte, puis rugueuse avec un aspect de liège. Les tiges creuses contiennent une moelle blanche. Les feuilles sont composées de 5 à 7 folioles. La floraison en corymbe (forme de pomme d'arrosoir) débute au mois de mai et est suivie de fruits en forme de petites boules noires.

#### SON RÔLE DANS LA NATURE ?

Ses rameaux offrent la protection à beaucoup d'oiseaux nicheurs. Mais les insectes ne sont pas en reste : les fleurs sont très mellifères et les rameaux creusés servent de site de nidification à plusieurs espèces d'abeilles.

#### OÙ LE TROUVER ?

Le sureau noir est très répandu. On le rencontre dans les bois clairs, les haies, les terrains vagues ou les jardins. Il s'agit d'un des premiers arbustes à repousser sur les terrains abandonnés ou mis à nu.

#### COMMENT L'UTILISER ?

Outre sa place de choix en médecine traditionnelle et ses utilisations culinaires (gelée, sirop, beignets...), le sureau noir peut servir à réaliser des instruments de musique, des jouets, faire de la teinture...

## La recette

### SIROP DE BAIES DE SUREAU



LE SIROP DE BAIES DE SUREAU, SUDORIFIQUE, EST EXCELLENT CONTRE LA TOUX ET LES REFROIDISSEMENTS.

- Récoltez les baies lorsqu'elles sont toutes bien noires (il faut parfois trier).
- Faites les cuire à feu doux jusqu'à ce qu'elles éclatent. Remuez souvent.
- Laissez refroidir, puis pressez et filtrez pour extraire tout le jus (si vous avez un extracteur, c'est encore plus facile !). Pesez le jus et ajoutez la moitié de son poids en sucre.
- Portez 5 minutes à ébullition douce. Écumez et filtrez de nouveau avant la mise en bouteilles.
- Stérilisé, ce sirop se conserve plusieurs mois.

*Posologie : 1 cuillère à soupe matin, midi et soir. Vous pouvez également en mettre deux cuillères à soupe dans une tasse d'eau bien chaude avant d'aller dormir.*

PHILIPPE VILCOT EST ÉCO-CONSEILLER. IL HABITE LE JOLI PETIT VILLAGE DE GONDREGNIES DANS LA COMMUNE DE SILLY ET POSSÈDE UN JARDIN, UNE PRAIRIE ET UN PETIT BOIS QUI ONT REÇU LE LABEL RÉSEAU NATURE EN 2012. L'ACCUEIL DE LA BIODIVERSITÉ LUI TIENT RÉELLEMENT À CŒUR, IL LAISSE D'AILLEURS BEAUCOUP D'ESPÈCES INDIGÈNES S'INSTALLER LIBREMENT CHEZ LUI.

#### VOUS AVEZ DU SUREAU NOIR SUR VOTRE TERRAIN ?

Oui, l'espèce est arrivée spontanément dans le jardin et dans le bois. Je l'ai laissée prendre sa place car elle n'est pas envahissante et se taille facilement au besoin.

#### EN QUOI EST-IL INTÉRESSANT ?

C'est une essence indigène florifère et très jolie en fleurs comme en fruits. Pourquoi dès lors ne pas la garder ? D'autant que son impact sur la biodiversité est très positif, elle attire beaucoup d'insectes et d'oiseaux.

#### L'UTILISEZ-VOUS EN CUISINE SAUVAGE ?

J'ai déjà cuisiné les fleurs en beignets et réalisé du vin de sureau en laissant infuser les fleurs dans du vin blanc. Je concocte également mon propre sirop à partir des baies que nous utilisons comme remède contre la toux et les états grippaux. Les usages des diverses parties du sureau sont si nombreux que, jadis, chaque maison en possédait un. ■

