

La Plante du mois : Asperge à feuilles aigües (*Asparagus acutifolius*)

Le printemps s'annonce. Si quelques gouttes d'eau arrosent la garrigue, les forêts de pins, ou les terrains en friche du Midi de la France, la voici qui sort du sol, issue d'un rhizome souterrain, toute fragile, encore tendre, prête à se développer.

Mais de quelle plante s'agit-il ?

Tout simplement de l'Asperge à feuilles aigües (*Asparagus acutifolius*) souvent désignée par « Asperge sauvage ».

La jeune pousse, nommée turion, présente une tige verte, un peu foncée, tirant sur le gris, parfois teintée de mauve, de diamètre variable (6 à 7 mm pour les plus grosses).

Elle s'élanche vers le ciel, cherchant la lumière, toute droite, longiligne, d'où la ressemblance établie entre elle et une personne dans l'expression familière un peu péjorative et moqueuse de « grande asperge ». Quel injuste dénigrement pour notre belle plante !



Feuilles



Sur la tige se trouvent quelques petites écailles translucides (surtout au sommet) qui sont les vraies feuilles de la plante mais elles ne sont pas fonctionnelles.



A l'aisselle de ces écailles partent des tiges sur lesquelles vont se développer les cladodes. Ce sont des organes qui ont l'apparence d'une feuille mais qui, morphologiquement, présentent des différences. Ces cladodes remplissent tous les rôles de la feuille : photosynthèse, respiration et réserves.



Les cladodes sont disposés en petits bouquets étoilés sur les tiges. Ils sont courts, cylindriques, raides, munis d'une pointe (appelée mucron) donc piquants et ils sont aussi persistants.



Petit à petit la tige se lignifie et devient coriace. Elle peut parfois dépasser un mètre et composer avec d'autres tiges un petit buisson.



A partir de juillet jusqu'au mois de septembre, les inflorescences apparaissent sous forme de glomérules.

Ce sont des ensembles composés de petites fleurs jaunes à verdâtres, denses et sessiles. Elles dégagent un parfum très odorant, suave qui attire fortement les abeilles (*Apis mellifera*).

L'Asperge à feuilles aiguës est dioïque.

Les fleurs des plantes mâles produisent du pollen qui, transporté par des insectes, fécondera les fleurs des plantes femelles.

Des fruits vont alors se former. Ce sont des baies noires, de la taille de petits pois, contenant une à deux graines.

Leur dissémination s'effectue via le tube digestif des animaux. Ce type de propagation porte le nom d'endozoochorie.



L'asperge à feuilles aiguës (*Asparagus acutifolius*) appartient à la famille des Asparagacées.

La classification phylogénétique inclut maintenant dans cette famille des genres précédemment placés dans d'autres familles, entre autres celle des Liliacées.

Ce sont des plantes monocotylédones dont le périanthe est composé par trois sépales et trois pétales semblables. Ces six tépales peuvent être parfois libres ou parfois soudés.

Voici une petite présentation de quelques Asparagacées très connues ou très présentes dans notre environnement méditerranéen.



Aphyllanthes monspeliensis
Aphyllanthe de montpellier



Muscari neglectum
Muscari négligé



Ruscus aculeatus
Fragon



Loncomelos narbonensis
Ornithogale de Narbonne



Scilla bifolia
Scille à deux feuilles



Anthericum liliago
Phalangère à fleurs de lis



Agave americana
Agave d'Amérique



Polygonatum odoratum
Sceau de Salomon odorant



Honorus nutans
Ornithogale penché



Convallaria majalis
Muguet de mai

Cependant l'asperge à feuilles aigües présente un avantage indéniable sur ses autres « consœurs » : sa comestibilité ! De plus, elle regorge de propriétés bénéfiques pour l'organisme : faible valeur calorique, riche en fibres et en vitamines (A, B, PP), pouvoir antioxydant élevé, action dépurative et effet diurétique grâce à la présence de l'acide aminé l'asparagine qui donne à l'urine cette odeur si particulière.

La cueillette

On peut partir à sa recherche dès la fin février dans les collines. Les enfants adorent cette cueillette car cette plante est facilement repérable. Contrairement aux champignons, elle ne présente aucun doute sur son identification et donc n'entraîne aucune crainte d'empoisonnement. De plus elle pousse « en bande » : quand on en trouve une, généralement d'autres ne sont pas très loin.

Mais cette cueillette nécessite quelques précautions pour ne pas détruire ce petit trésor de la nature.

Eviter surtout de l'arracher en tirant dessus au risque d'endommager le précieux rhizome souterrain. Il est préférable de la casser délicatement à la main ou de la couper dans sa partie tendre (celle utilisée en cuisine).

La partie restante, plus ligneuse va produire de nouvelles pousses latérales et pourra ainsi continuer sa croissance.

Laisser quelques jeunes pousses (les turions) en place afin d'assurer leur reproduction future.

Ces recommandations suivies préservent les sites de cueillette, celle-ci étant ainsi effectuée dans le plus grand respect de la plante et de la nature.

La cuisine

Les saveurs d'une asperge sauvage sont prononcées et légèrement amères. On peut la faire cuire comme le sont les asperges du commerce mais dans le midi c'est en omelette qu'elle est le plus souvent préparée et appréciée.

Comment procéder ? Voici une des recettes possibles :

- Passer sous l'eau le bouquet d'asperges pour enlever les impuretés.
- Les sécher et les découper en petits tronçons.
- Les faire frire dans une poêle quelques minutes dans un peu d'huile.
- Casser et battre les œufs dans un bol, ajouter sel et poivre.
- Mélanger dans la poêle asperges et œufs battus.
- Lorsque l'omelette se détache des parois de la poêle, la retourner et la faire cuire quelques secondes encore.

C'est prêt maintenant pour la dégustation bien méritée après de longues heures de marche et de cueillette dans les collines.

Régalez-vous et bon appétit !



Texte de Nicole CELLE et photos de Jean-Claude MÉRIC.