

La cueillette de Valo

La prêle



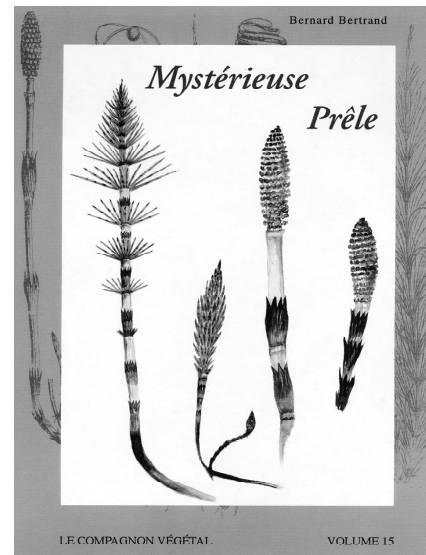
Inconnue ou méprisée, voire haïe, la prêle est une plante très particulière dans le règne végétal. Sa famille, les Articulés, existe depuis plus de 360 millions d'années. Avec les algues, les mousses et les fougères, ce sont les premiers végétaux chlorophylliens.

Les prêles ne sont pas, comme on les appelle souvent à tort, des *plantes fossiles*. Les formes contemporaines, herbacées, ne ressemblent en rien aux prêles du Carbonifère qui pouvaient mesurer jusqu'à 20 à 30 mètres de haut et plus d'un 1 mètre de diamètre.

Idem pour les fougères, d'ailleurs.

La prêle pousse au bord des rivières et dans les sols gorgés d'eau. Elle affectionne les sols argileux, lourds, souvent dégradés par de mauvaises pratiques agricoles (compactage, érosion) et les sols pollués. Aucun herbicide n'arrive à l'éradiquer : elle sacrifie ses parties aériennes et ses racines de surface pour protéger celles de profondeur (elle descend jusqu'à plusieurs mètres). Quand les conditions redeviennent meilleures, elle envahit tout, avant que toute autre plante puisse pousser. C'est une plante coriace qui a résisté à tout depuis des millions d'années !

Pour la réguler, il faut beaucoup de patience : décompacter le sol, voire le drainer, lui apporter de la matière organique bien décomposée et lui installer un couvert végétal rustique et varié. Bref, faire revivre le sol, ce qui peut prendre des années selon son état de dégradation.



Cette plante qui a résisté aux champignons, aux insectes, aux herbivores depuis tout ce

temps ne craint plus les attaques des prédateurs. Sa grande résistance en fait une alliée de choix pour protéger les végétaux, de quoi séduire de nombreux jardiniers. La décoction de prêle stimule le système de défense des plantes et régule les populations de cryptogames (ce n'est pas un fongicide). Elle renforce aussi les parois cellulaires des plantes (au détriment des limaces) grâce à la silice minérale qui se concentre dans les cellules superficielles, favorise une meilleure croissance végétative et une meilleure résistance aux attaques parasitaires.

La plus utilisée est la **prêle des champs** (*Equisetum arvense*) qui se compose de rameaux articulés entre eux et à chaque entre-noeud, des rameaux simples à section à quatre côtes profondément marquées. Les tiges fertiles poussent au printemps, puis disparaissent. On attendra le mois de juin pour récolter les tiges stériles sans épis terminaux.

Si on ne trouve pas de prêle des champs, on pourra utiliser la prêle vendue pour l'herboristerie, qui est souvent un mélange de différentes espèces.

Culture en bac

Si vous ne disposez pas d'un endroit gorgé d'eau où la prêle se complaît, enterrez une poubelle ou tout autre grand conteneur rempli de terre gorgée d'eau. Ne percez surtout pas le récipient ! Inondez régulièrement en été et "rafraîchir" (diviser la touffe) tous les trois ans.

Décoction de prêle

Faire tremper 100 g de prêle fraîche, ou 15 g de prêle sèche, dans 1 l d'eau pendant quelques heures, faire bouillir 20 min à feu doux, laisser refroidir. Diluer à 20% et pulvériser sur les plantes et le sol. Au printemps, faire un ou deux passages sur le sol à 10 l pour 100 m², puis deux passages sur jeunes plants à 2 l/100 m² en préventif, complétés par des tisanes ou des extraits fermentés d'autres plantes (ortie, consoude,...)

Bibliographie

- Mystérieuse prêle*, de Bernard Bertrand, Ed. du Terran, collection Le compagnon végétal
- Purin d'ortie et compagnie*, Ed. Du Terran
- Le livre des bonnes herbes*, de Pierre Lieutaghi, Ed. Actes Sud
- Les plantes sauvages*, de Thierry Thévenin, Ed. Lucien Souny