

Galénique

INTRODUCTION À LA PRÉPARATION DES PLANTES SÈCHES

Vous allez découvrir dans ce mois, la préparation des plantes fraîches ou sèches.

Bienvenue dans le monde des tisanes et des décoctions.

Nous aborderons, depuis la cueillette jusqu'au séchage, la meilleure façon de faire pour obtenir une galénique de qualité.

Nous aborderons les différents moyens de sécher une plante et vous pourrez fabriquer votre claie de séchage suivant une des solutions proposées.



OBJECTIFS

Comprendre le choix d'un bon site de cueillette et le respect du lieu.

Connaître la législation concernant la cueillette des plantes.

Découvrir les différentes façons de sécher une plante de manière qualitative.

A l'issue de ce chapitre, il vous est demandé de fabriquer un des systèmes de séchage et de procéder à des essais de déshydratation de l'ortie par exemple.



SEQUOIA & VALERIANE



SEQUOIA & VALERIANE

CUEILLETTE

Connaissance botanique

Pour toute cueillette bien entendu vous devez pouvoir être certain de la plante récoltée.

Vous identifierez très rapidement les plantes qui vous entourent et avec déjà quelques dizaines d'espèces connues vous serez en mesure de réaliser un grand nombre de préparations.

Pour améliorer vos connaissances botaniques, n'hésitez pas à faire des sorties dans les jardins botaniques, à faire pousser sur votre balcon ou jardin des nouvelles plantes. Cela vous permettra de voir le cycle complet de la plante en fonction des saisons.

Participez régulièrement à des sorties botaniques, promenez-vous avec une flore (voir bibliographie), il existe aussi des applications smartphone pour vous aider (ne vous y fiez pas à 100%).

Progressivement votre connaissance des espèces va augmenter et vous serez de plus en plus à l'aise, vous aurez vos coins de cueillettes pour chaque espèce au même titre que les bons coins des champignons.

Conseil :

Ne vous fixez pas des objectifs trop élevés en connaissance d'espèces et identifiez bien votre mode d'apprentissage. Avez-vous besoin de toucher la plante, de la transformer, de la voir pousser, de la semer.... Cela vous aidera à mieux mémoriser les plantes progressivement.

Site

Le site de cueillette doit être choisi avec soin. En arrivant sur le site vous serez attentif à la répartition des plantes sur le lieu choisi.

Une concentration importante et localisée d'une plante (ex. grosse concentration d'Ortie) indique l'histoire ou un dérèglement d'un lieu.

Le rôle d'une plante est de permettre un sol de la meilleure qualité. Beaucoup de nos médicinales sont très souvent là pour corriger (« soigner ») un déséquilibre du sol (nous en reparlerons régulièrement). Une trop grosse présence d'une espèce sera un bon indicateur d'un gros déséquilibre. Je vous invite à laisser ce lieu en réparation et choisir un autre site où la représentation de différentes variétés est plus homogène.

Soyez attentif à l'environnement d'un site de cueillette. Un champ en agriculture conventionnel déverse-t-il ses eaux de ruissellement sur votre lieu de cueillette ? Y-a-t-il des carcasses de véhicules ou machines ? Le



SEQUOIA & VALERIANE

site reçoit-il des résidus d'échappement ou fumées industrielles ?

Ce sera un lieu également à éviter.

De manière globale, un bon site présente les éléments suivants :

Eloigné au moins de 10m d'une route peu fréquentée

Plusieurs espèces de plantes présentes

Pas de grosse concentration de la plante à cueillir

Pas de ruissellement d'un champ potentiellement traité

Pas de pollution sur le site (carcasses, décharge...)

Vous avez l'autorisation du propriétaire pour cueillir.

Vous cueillez une plante autorisée (attention chaque canton à ses règles, voir plus bas)



Figure 1. Site de cueillette intéressant (S&V)



Figure 2. Autre bon site de cueillette - Prairie alpine sans pollution (Pixabay)

Et voici quelques exemples de site à éviter.



Figure 3. Site de cueillette à éviter (Pixabay)



SEQUOIA & VALERIANE



Figure 4. Site de cueillette à éviter (Pixabay)

Plante protégée

Sur le site Infoflora.ch, vous trouverez une liste de protection canton par canton pour chaque plante.

Dans l'exemple ci-dessous, on peut voir que l'Alchémille des alpes est une espèce non menacée (Pastille bleue Préoccupation minimale).

Alchemilla alpina aggr.
Espèce 11200

Rosaceae / Alchemilla / Alchemilla alpina aggr.

Contient:

- Alchemilla alpina L.
- Alchemilla argentidens Buser
- Alchemilla opaca Buser
- Alchemilla saxatilis Buser
- Alchemilla saxetana Buser

Synthèse Carte Nomenclature **Statut** Écologie

Indigénat - Indigène

Statut national selon Liste Rouge 2016

Statut UICN: Non menacé

Informations complémentaires

Critères UICN: --

Éteint (EX) RE (RE) CR (PE) CR EN VU NT **LC**

Figure 5. Statut protection Alchémille (Infoflora)

Concernant l'*Arnica montana*, sur Infoflora, on peut voir dans l'onglet "Protection légale" que même si l'espèce n'est pas menacée, elle est protégée dans un certain nombre de cantons.

Vous pourrez la cueillir dans le Valais mais pas dans le canton de Vaud par exemple.

Arnica montana L.
Espèce 45700

Asteraceae / Arnica / Arnica montana L.

Synthèse Carte Nomenclature **Statut** Écologie

Nécessité de surveiller les populations

Protection légale

Internationale (Convention de Berne)	Non	Suisse	--
AI	Protection totale (13.03.1989)	OW	Protection partielle
AR	Protection partielle (07.07.1959)	SG	Protection partielle
BE	Protection partielle (10.11.1993)	VD	Protection totale
FR	Protection partielle (12.03.1973)	ZH	Protection totale
NE	Protection totale (13.07.1965)		

Figure 6. Restriction cueillette *Arnica montana* (Infoflora)

Vous trouverez 3 statuts de protection :

- Protection totale : interdiction de cueillette
- Protection partielle : autorisation cantonale nécessaire
- Réglementation locale : Affichage local pour protéger un biotope spécifique

Période

De manière générale, chaque plante a un moment idéal de cueillette dans l'année. La

plante doit être au stade balsamique (ni trop tôt ni trop tard).

Vous trouverez au niveau de chaque fiche plante du cours, la période idéale de cueillette.

De manière générale vous n'obtiendrez pas un beau séchage par temps humide ou pluvieux.

L'idéal est un temps sec et ensoleillé, la période entre 11h00 et 14h00 et un bon moment de récolte également.

Vous pouvez utiliser également les périodes de cueillette biodynamiques*, chaque période du mois est divisée suivant la position astronomique des planètes en 4 familles : feuille, fleur, fruit, racine.

Suivant la partie de la plante récoltée suivre ce calendrier vous permettra d'optimiser vos récoltes.

**Nous reparlons de biodynamie lors du thème portant sur la culture des plantes médicinales.*

En bibliographie vous trouverez un bon modèle d'agenda biodynamique que nous vous recommandons.

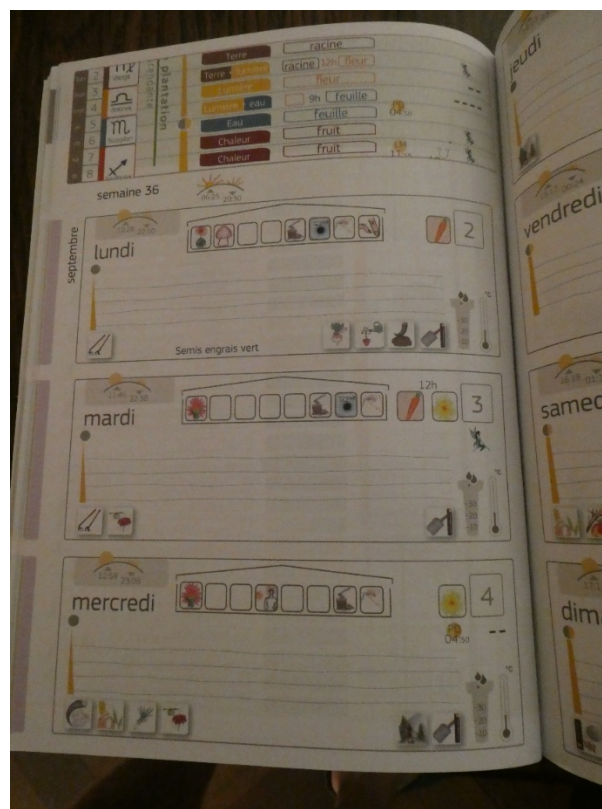


Figure 7. Jour par jour, position des planètes et jour de travail idéal (S&V)

Ressenti

En arrivant sur un site de cueillette, soyez respectueux du site, écoutez votre ressenti.

Généralement, avant chaque cueillette, nous vous invitons à procéder à une courte méditation. Vous découvrirez le site avec vos 5 sens, exposez au site l'objectif de votre recherche et dans quel but vous souhaitez récolter des plantes.

En suivant cette routine, certaines fois vous aurez l'impression que le site ne souhaite pas vous accueillir, les signes seront subtils des fois



SEQUOIA & VALERIANE

moins (arrivée de randonneur, sentiment désagréable, bruit, casse ou perte d'outil, coupure, etc.) la panoplie de la nature pour vous faire comprendre les choses est large !

N'insistez pas si cela arrive ! La cueillette réalisée malgré tout ne serait pas qualitative.

Partez à la découverte d'un autre site ou reportez votre cueillette.

Si vous ressentez cela un jour cela indique simplement que le rôle de la plante à ce stade et sur ce site, n'est pas terminé et qu'elle n'est pas encore prête à être transformée.

Respect

Respecter le site de cueillette c'est aussi respecter la préparation que vous allez réaliser, voici donc une liste de règles simples.

- Vous avez le matériel de cueillette avec vous (pas d'arrachage sauvage, il faut prélever proprement)
- Vous avez le temps, ce n'est pas une course (communiez avec le site, avec la plante, ne cherchez pas le rendement à tout prix)
- Vous pouvez transformer la plante rapidement (ne cueillez pas si vous ne pouvez pas transformer la plante très rapidement)
- Prélevez de manière raisonnable (laissez de nombreux représentant d'une espèce, au moins un tiers, pour permettre aux graines de repeupler le site, l'an prochain la plante sera de nouveau là pour vous).

Matériel nécessaire

Voici une liste de matériel que vous pouvez utiliser pour des cueillettes facilitées :

- Un panier de cueillette en osier
- Un couteau en céramique
- Une paire de ciseau en céramique
- Des sacs en coton bio



Figure 8 - Panier de cueillette (S&V)

Stockage sur le lieu de cueillette

Dans l'idéal il faut un panier permettant de laisser les plantes respirer. Un panier en osier permet également de laisser les insectes présents sur la plante de quitter cette dernière après cueillette et de fait vous ramenez moins d'insectes chez vous ce qui facilitera la préparation.

Dans le cas d'une cueillette de grande quantité, par exemple pour une distillation, vous devrez stocker vos plantes dans un drap de cueillette



SEQUOIA & VALERIANE

(en coton) et les laisser à l'ombre le temps de finir la cueillette.

De manière générale un stockage aéré et ombragé est une règle assurant la conservation des principes actifs efficace.

Notre façon de faire

Avant de commencer la récolte, centrez-vous et présentez-vous à la plante.

Demandez-lui l'autorisation de la cueillir en lui expliquant comment vous allez la transformer.

Personnellement nous adressons cette demande de manière silencieuse et c'est en étant attentif à notre ressenti que nous pouvons percevoir l'accord de la plante.

Il vous faudra trouver votre indicateur qui est propre à chacun (perception de chaleur ou de froid, perception de lumière ou d'obscurité, sentiment euphorique ou d'oppression...).

Faites l'exercice plusieurs fois et peu à peu vous ressentirez votre indicateur qui deviendra un réflexe.

Dans tous les cas la récolte se fait sous certaines conditions :

Identifiez les espèces précisément et en cas de doute ne cueillez pas

- Choisissez un lieu propice et autorisé
- Cueillez avec parcimonie pour en assurer sa pérennité
- Évitez les pollutions

- Ne cueillez pas les plantes malades

Auxquelles s'ajoutent les particularités suivantes pour les plantes sèches :

- Récoltez par temps **sec**
- Ne pas récolter si la Lune est en Cancer, Scorpion, Poisson, au risque d'avoir des oxydations au séchage
- Prenez votre temps, avec soin, en conscience
- **Sans tasser**, utilisez des paniers en osier pour permettre aux insectes de s'évader
- Attendre le bon stade de développement de la plante
- Apportez au séchage sans attendre
- Notez dans un registre, les informations sur le lieu de cueillette, date, quantité, etc.

Vivez la récolte comme un don que la nature vous offre : chantez, méditez, parlez avec la plante, écoutez tous les bruits autour de vous.

Vous serez surpris d'entendre cette nature et ces êtres qui vous accompagnent.

Remerciez la plante régulièrement, projetez la préparation ou le destinataire à qui vous la destinez vers la plante.

Lors de la récolte ce contact est primordial et fait déjà le travail thérapeutique en vous. La plante vous transforme déjà à ce moment-là alors qu'elle est encore pleinement connectée à la terre mère.

Adapter le stade des récoltes en fonction des plantes,



SEQUOIA & VALERIANE

- **Avant la floraison** (Mélisse, Pissenlit, Verveine)
- **En début de floraison** (Absinthe, Menthe, Serpolet, Plantain)
- **En pleine floraison** (Mauve, Basilic, Achillée, Origan, Sauge, Bleuet)
- **En fruit** (Fenouil, Cynorhodon)
- **En dormance** (Racines Guimauve, Angélique, Valériane)

Respectez bien les rythmes des saisons, des plantes. Avant tout, observez et laissez-vous guider par la plante.

Vos mains se placent là il faut, vos yeux sont attirés par les parties les plus belles qui vous tendent les bras.

Une fois la récolte effectuée, la plante doit être belle à regarder et harmonieuse. Prenez du recul, regardez-là avec attention, rectifiez la taille si besoin et remerciez-la de tout votre cœur.



SEQUOIA & VALÉRIANE

PLANTES FRAÎCHES

Plantes fraîches

Rien de tel que de profiter de son jardin, de la forêt et de la nature autour de chez nous pour entrer en contact avec les plantes médicinales.

De nombreuses fois nous vous rappellerons l'importance de les contacter en direct, dans leur environnement, dans votre jardin.

N'attendez pas d'avoir les plantes séchées et préparées sous diverses formes pour les utiliser.

Plonger les mains dans vos plantes, dans celles que la nature vous met à disposition près de chez vous, et cueillez-les pour les immerger dans votre eau doucement chauffée et ainsi vous préparer les meilleures tisanes.

Dégustez ce breuvage avec délice et profitez des bienfaits des plantes médicinales, fraîches, naturelles et vivantes.



Figure 9. Tisane plante fraîche (Pixabay)



SEQUOIA & VALERIANE

PLANTES SÈCHES

Sécher les plantes est un avantage pour les utiliser toute l'année et confectionner des tisanes.

Séchage

Voici les différentes méthodes de séchage et certains conseils pratiques pour obtenir un résultat optimal.

Séchage méticuleux = pas d'oxydation

Faire circuler l'air

Toujours à l'obscurité, exceptées les racines au soleil

Contrôler tous les matins pour vérifier l'avancement du séchage

Un beau séchage consiste à réduire l'humidité d'une plante de manière progressive et douce. Le taux d'humidité d'une plante bien séchée est d'environ 30% d'humidité résiduelle.

Au-dessus elle ne sera pas sèche et se conservera mal (oxydation, moisissures...) en-dessous elle sera trop sèche et s'émiettera en poussière.

L'oxydation des plantes se traduit par des zones foncées présentes sur les parties récoltées.

Elle est le signe d'une humidité trop élevée.

Une plante bien séchée doit être sèche au contact et ne pas s'émietter en les serrant dans la paume de la main.

La couleur d'origine de la plante doit être conservée (une feuille d'ortie blanche indique un séchage trop brusque et trop chaud par exemple).



Figure 10 - Exemple de belle conservation des couleurs (S&V)

Voici quelques techniques de séchage avec leur avantages et inconvénients.



SEQUOIA & VALERIANE

Air libre: En botte

Certaines plantes peuvent être séchées en botte (comme par exemple la lavande, le romarin...) il faut lier en botte les tiges et les faire sécher tête à l'envers.

Un drap est disposé sous les plantes, les fleurs vont progressivement en séchant tomber sur le drap ou vous les récupérez.

Le lieu idéal pour un séchage en botte est un grenier bien aéré, sec, tempéré et salubre.

Le temps de séchage dépendra de l'humidité de la pièce.



Figure 11- Lavande en botte (source Pixabay)

AVANTAGES : ECONOMIQUE, NATUREL, ESTHÉTIQUE

INCONVÉNIENTS : PIÈCE IDÉALE DIFFICILE À TROUVER, LE SÉCHAGE PEUT ÊTRE TROP RAPIDE, UN TAUX D'HUMIDITÉ VARIABLE VA FAIRE LOUPER LE SÉCHAGE.

Air libre : En cagettes

Superposer des cagettes en bois, que l'on couvrira au fond d'une serviette en coton.

Déposez les plantes au fond de chaque cagette en les gardant sur une seule épaisseur (ne pas surcharger).

Vous pouvez laisser ces cagettes dans un endroit aéré et sec. Il faut éviter l'exposition directe au soleil donc un endroit ombragé.

Vous trouverez gratuitement des cagettes de différentes tailles dans le commerce.



Figure 12 - Cagette en bois (pixabay)

AVANTAGES : GAIN DE PLACE, DÉPLACEMENT POSSIBLE DES CAGETTES (JOURNÉE ENSOLEILLÉE DEHORS ET À L'INTÉRIEUR LE SOIR PAR EXEMPLE), COÛT.



SEQUOIA & VALERIANE

INCONVÉNIENTS : MAITRISE DU TAUX D'HUMIDITÉ, VITESSE DE SÉCHAGE DIFFICILE À CONTRÔLER, TRAITEMENT POTENTIEL DU BOIS DES CAGETTES.

Déshydrateur électrique

Vous trouverez trois sortes de déshydrateurs électriques dans le commerce. Le principe consiste à souffler au-travers de grilles en acier ou en plastique de l'air chaud à l'aide d'un ventilateur.

Déshydrateur type tour à température fixe :

La première sorte est un empilement de plateaux les uns sur les autres. Un ventilateur souffle un air chaud qui traverse les plateaux pour sécher les plantes. En quelques heures les plantes sont séchées.

Un modèle d'entrée de gamme n'a pas de température réglable et le risque de surchauffer votre cueillette est important, en outre les plantes sur le premier plateau sont souvent trop sèches et celles du plateau du haut pas assez.

Ce modèle implique un contrôle permanent et d'alterner les plateaux, chez Séquoia & Valériane nous ne recommandons pas ce type de déshydrateur, un peu trop violent.



Figure 13 - Modèle à plateau température fixe (S&V)

AVANTAGES : PRIX, RAPIDITÉ DE SÉCHAGE, USAGE EN APPARTEMENT

INCONVÉNIENTS : MAUVAISE QUALITÉ DE SÉCHAGE, SURVEILLANCE CONSTANTE, TROP RAPIDE, TOXICITÉ POTENTIELLE DU PLASTIQUE

Déshydrateur type tour à température réglable

Il existe aussi des modèles à température réglable permettant de mieux gérer le séchage.

Le problème des premiers plateaux vs les derniers reste le même.

Nous vous recommandons également d'éviter ce type de déshydrateur.



SEQUOIA & VALÉRIANE



Figure 14 - Modèle à plateau Température réglable (S&V)

AVANTAGES : RAPIDITÉ DE SÉCHAGE, CONTRÔLE DE LA TEMPÉRATURE, USAGE EN APPARTEMENT

INCONVÉNIENTS : PRIX, SÉCHAGE NON HOMOGÈNE, TOXICITÉ POTENTIELLE DU PLASTIQUE

Déshydrateur type four

Enfin vous trouverez aussi dans le commerce des déshydrateurs de type four où le ventilateur et le corps de chauffe sont à l'arrière des plateaux.

Sur ces modèles plus haut de gamme la température est réglable, la durée de déshydratation programmable et le séchage homogène.

Si vous souhaitez opter pour ce type de déshydrateur, nous vous recommandons ce type-là.



Figure 15 - Déshydrateur électrique ventilation arrière (S&V)

AVANTAGES : RAPIDITÉ DE SÉCHAGE, CONTRÔLE DE LA TEMPÉRATURE, SÉCHAGE HOMOGÈNE, USAGE EN APPARTEMENT

INCONVÉNIENTS : PRIX, TOXICITÉ POTENTIELLE DU PLASTIQUE

Solaire

Il est possible de fabriquer ou d'acheter des séchoirs solaires.

Le principe est le même pour tous : favoriser un mouvement d'air chaud via une différence de température d'air.

De l'air « frais » rentre dans le bas du séchoir, il est réchauffé par le rayonnement solaire, traverse les plantes en évaporant leur eau et s'échappe via une cheminée.

L'air chaud ayant tendance à monter, la convection naturelle qui en est fait permet un séchage progressif et rapide des plantes.

L'usage de l'énergie solaire est aussi un plus par l'aspect énergétique que cela apporte aux plantes ainsi séchées.

Vous trouverez en illustration le modèle utilisé chez Séquoia & Valériane et aussi un modèle de fabrication provenant du site internet onpeutlefaire.com.



Figure 16. Séchoir solaire de Séquoia & Valériane (S&V)

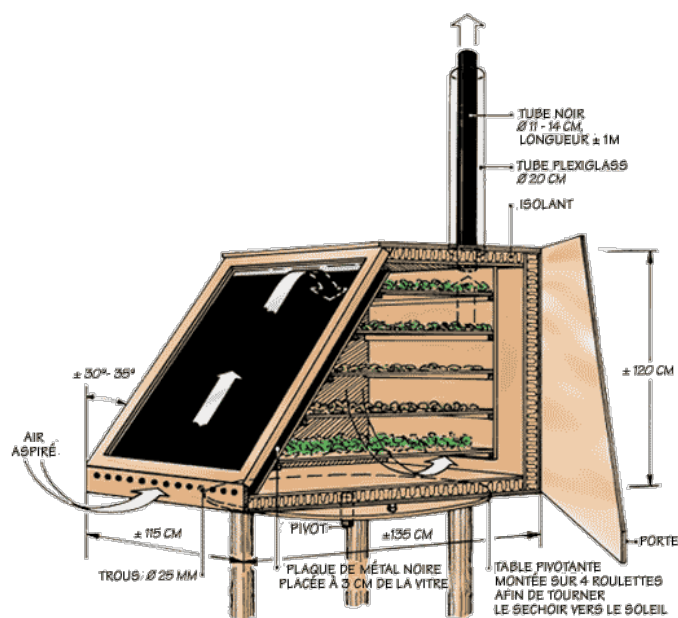


Figure 17 - Plan d'un séchoir solaire (Onpeutlefaire.com)

AVANTAGES : ÉNERGIE PROPRE, ÉCONOMIQUE, NATUREL,
PEUT ÊTRE TRÈS RAPIDE

INCONVÉNIENTS : DÉPEND DU SOLEIL, SURVEILLANCE
NÉCESSAIRE

Claie

Vous pouvez aussi fabriquer des claies de séchage chez vous, c'est le système le plus utilisé par les producteurs de PAM (Plantes Aromatiques et Médicinales).

Voici un exemple de claie adaptées pour un particulier et qui vous permettra de sécher en toutes saisons une grande variété de plantes.



Figure 18. Claie de séchage "maison" (S&V)



Figure 19. Les claies amovibles



Figure 20. Déshumidificateur de la claie (S&V)



Figure 21. Détail d'une claie (S&V)

Cette claie est construite en partant d'une vieille armoire à porte battante et dans notre cas il s'agit d'une vieille armoire en mélaminé (type Ikea) qui ne servait plus.

Il est important que les COV (composés organiques volatiles) se soient évaporés. Privilégiez donc une armoire d'occasion ou encore mieux en bois massif assemblée sans colle. En général les COV disparaissent en 2 ans d'un meuble mélaminé.

Des cadres à la dimension de l'armoire sont fabriqués avec des tasseaux de bois non traités. Un grillage en inox est agrafé sur ces cadres (en



SEQUOIA & VALERIANE

l'absence de grillage en inox, assez difficile à trouver, vous pouvez utiliser de l'étamine en coton, du grillage à volaille en inox à petite mailles) évitez un grillage en aluminium.

Du grillage plastique alimentaire peut aussi être utilisé.

Vous trouverez le matériel nécessaire en magasin de bricolage et pour le grillage dans des boutiques en ligne spécialisées dans le brassage (en particulier de la bière).

Il vous faudra fixer des rayonnages laissant 8cm environ entre chaque claie.

Un déshumidificateur électrique est placé en bas de l'armoire et réglé sur un taux d'humidité d'environ 30%. Un déshumidificateur contient un réservoir où l'eau extrait des plantes sera stocké et il faudra le vider régulièrement.

Le principe consiste à bien étaler vos plantes à sécher (feuille, fleur, racine) sur les claies de manière aérée, de démarrer le déshumidificateur et fermer votre placard. L'appareil va extraire progressivement l'eau des plantes de manière progressive. Ce mode de séchage permet de réaliser des plantes séchées idéales.

Une fois le taux d'humidité de 30% atteint, le déshumidificateur s'arrête de lui-même.

Nous travaillons sur une variante utilisant une batterie et un panneau solaire photovoltaïque pour alimenter le déshumidificateur, afin de permettre un bilan énergétique neutre.

AVANTAGES : QUANTITÉ IMPORTANTE POSSIBLE, SÉCHAGE PROGRESSIF, QUALITÉ DU SÉCHAGE

INCONVÉNIENTS : ÉNERGIE ÉLECTRIQUE, PLACE NÉCESSAIRE, PRIX DE RÉALISATION



SEQUOIA & VALERIANE

CONSERVATION DES PLANTES SÈCHES

Garder vos plantes à l'obscurité leur permet de ne pas continuer la photosynthèse alors qu'elle n'est plus alimentée en eau.

C'est aussi leur donner un endroit où elles peuvent se reposer et se préparer à nous rencontrer et à rencontrer les autres plantes avant son mélange en tisane.

Plantes seules

Il vous est tout à fait possible de conserver vos plantes individuellement. Dans ce cas, veillez à bien identifier les contenants avec au minimum le nom de la plante et l'année de la récolte.

Vous pourrez ainsi les utiliser au fur et à mesure de vos besoins tout au long des saisons.

Confectionner une tisane

Vous pouvez également confectionner une tisane. Cela s'apparente à écrire une mélodie pour un orchestre, la recherche de l'harmonie étant la clé et chaque plante a son rôle à jouer.

Nous vous donnons quelques indices pour vous aider.

Les plantes, en fonction de leur saveur, leur couleur, leur force ou leur douceur peuvent être réparties en trois catégories :

- Plantes de **fond**, thème de la tisane, saveur et message (Menthe, Mélisse, Sauge, Sureau)
- Plantes de volume, **cohésion** (Noisetier, Framboisier, Bouleau)
- Plantes **colorées**, en accord avec le thème (Soucis, Mauve, Rose, Bleuet)

Dans votre tisane veillez à harmoniser les trois types de plantes, que le mélange fasse plaisir à vos cinq sens.

Certaines plantes telles que l'Absinthe ou la Valériane ne peuvent pas entrer dans la composition d'une tisane, il est préférable de les prendre à part.

Stockage

Une fois la tisane confectionnée, selon le volume obtenu, vous pouvez la stocker dans :

- Des récipients hermétiques, type bocaux en verre
- Des fûts en cartons cerclés
- Des sachets en papier

Dans tous les cas, veillez à les entreposer dans un local sec, à l'abri de la lumière.



SEQUOIA & VALÉRIANE

Les tisanes se conservent facilement une année et surtout ne les jetez pas si au-delà de ce temps les plantes sont toujours aromatiques.

Pensez à bien étiqueter vos préparations, à leur trouver un nom qui résonne avec ce que vous avez vécu lors de la récolte et de la fabrication et à noter la date de confection de la tisane.

Contrôler régulièrement vos tisanes pour vérifier l'absence de contamination.

Il y a deux contaminants principaux :

Les larves des Teignes par exemple se régalent des plantes sèches lorsque la température est supérieure à 17°C.



Figure 22. Larve de teigne (Phytoprotection)

Les Psoques qui s'observent dans les résidus de tamisage se développent quant à eux si le taux d'humidité est supérieur à 56%.



Figure 23. Larve de psoque (Phytoprotection)

En cas de contamination (on la constate généralement au bord du tonneau, on peut détecter une sorte de voile ou toile duveteuse) retirer les parties contaminées et congeler les plantes, puis tamiser.

Stockage en pots

Vous pouvez conserver vos plantes séchées dans des pots en verre, l'idéal est de les conserver à l'abri de la lumière dans un endroit bien ventilé (pas de placard humide).

Veillez à ce que vos pots soient bien désinfectés avant stockage et que le lieu de stockage soit sain.

Étiquetez vos pots, l'étiquette doit comprendre au minimum, le nom de la plante et son mois et année de séchage (date de sortie du séchoir).



SEQUOIA & VALERIANE

Ce mode de conservation s'applique pour votre conservation personnelle uniquement et non pour une commercialisation.

Nous aborderons plus tard dans le cours, les méthodes de commercialisation mais le stockage en pot de verre ne s'y applique pas.



Figure 24. Stockage en pot de verre (S&V)

Stockage en sachets

Le stockage en sachet papier est la méthode de commercialisation classique de la plante sèche ou de la tisane.

L'art du mélange des tisanes sera abordé durant le cours au cours de l'année.

Le papier kraft permet d'absorber les petites variations d'humidité, il protège la plante de la

lumière (préférez une petite fenêtre en cellulose) et permet un stockage facile.

Nous vous recommandons du papier non traité (non blanchi et avec label FSC) de qualité alimentaire.

Etiquetez vos sachets également.



Figure 25. Stockage en sachet (S&V)

Stockage en tonneaux

Vous trouverez sur internet des sites de matériel pour les entreprises des tonneaux alimentaire en carton kraft.

Ces tonneaux sont étanches et protègent bien les plantes, Ils serviront aussi pour réaliser des mélanges de tisane et la stocker avant sa mise en sachet.

Ils existent en différentes tailles de 5l à 100l, même si leur prix est élevé il vous servira très souvent et sera rentabilisé.

Il existe aussi des tonneaux pour fermentation d'alcool (tonneaux bleus) le plastique est de qualité alimentaire, on les trouve en grande surface type « Landi ». Personnellement nous essayons d'éviter le plastique au maximum, en outre il n'absorbe pas les variations d'humidité et un risque de perte de votre récolte est plus important dans un tonneau de ce type.

Collez aussi une étiquette sur votre tonneau pour toujours identifier rapidement la plante et sa date de séchage.



Figure 26. Tonneau conservation tisane

OBJECTIFS DU MOIS

Votre objectif ce mois est de vous fabriquer un système de séchoir.

Privilégiez un système simple avec des cagettes et un tissu en coton au fond de celle-là.

Trouvez-vous un lieu de séchage à l'abri de l'humidité et de la lumière et où de l'air circule.

Si vous voulez aller plus loin vous pouvez vous fabriquer une claie de séchage dans un vieux meuble, comme le modèle présenté dans ce cours.

Cueillez une plante du mois (l'Ortie sera une bonne candidate) et faites différents essais de séchage (électrique, air libre, etc.).

Procédez comme décrit dans votre cours, pour le site de cueillette, la partie de la plante à prélever, la période de cueillette.

Notez dans votre carnet d'herboriste le résultat de votre cueillette et différents séchages.

Votre tuteur est à disposition en cas de besoin.



SEQUOIA & VALÉRIANE