

Asaret gingembre

Asaret du Canada, gingembre sauvage
Asarum canadense L.
Canada Wild Ginger



Plante sauvage au goût surprenant, l'avenir de l'asaret gingembre passe par la domestication!

Propriétés et utilisations

Culinaires

Comme son nom l'indique, l'asaret gingembre a un goût qui rappelle le gingembre d'Asie que l'on retrouve dans les épicereries. Il est toutefois plus amer et certaines personnes le jugent désagréable. Il se consomme cru, séché ou pulvérisé. Une huile aromatique est extraite de l'asaret et est utilisée en cuisine. Plusieurs personnes affirment que l'asaret gingembre est à son meilleur lorsqu'il est confit. Le sirop obtenu à la suite du processus de confiserie est délicieux sur les tartes ou la crème glacée.

Médicinales

On utilise l'asaret contre les malaises dus à la grippe et au rhume. Il soulage les gaz intestinaux et favorise la sudation. Il est utilisé dans certaines régions contre les affections du système respiratoire, tels la bronchite et l'asthme. Il aurait la propriété de faire vomir, ce qui a entraîné son utilisation dans les cas d'empoisonnement aux champignons et à l'alcool ou lors d'indigestions. L'asaret contient de l'acide aristolochique, un antibiotique et un antitumoral. Toutefois, certaines sources affirment qu'il pourrait être à la fois cancérigène et anticancérigène. Finalement, on rapporte que les Amérindiennes l'utilisaient comme abortif.

Ornementales

L'asaret gingembre est vendu en horticulture comme plante vivace de sous-bois. Il est également très utilisé pour la revégétalisation des forêts.

Autres

L'huile aromatique employée pour la cuisine s'utilise également en parfumerie. L'asaret d'Europe, une espèce parente, s'employait comme vermifuge pour certains ruminants, tels les bœufs et les chevaux. L'asaret gingembre posséderait également une action antibactérienne.

ATTENTION : Les feuilles de l'asaret gingembre risquent de causer des dermatites chez certaines personnes.

Habitat privilégié

L'asaret gingembre est une essence forestière présente dans les bois riches, comme les érablières. On le retrouve souvent en bordure des cours d'eau ou sur les sols riches en calcaire. Il est absent des sols de granite et des sols stériles. Le sol doit être humide mais bien drainé ainsi que légèrement acide. En Gaspésie, on rapporte sa présence dans la vallée de la Matapédia et il pourrait aussi se retrouver ailleurs dans la région.

Le marché

Demande de l'industrie

Le prix payé au Québec en 2002 était d'environ 4,50 \$ le kilogramme de racines fraîches. On produit 8 ml d'huile essentielle de première qualité avec 1 kg de racines. Sur le marché, l'huile essentielle d'asaret se vend environ 13 \$ pour 500 ml.

Pour l'usage ornemental, l'asaret se vend bien et a l'avantage de se propager rapidement. Il est produit en bonne quantité dans les pépinières. Les plants produits se destinent à la naturalisation ainsi qu'aux centres jardins.



Méthode de cueillette

Pour une utilisation commerciale, il est fortement conseillé de faire la culture de l'asaret gingembre, car celui-ci est rare à l'état sauvage, surtout en Gaspésie. Sa croissance est beaucoup plus forte et rapide en serre qu'en forêt.

Le ministère de l'Environnement informe que l'asaret gingembre sera désigné vulnérable d'ici peu en vertu de la Loi sur les espèces menacées et dont une réglementation prohibant la cueillette commerciale des plantes sauvages sera établie. C'est pourquoi aucune méthode de cueillette sauvage n'est élaborée dans cette fiche.

Qualité du produit

Il existe très peu d'informations sur la conservation et la qualité de l'asaret. Toutefois, les règles générales indiquent de nettoyer les racines puis de les couper avant de les faire sécher. Il est plus facile de faire sécher des morceaux que la racine entière. Le séchage se fait en général à des températures variant entre 35 et 45 °C.

Il est recommandé de cueillir les racines au printemps ou à l'automne après les premières gelées.

Personnes-ressources et acheteurs

Le Groupement forestier Baie-des-Chaleurs (info@gfbc.ca ou (418) 392-5088) et le Groupement agro-forestier de la Ristigouche (gafrinc@globetrotter.qc.ca ou (418) 299-2147), en collaboration avec l'ITA de La Pocatière (M. Guy Langlais, guy.langlais@agr.gouv.qc.ca ou (418) 856-1110, poste 389), réalisent présentement des essais de mise en culture d'asaret gingembre en érablière (au Bas-Saint-Laurent et en Gaspésie). Pour de plus amples renseignements sur ces études, communiquer avec eux.

Au Québec, certaines distilleries, dont Aliksir située à Grondines, produisent de l'huile essentielle d'asaret gingembre.

En ce qui concerne la domestication de l'asaret gingembre ou de toute autre plante indigène, Horticulture Indigo [<http://www.horticulture-indigo.com/>], dans les Cantons-de-l'Est, saura vous aider. Aussi, dans le livre *Cultiver des plantes sauvages... sans leur nuire* de Gisèle Lamoureux (voir Références), il y a

plusieurs adresses de pépinières qui produisent des plantes sauvages.



Domestication

L'asaret gingembre doit être planté à l'ombre totale ou partielle. Une fois la plante établie, elle se propage par graines et par division du rhizome, quoique cette dernière méthode connaisse un faible taux de réussite.

Les graines sont récoltées à la fin juin ou au début juillet, selon les conditions climatiques. Elles sont lavées dans les 48 heures qui suivent et la caroncule, une petite excroissance charnue attirant fortement les fourmis, est enlevée. Pour un bon taux de germination, les graines sont plantées la semaine même où elles sont récoltées. Les semis sont laissés sous ombrières ou en forêt jusqu'à l'année suivante. Le rhizome commence à s'allonger à la deuxième saison de croissance dans des conditions de culture, mais il n'est pas prêt à être récolté avant au moins la troisième saison. La croissance en milieu naturel est significativement plus lente.

Les pépinières qui vendent les plants seront aptes à indiquer la méthode de plantation appropriée.



Références

- FOSTER S. et J. A. DUKE. 2000. *A Field Guide to Medicinal Plants and Herbs of Eastern and Central North America*, 2nd Edition, Peterson Field Guides, 411 p.
- LAMOUREUX, G. 2002. *Flore printanière*, Fleurbec éditeur, Saint-Henri-de-Lévis, Québec, 575 p.
- LAMOUREUX, G. et P. NANTEL. 1999. *Cultiver des plantes sauvages... sans leur nuire*, Fleurbec éditeur, Saint-Henri-de-Lévis, Québec, 80 p.
- LANGLAIS, G. 2003. *Pratiques actuelles et perspectives d'avenir de l'agroforesterie dans les érablières du Canada*, Institut de technologies agroalimentaires de La Pocatière, 53 p. *Document non publié.*
- MARIE-VICTORIN, Frère. 1995. *Flore laurentienne*, 3^e édition revue par E. Rouleau et mise à jour par L. Brouillet, S. G. Hay et I. Goulet (en collaboration avec M. Blondeau, J. Cayouette et J. Labrecque pour l'impression de 1997), les Presses de l'Université de Montréal, Montréal, 1083 p.



SCHNEIDER, A. 1999. *Plantes sauvages médicinales : les reconnaître, les cueillir, les utiliser*, les Éditions de l'Homme, 302 p.

Communications personnelles

COUILLARD, Line. Ministère de l'Environnement, division du Patrimoine écologique, septembre 2003.

DUPRAS, Isabelle. Horticulture Indigo inc., Ulverton-Melbourne, septembre 2003.

Sites Internet

CENTRE D'AGRICULTURE BIOLOGIQUE DU QUÉBEC.
Dossier : [http://www.cab.qc.ca/dossiers_03.jsp?id=113]

HORTICULTURE INDIGO :
[<http://www.horticulture-indigo.com>]

HUILES ESSENTIELLES ALIKSIR : [www.aliksir.com]

LE RÉSEAU PROTÉUS. *Portail de médecine intégrée* :
[www.reseauproteus.net]

UNIVERSITÉ DU VERMONT. *Cours* :
[<http://pss.uvm.edu/pss123/wwasarum.html>]

WILDFLOWERS OF SOUTHEASTERN UNITED STATES :
[<http://2bnthewild.com/plants/H36.htm>]

Cette initiative est réalisée grâce à la collaboration de Développement économique Canada et Ressources naturelles Canada.