

- Zoom plantes -

LA CHICORÉE SAUVAGE

Cichorium intybus

Famille : **Asteraceae**

Strate : **herbacée** 30cm - 1m

Exposition : **Soleil**

Floraison : **Juillet - Septembre**

Parties comestibles : **Feuilles, racines**

Usages : **culinaire, ornementale, médicinal, biodiversité**



Avec ses nombreuses petites fleurs bleues lumineuses, elle vient se démarquer le long des chemins pendant toute la période estivale. Et pourtant, sa réputation et son histoire ne sont pas essentiellement dûes à ses fleurs, bien que celles-ci nous permettent de l'identifier.

Vivace et pionnière, elle est très fréquente dans les zones herbeuses, sur les sols secs, voir tassés (friches, talus, sous-bois clairs, clairières...). Sa racine pivotante va chercher l'eau et les minéraux profondément ce qui la rend très tolérante à la sécheresse.

Ses feuilles en rosettes sont parfois entières ou très découpées, elles sont recouvertes d'un fin duvet le long de leurs nervures principales. Les tiges et les rameaux sont rigides et creux à l'intérieur, une blessure de la plante laisse échapper un suc (latex) laiteux et très amer.

La *Chicorée sauvage* vient chercher la lumière et se referme dès que celle-ci n'est plus présente. Ses capitules se referment la nuit et les jours nuageux. Elle tire d'ailleurs l'un de ses surnoms, *Fiancée du soleil*, d'une légende un peu fleur bleue (ça tombe bien), où elle incarnerait une jeune fille changée en fleur malgré elle, condamnée à fixer son amant aigre et fier : le soleil. En Allemagne, on la nomme *Wegwarte*, qu'on pourrait traduire par «*celle qui attend au bord du chemin*».

Notre *fiancée du soleil*, de son petit nom latin *Cichorium intybus* est l'ancêtre unique de nos chicorée cultivées ! Sa descendance est nombreuse et diversifiée. A partir de la chicorée sauvage, cueilli à l'état naturel, l'espèce se diversifie dans le temps et dans l'espace, notamment au grés des sélections.

Trouvée à l'état naturel elle est aussi qualifiée de *Chicorée amère* pour la distinguer de ses proches cousines cultivées pour leurs feuilles ou leurs racines. Des petites soeurs moins amères donc, telles que la scarole, la frisée, les endives blanches et rouges, la trévisse, le pain de sucre ou encore la chicorée à café.

Avant même sa domestication, la chicorée sauvage était consommée. Les déclinaisons de ses usages étaient variables (et encore aujourd'hui) en fonction des zones géographiques. Elle faisait partie des herbes à cuire au Moyen-Âge et ses feuilles, récoltées avant la floraison, étaient aussi consommées en salade. Elle était également utilisée à des fins médicinales en raison d'un certain nombre de vertus. Les racines quant à elle, et une fois torréfiées, constituent une alternative au café bien connu depuis le XVII^e siècle.

Aussi abondamment visitée par les pollinisateurs (abeilles et les syrphes...) elle est tout à fait intéressante pour la biodiversité et se plaira dans un jardin à l'esprit sauvage et comestible.

