

# Miel de pissenlit – Produit d'une plante aux multiples facettes

Stefan Bogdanov<sup>1</sup>, Katharina Bieri<sup>2</sup>, Verena Kilchenmann<sup>1</sup>, Peter Gallmann<sup>1</sup> et Franz-Xaver Dillier

<sup>1</sup>Centre de recherches apicoles, Station de recherche Agroscope Liebefeld-Posieux ALP, CH-3003 Berne

<sup>2</sup>Institut biologique d'analyse pollinique, CH-3122 Kehrsatz

Les fleurs de pissenlits marquent de leur empreinte nos campagnes en recouvrant au printemps les pâturages de ses fleurs d'un jaune intense. Il s'agit d'une plante populaire, aux multiples facettes. Parmi les miels monofloraux produits en Suisse, le miel de pissenlit est d'importance moyenne. Il est récolté dans toute la Suisse à l'exception du Tessin. Une part minime seulement de nectar de pissenlits suffit à conférer au miel une couleur jaune intense et un arôme marqué. C'est pourquoi, dans beaucoup de miels de mélange du printemps, on perçoit du nectar de pissenlits sans qu'il s'agisse de miel de pissenlit.



Miel de pissenlit du canton de St-Gall

Le pissenlit ou dents-de-lion (*Taraxacum officinale*) est une plante populaire depuis la nuit des temps. Il appartient aux plantes à fleurs les plus connues et les plus répandues de nos campagnes. Avec sa couleur jaune, il marque de son empreinte prés et prairies. Le pissenlit est l'une des fleurs mellifères les plus importantes au printemps. Il est donc d'une grande importance pour l'apiculture.

Mais il a encore d'autres usages: A la fois médicinal et culinaire, le pissenlit se mange en salade. Dans la Pâque juive, les feuilles de pissenlits sont les herbes amères dont parle la Thora: «Ensuite, ils doivent dans la même nuit manger la viande, rôtie au feu, avec des azimes et des herbes amères.»

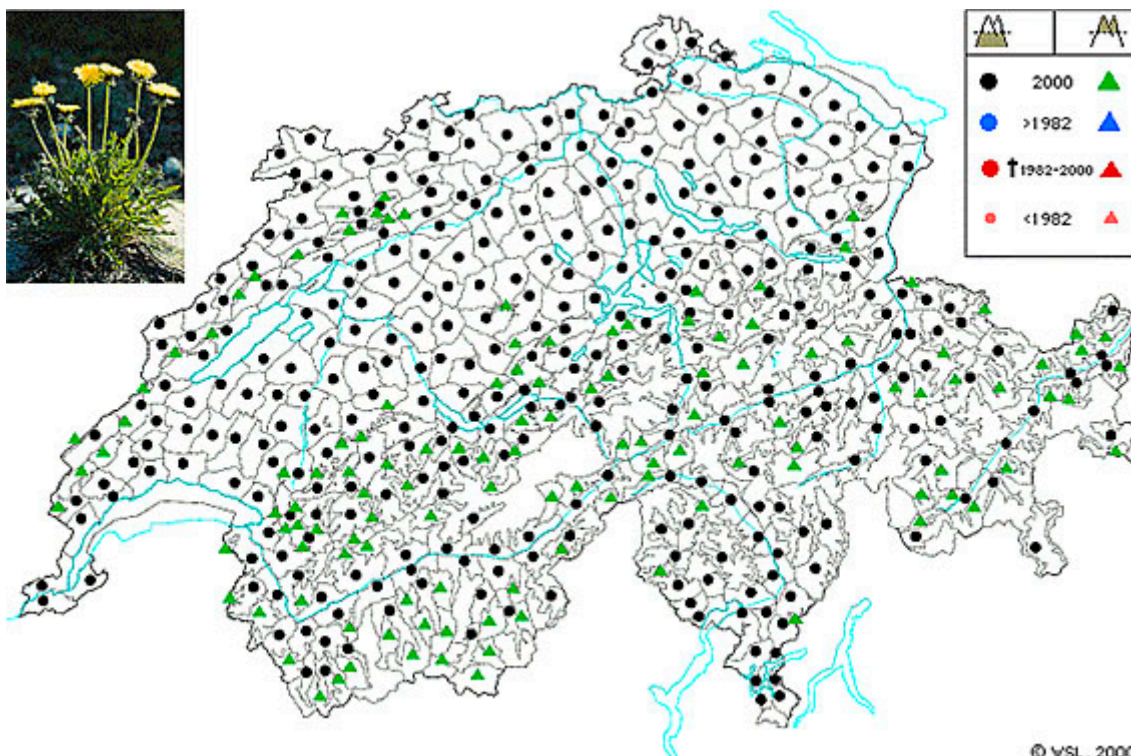
En temps de guerre et de crise, les racines du pissenlit étaient déterrées et rôties pour en faire un ersatz de café. Le jus laiteux de ses racines contient du caoutchouc, la matière première utilisée pour produire la gomme. En Russie, pendant et après la première guerre mondiale, une variété de pissenlit (la variété est-européenne, *Taraxacum Kog Saghys*) a été cultivée à grande échelle pour la production de pneus. L'armée allemande a tenté, après la campagne de Russie, de s'approprier cette technologie dans les fabriques ukrainiennes.

## Plante et aire de distribution

Le pissenlit (*Taraxacum officinale* – Asteraceae) croît dans les montagnes jusqu'à 2 500 m d'altitude. Il s'agit d'une plante de diverses conformations, formant des rosettes à racine pivotante. Il aime les sols riches et appartient à la famille des composées. Jusqu'à 200 fleurs sont réunies dans un capitule qui se présente comme une seule fleur. Le pissenlit fleurit en plaine, d'avril à mai et jusqu'en juin dans les zones plus élevées. Selon l'altitude, les rhododendrons fleurissent de juin à août.






Rucher dans une prairie de pissenlits, canton de Neuchâtel. (photo: B. Bachofen)



Aire de distribution des rhododendrons ciliés (*Rhododendron hirsutum*)

Légende:

		2000	>1982	 1982-2000	<1982
Vallée	Montagne	Présent	Signalé après 1982	Disparu dès 1982	Bibliographie/herbier

## Recette pour faire du « miel de pissenlit » selon une recette de grand-mère

**Ingrédients:** donne 7–8 petits bocaux

- env. 300 g de fleurs de pissenlit
- jus de deux citrons
- ½ kg de sucre

Enlever les feuilles enveloppant les fleurs. Cuire les fleurs de pissenlit dans 1½ l d'eau et laisser bouillir 5 min. Enlever de la plaque et laisser reposer 24 heures, passer à la passoire

Cuire ce jus avec le jus de citron et le sucre. Laisser cuire à feu doux à moyen jusqu'à ce que le jus épaisse et prenne une consistance sirupeuse. Remplir dans des petits bocaux et bien fermer.

### Notre expérience

Important: s'assurer que les fleurs ne proviennent pas d'une prairie sur laquelle on a épandu de l'engrais.

La raison pour laquelle, lors de l'entreposage, le sucre cristallise parfois est due à une trop forte cuisson du « miel de pissenlit », ce qui modifie le sucre. Le jus doit toujours cuire en ne formant que de petites bulles.



Le « miel de pissenlit » ne provient pas toujours de nos abeilles (photo: F.X. Dillier)

## Miel de pissenlit

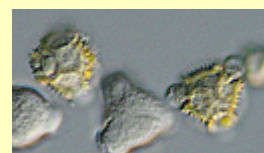
Pour la caractérisation du miel de pissenlit, 27 échantillons ont été récoltés. Ils proviennent de rucher situés à des altitudes très variables (386–1108 m), la moyenne s'élevant à 757 m. Les cantons d'origine des échantillons étaient BE (4), GR (1), FR (5), NE (3), LU (1) et SG (3). Les miels des échantillons ont été récoltés dans les années 1998 (4 échantillons), 1999 (5 échantillons), 2000 (5 échantillons), 2002 (6 échantillons) et 2003 (6 échantillons). Tous ces miels de pissenlit avaient une teneur en eau relativement basse, dans tous les cas inférieure à 18,5 g / 100 g. Le rapport glucose/eau était sensiblement supérieur à 1,7. Le miel de pissenlit cristallise donc très rapidement. Normalement, il a totalement cristallisé 2 à 4 semaines après la récolte. Il forme le plus souvent des cristaux très fins. Les miels avec une teneur en eau basse peuvent cristalliser très durement.

La part de pollen de pissenlit dans le miel varie fortement et est parfois minime, car ce miel contient souvent du pollen de colza et du saule. Le pollen de pissenlit est sous-représenté, on trouve en moyenne 33'600 grains de pollen dans 10 g de miel. Le sédiment microscopique est très clair, souvent teinté de jaune par la couche d'huile jaune entourant les grains de pollen.

### Fiche signalétique

#### Caractérisation:

- couleur jaune vif (intensité moyenne)
  - intense en goût et en arôme
  - goût animal, fruité
  - moyennement doux et acidité moyenne, sans amertume,
  - long en bouche
  - sensation en bouche: fraîche
- 
- |   |   |
|---|---|
| - pollen monofloral dans le miel:         | 25 (11-68)%                                 |
| - quantité de nectar/fleurs/jours:        | 7.4 mg                                      |
| - valeur mellifère par saison et hectare: | 20–200 kg                                   |
| - teneur en sucre dans le nectar:         | 55 g/100 g                                  |
| - sortes de sucre dans le nectar:         | fructose: 45 g/100 g<br>glucose: 55 g/100 g |



Vue microscopique d'un miel de pissenlit avec deux grains de pollen de pissenlit (huile jaune, agrandissement 400x, photo: K. Bieri)

#### Propriétés physico-chimiques du miel:

- |                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| - teneur en eau:             | 15.7 (14.2-17.7) g/100 g |
| - conductibilité électrique: | 0.49 (0.37-0.62) mS/cm   |
| - acidité libre:             | 10.5 (6.5-17.7) meq/kg   |
| - mélézitose:                | 0.1 (0.0-0.5) g/100 g    |
| - fructose/glucose:          | 1.05 (0.90-1.15)         |
| - glucose/eau:               | 2.26 (1.95-2.60)         |

Traduction :Evelyne Fasnacht (ALP)

#### Littérature:

1. Bogdanov, S.; Bieri, K.; Kilchenmann, V.; Gallmann, P. (2005) Miels monofloraux suisses, ALP Forum 23: 1-55.
2. FNP (2000) Swiss Web Flora, <http://www.wsl.ch/land/products/webflora>.
3. Oetker AG (1987), Konfitüren hausgemacht, Aargauer Tagblatt, Aarau