

L'Écotourisme en Gironde

- [Accueil](#)
- [Balades écotouristiques en Gironde](#)
- [L'écojardinage](#)
- [Fiches Plantes](#)
- [Revue de presse](#)
- [Contact](#)

Entrer le nom d'une plante :

Salicorne d'Europe



Nom commun :

Salicorne d'Europe

Nom latin :

Salicornia europea

Autres noms :

Rose des marais, salicorne herbacée, corne de mer, haricot de mer, fausse algue, cornichon de mer, pousse-pierre, pesse, passe-pierre, perce-pierre, criste marine (à ne pas confondre avec la vraie criste marine), kali et al kali (en arabe)

Famille :

Amaranthacées suivant le type de classement

Taille :

10 -40 cm

Description

Son nom vient de l'arabe "salcoran", mettant en évidence deux de ses caractéristiques: elle a un goût salé et elle pousse sur des terres saumâtres (sal); ses rameaux ressemblent à de petites cornes (corne). Cet aspect renflé des tiges vient de la teneur élevée en sels dans les tissus ce qui crée un appel d'eau pour diminuer la pression osmotique.

Poussant dans les vases salées littorales de la slikke et en ceinture dans les dépressions des près salés

ou dans les marais salants (sansouire, réservoirs à poissons d'Audenge, prairies maritimes ou salées du Bassin d'Arcachon), cette curieuse plante halophyte est annuelle: elle est donc absente en hiver (contrairement autres salicornes vivaces). Elle a des feuilles soudées en gaine autour de l'axe. Leur teinte est d'abord verte foncée, puis jaune en été et enfin rouge à l'automne ("corail de mer"); ses feuilles, très rudimentaires, sont réduites à deux minuscules et simples gaines: c'est le résultat d'une adaptation poussée de cette plante au milieu salin. Ses tiges pulpeuses et charnues, dressées, articulées, resserrées au niveau des noeuds, de couleur verte ou rougeâtre, forment une succession de petits cylindres succulents renflés qui se désolidarisent assez facilement. Ses fleurs jaunes et insignifiantes (à peine visibles à l'oeil nu!) apparaissent entre août et septembre, cachées au niveau des noeuds: elles ressemblent à de petites écailles groupés en épis serrés de part et d'autre des tiges. A ce moment, de loin, la plante a l'allure d'une petite bruyère. Elle commence à germer entre la fin d'automne et le mois de décembre (voire même mars-avril), puis elle végète tout l'hiver dans l'attente de températures plus clémentes et des pluies hivernales qui diminuent la salinité du sol. Au milieu du printemps, elle mesure 6-8 cm et elle atteint 30 cm en été. Fin août, les tiges vertes deviennent rouges. A partir de septembre, les graines se sont éparpillées au gré des marées ou dans les fientes d'oiseaux, les plantes sont desséchées comme des squelettes auxquels se mêleront bientôt de jeunes pousses. La salicorne étant une plante pionnière, au fil des années (entre 2 et 8 ans), elle est progressivement concurrencée par d'autres plantes halophytes :d'abord la soude maritime, les salicornes vivaces, puis l'obione faux-pourpier et l'aster maritime, enfin la spartine, la puccinelle maritime. La salicorne est utilisée comme nourriture d'appoint par les populations côtières. En 1921, une grande sécheresse s'abattit sur notre pays et la salicorne fait partie des plantes sauvages qui compensèrent partiellement le manque de légumes cette année là.

En Grande Bretagne, les Anglais l'apprécient tellement qu'on a du interdire son ramassage sauvage. Jadis, les Arabes d'abord, puis Européens jusqu'au XVIIIe siècle les brûlait pour récupérer "la soude végétale" (en fait, le carbonate de sodium) qui servait ensuite à fabriquer le savon ou le verre (glaceries autour de Cherbourg) -on utilisait aussi une autre plante: la soude maritime-. En anglais, la salicorne herbacée s'appelle d'ailleurs glasswort = herbe à verre. Au Moyen-Age, les fonderies des verriers étaient situées à proximité des salicornes. Parmi les régions les plus productrices de soude, citons Alicante (Espagne), Narbonne ("salicor") et Aigues-Mortes ("blanquette"). Actuellement, la cueillette à des fins commerciales et culinaires est développé en baie de Somme, sur la côte est du Cotentin, en baie du Mont-Saint-Michel, sur les îles (Noirmoutier, ré, Oléron) et en Camargue. Une partie de la récolte est exportée vers les Pays-bas, au Mexique, au Koweït et en Israël (où il existe des cultures sous serre pour obtenir un produit standard). Mais, la France doit aussi importer de la salicorne fraîche sauvage d'Amérique du Sud. La culture d'halophytes (dont la salicorne) ets une pratique courante au Moyen-Orient pour la production de fourrage destiné au bétail (alternative intéressante dans ces pays aux terres désertiques). Peut-être remplaceront-elles bientôt les farines animales pour nourrir les crevettes d'élevage? Servira-t-elle un jour de bio-carburants? Dans ce dernier cas, *Salicornia bigelovi* fait l'objet d'une production pilote au Mexique avec un rendement supérieur de 400% à celui du soja.

Lors de nos balades dans la nature en Gironde, nous avons pu admirer une demi-douzaines d'espèces de salicornes, mais elles sont vivaces et ligneuses (donc visibles aussi en hiver):

- la salicorne ligneuse *S. fruticosa*: buisson bas, dressé, très glauque;
- la salicorne vivace *S. perennis* (plus rare): coussins verts, à tiges couchées, plus rare que les précédentes.

Bien que peu consommées, les salicornes vivaces peuvent être récoltées en toute saison (goût amer). Alors que la salicorne européenne (annuelle) n'est cueillie que de la mi-mai à la mi-septembre.

CULTURE:

Comme la question de sa culture nous est souvent posée par des sauniers qui souhaitent arrondir leurs maigres revenus, il faut reconnaître qu'il est (quasiment) impossible de faire pousser cette plante en dehors de son milieu naturel, comme le montrent les échecs des tentatives faites par l'INRA et le CREA. Il faudrait en effet reproduire le jeu des marées: submersion pendant plus de 3 h aux marées les plus hautes et d'à peine quelques minutes à celles de coefficient 60, émergence permanente aux

marées de coefficient inférieure à 60. Naturellement, l'arrosage s'effectuerait à l'eau de mer (ou de l'eau salée à la même concentration), ce qui est "mortelle" pour les autres plantes du jardin. Il faudrait aussi reproduire les périodes de dessèchement par le soleil et contrôler les dépôts d'alluvions. Pour s'assurer d'une certaine disponibilité des ressources et faciliter la récolte, les cueilleurs de la baie de Somme ont développé un dispositif de "hersage" de l'estran en hiver qui améliore le réensemencement hivernal tout en luttant contre l'envahissement par d'autres espèces de plantes. En Charentes Maritimes, la Chambre d'Agriculture et l'INRA ont impulsé la culture contrôlée de *Salicornia obscura* sur d'anciennes parcelles ostréicoles et certains marais salants. Plusieurs producteurs ont engagé une démarche pour labelliser la salicorne en agriculture biologique.

Les rares professionnels qui pratiquent la culture de la salicorne annuelle, sont toujours situés près du littoral marin et ils utilisent deux techniques:

- soit ils le font in situ, là où elles poussent naturellement: ils arrachent simplement les plantes invasives (soude, salicornes vivaces, obione...) qui pourraient l'étouffer.

- soit ils prélèvent des pieds dans les terrains les moins salés et ils les repiquent en tentant de les adapter tant bien que mal à leur sol.

Toutefois, une entreprise (www.huitres-boyard.cm) semble réussir un cycle complet avec une salicorne rare sur nos côtes: germination dans 75% de sable et 25% de terreau et arrosage d'abord à l'eau douce, puis -une fois la levée effectuée- à l'eau salée.

Application en phytothérapie

C'est le légume vert le plus riche en vitamine C! Poussant en bord de mer, la salicorne est naturellement très riches en sels minéraux, vitamines (A, B, C) et en oligoéléments: potassium, manganèse, iode, silicium, bore, phosphore, zinc, calcium... Elle est diurétique, dépurative et tonique. Peu calorique, elle convient aux régimes minceurs. Riche en oméga 3, elle entre dans la composition des crèmes anti-rides. L'extrait de salicorne renforce l'hydratation naturelle, améliore la cohésion intercellulaire et diminue la rugosité de la peau. En pharmacie, la bêtaïne de la plante sert à fabriquer le citrate de bêtaïne utilisé contre les maux de ventre.

Au XIXe siècle, les soupçons infondés du Pharmacien en chef de la Marine font accuser la soude de prédisposer les marins au scorbut et son emploi en conserve fut alors abandonné jusqu'aux disettes de l'après-guerre de 1914-1918.

Les recettes de cuisine

Jadis nourriture du pauvre, les salicornes sont devenues des produits de luxe. Seules les salicornes annuelles et herbacées sont consommées: la plus courante chez nous est la salicorne d'Europe. De toute façon, il n'y a pas de risques de se tromper car les salicornes vivaces ont un goût tellement amères qu'on les rejette tout de suite. On les ramasse de préférence en mai-juin. Les jeunes tiges crues ont une saveur et une texture inimitables: tendres, croquantes sous les dents, pleines de jus, salées, acidulées, légèrement amères. Osez des associations variées: salicornes à l'intérieur d'une tranche de jambon enroulées autour (ou toute autre charcuterie), marinées avec des harengs ou des coquillages, mélangées à des salades (concombre, tomate, laitues), aromatisation des sauces, moutardes, mayonnaises, quiches et omelettes! Comme les salicornes ne conservent pas plus de deux jours au réfrigérateur, pour les garder longtemps, on peut les préparer confites dans le vinaigre bouillant (voir la recette sur la fiche "cornichons"), après les avoir laissées rassir à l'air libre avec du sel pendant une demi-journée. C'est ainsi sous forme de "cornichons de mer" qu'autrefois les marins emportaient avec eux la vitamine C pour éviter d'attraper le scorbut. Elle communique en même temps un goût très original au vinaigre dans lequel elles ont macérées.

Récoltée en juin, la salicorne peut être préparée comme les épinards ou revenue à la poêle. Passé le mois de juin (juillet-août), les tiges deviennent ligneuses, fibreuses, dures et amères: on ramasse seulement les extrémités les plus tendres et il faut les cuire à l'eau pour les attendrir. On les blanchit dans l'eau bouillante pendant 5-10 minutes et on les mange comme des asperges ou des haricots verts ou dans des soupes. Revenue à la poêle avec de l'huile et des aromates (ail, persil), la salicorne accompagne aussi les poissons et les viandes (rouges ou blanches).

La salicorne est servie dans les restaurants sous le nom de "haricot de mer". A ne pas confondre avec le "haricot de l'océan" qui est une vraie algue(Himanthalia Elogata).

Jadis, les Romains l'utilisaient pour préparer leur garum, une sorte de nuoc-nâm (couches superposées de salicornes, d'huitres et de sang frais de poisson).

[Vous recherchez des recettes de cuisine originales, naturelles et faciles avec la salicorne? Nous vous conseillons un site plein de fraîcheur: CLIQUER ICI.](#)

Toutes les informations culinaires ou phytothérapeutiques ne sont données qu'à titre indicatif.
Merci de consulter un professionnel de la santé avant toute utilisation.

[Voir le programme des prochaines sorties éco-touristiques en Gironde](#)



Association Jardin & Ecotourisme © 2012 | [Google+](#) | Site [Cours Piano](#) | Site [Homestay Bordeaux](#)