



La plante du mois :

## La Renouée du Japon : Reynoutria japonica

Une plante envahissante mais mellifère très intéressante .



Elle a été importée d'Asie au 19e siècle comme plante d'ornement.

Cette plante vivace herbacée ressemble aux bambous d'où son surnom " bambou japonais ou mexicain ! " .

Elle est appelée aussi " Fallopia Japonica " .

Sa floraison de fin juillet à fin octobre fournit beaucoup de nectar , période où peu de fleurs subsistent.

C'est donc très intéressant pour les abeilles.



Ses petites fleurs au parfum délicat blanc-crème sont disposées en "panicule " de 15 à 20 cm situés à l'aisselle des feuilles.

Ses tiges sont creuses et rougeâtres avec un port bien érigé.

Ses feuilles de 15 à 20 cm d'un beau vert sont triangulaires / ovales .

Le miel monofloral, dense et parfumé couleur brun foncé, ressemblerait fort au miel de sarrasin.

Bien sûr aussi il est appelé aussi "miel de bambou " .

Il est riche en anti-oxydants ( les même que dans le vin !! ) .

### **SANTE:**

Elle a de nombreuses propriétés médicinales et c'est principalement en Asie que la Renouée du Japon est utilisée.

Les racines ( rhizome ) sont aussi importantes que le fameux GINSENG et après dessiccation possèdent des propriétés : digestive, diurétique , antipyrétique (fièvre), hypotensive, anti-douleur, anti-diarrhéique , analgésique , hépatite , athérosclérose , calme les brûlures et encore plus...

Elles contiennent du resvératrol ( cocorico , c'est en France qu'on l'a trouvé ! ) , cette hormone végétale au nom barbare, de la famille des polyphénols a des effets bénéfiques sur la santé .....

**et serait un concentré de jouvence !**

On en trouve dans le chocolat, les agrumes, les fruits rouges, le café, le thé vert ou les pommes et...

**c'est le fameux anti-oxydant du vin rouge !**

Mais alors cure de Renouée ou de bon vin ?

**Mon choix est fait... avec modération bien sûr !**

Bien sûr , tout cela est à titre informatif !

Elle a aussi de nombreuses propriétés culinaires et c'est aussi en Asie que la Renouée du Japon est consommée crue ou cuite.

On peut consommer les jeunes pousses comme des asperges, bien les éplucher car comme la rhubarbe elles contiennent de l'acide oxalique, le jus des cannes contient sels minéraux et vitamines.

Les feuilles tendres et douces peuvent remplacer les feuilles de vigne et aromatiser un alcool d'un doux parfum fleuri

#### **ATTENTION :**

**Elle a une grande capacité à fixer les métaux lourds ,**

**elle peut donc être très toxique, donc impropre à la consommation humaine .**

**Elle pousse souvent sur des remblais ... avant une récolte, assurez-vous donc que le sol n'est pas pollué .**

#### **MULTIPLICATION :**

Les minuscules graines mâles sont stériles dans nos contrées.

C'est essentiellement par bouturage , un simple bout de tige suffit.

Elle préfère les milieux acides.

Elle est anémogame : la fécondation se réalise par l'intermédiaire du vent.

Le fruit qu'elle donne est un " akène " comme le pissenlit , le noisetier ,

le tilleul ou la fraise .....

Si ses caractéristiques sont séduisantes ... attention : elle est ENVAHISSANTE .

Elle est fixatrice des sols .... peut être très pratique pour les dunes.

En Europe, elle est devenue un vrai problème en raison de sa facilité à se développer de façon anarchique.

Elle est tellement invasive qu'elle a été mentionnée par l'Union Internationale pour la conservation et elle fait partie des 100 espèces les plus préoccupantes pour la nature.

Elle est très difficile d'éradiquer cette plante .

Le broyage favorise la dispersion. L'arrachage des rhizomes installés jusqu'à 4 m de profondeur est laborieuse.

Il paraîtrait que planter des orties tuerait les renouées.

A l'époque " Personne " ne s'inquiétait alors de sa capacité de colonisation des espaces et de faire disparaître d'autres espèces.

Alors soyons prudents avant de planter cette plante belle et généreuse.  
Attendons de mieux la connaître !

***Faites-nous part de vos connaissances !***

*Avez-vous des plantes mellifères ? De belles photos ?*

*Envoyez vos informations et commentaires à : [josephfabiano@gdsa73.fr](mailto:josephfabiano@gdsa73.fr)*