

AB / PHYTOTHERAPIE / BIODYNAMIE

Les plantes pour soigner la vigne : récolte et conditionnement

Quel est le meilleur moment pour récolter ?

La période de récolte dépend des organes utilisés :

- **Racines** : se récoltent au printemps ou à l'automne
- **Feuilles** : lorsqu'elles ont acquis leur plus grande vigueur (avant floraison car après la plante met son énergie sur les fleurs)
- **Fleurs** : avant leur entier épanouissement

La cueillette se raisonne donc au cas par cas en fonction des plantes. Quelques exemples :

Consoude (floraison : mai à septembre)	Ortie (floraison : juin à septembre)	Prêle des champs (floraison : mars-avril)	Reine des prés (floraison : juin à août)	Bourdainne (floraison : avril à juillet)
Feuilles fraîches : plusieurs récoltes possibles d'avril à septembre	Plante entière : juin à octobre	Plante entière : juillet à septembre	Fleurs à début floraison : juin – juillet	Ecorce : mars - avril

Lorsque cela est possible, il peut être bien de choisir le bon moment de la journée pour récolter :

- **Le matin**, les principes actifs seraient plus concentrés dans le feuillage, c'est donc le bon moment pour **récolter tiges, feuilles et fleurs**
- **Le soir**, les sucs se trouveraient plutôt dans les parties souterraines, idéal pour récolter **les racines**

(Ceci peut aussi servir pour choisir le moment de pulvérisation pour la stimulation du sol ou des feuilles : si le feuillage est visé, matin, si les racines ou le sol, pulvériser le soir !)

Eviter de ramasser les plantes par temps humides (difficiles à faire sécher par la suite).

Bonnes conditions de séchage et conservation des plantes :

- Ne pas les rincer à l'eau (sauf pour nettoyer les racines)
- Feuilles et fleurs suspendus en bouquets pour le séchage
- Les racines, une fois lavées, seront coupées en petites rondelles
- Stockage : dans des boîtes en carton, ou bocaux en verre teinté bien fermés, dans un **endroit ventilé, à l'abri de la lumière et de l'humidité**
- Les plantes peuvent se garder 1 an (pour certaines jusqu'à 2 ans maximum)

Où trouver les plantes ?

Attention, la cueillette est une étape délicate et importante dans la pratique de phytothérapie, n'hésitez pas à faire appel à des professionnels.

Quelques fournisseurs de plantes : Aux ptits bonheurs (Chaux les Crotenay, site : <http://www.auxptitsbonheurs.com>)

Biodynamie services, MABD