



LA PIMPRENELLE

Sanguisorba minor

Famille : Rosacées

Aire de répartition géographique : c'est une plante commune en Europe, que l'on trouve sur les terrains pauvres en matière organique, en particulier sur sol calcaire.

Récolte : la pimprenelle résiste aussi bien aux grands froids qu'aux fortes chaleurs, et peut donc se récolter toute l'année.

Apprenez à la reconnaître



La pimprenelle se reconnaît à ses feuilles composées qui poussent d'abord en rosette avant de s'élever le long de la tige. Les folioles sont arrondies, dentées, avec une dent sommitale plus petite que les autres.

Ses fleurs poussent en petits épis verts et globuleux, avec les fleurs femelles aux styles rouges en haut et les fleurs mâles aux anthères jaunes en bas.



PROPRIÉTÉS ALIMENTAIRES DE LA PIMPRENELLE

Avec son goût de concombre caractéristique, la pimprenelle est considérée comme une « fourniture à salades ». Ses feuilles sont riches en vitamine C, et sont astringentes, toniques, apéritives et digestives.

Son nom latin *sanguisorba* signifie « qui absorbe le sang », et elle possède effectivement des propriétés hémostatiques.

Elle est réputée pour favoriser la production de lait chez les animaux qui la broutent.

Toasts de fromage frais à la pimprenelle

1. Cueillir les feuilles de pimprenelle, en les pinçant simplement entre le pouce et l'index et en tirant d'un petit geste sec.
2. Enlever les pétioles qui sont un peu durs. Si la partie centrale de la feuille (le rachis) est trop dure, ne garder que les folioles.
3. Hacher finement.
4. Dans un bol, mélanger la pimprenelle, du fromage frais (pas trop fort pour ne pas écraser le goût de la plante) et de l'huile d'olive. Vous pouvez légèrement saler et poivrer selon vos envies.
5. Tartiner sur des toasts de votre choix.

ÉLIANE ASTIER