

Fruits et baies d'automne



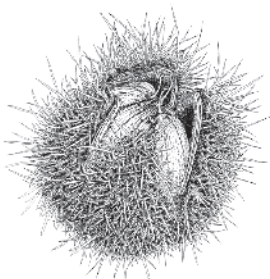
Prendre une châtaigne pour un marron ?

Chaque année, avec l'automne apparaissent dans les sous-bois les premières châtaignes avec leurs « bogues » épineuses qui, foulées au pied, laissent échapper des fruits bruns à large tache blanche. À la même période, dans les cours d'écoles, dans les parcs, les avenues... les marronniers laissent également tomber des fruits verts, globuleux et épineux qui libèrent à terre des marrons brun-acajou ornés d'une tache blanche. La ressemblance entre les deux « fruits », tous deux protégés dans une coque piquante, tous deux bruns à tache blanche, fait qu'on les confond volontiers sous le nom de marrons. La chose se complique un peu plus lorsque les châtaignes elles-mêmes se transforment en marrons grillés (« Chauds, chauds, les marrons »), en crème de marron ou marrons glacés, ou une fois l'an, en dinde aux marrons. Comment différencier châtaigne et marron dans ces cas-là ?

Châtaignier *Castanea sativa*



Les feuilles du châtaignier sont des feuilles simples dont les bords sont en « dents de scie ».



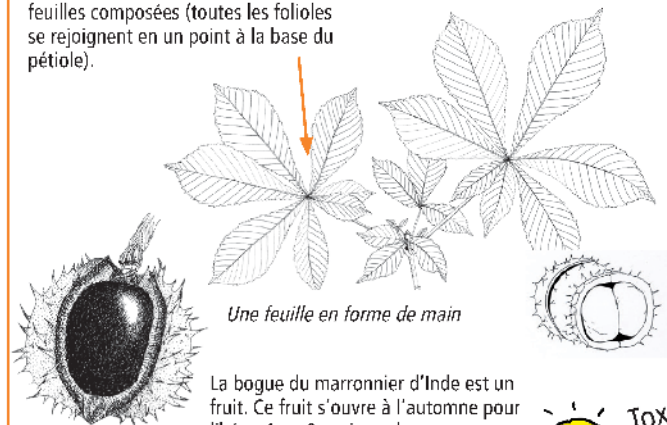
La bogue du châtaignier n'est pas un fruit mais un ensemble de fruits : les châtaignes.



Chaque châtaigne est un fruit et contient donc une graine unique entourée d'une petite « peau » fine.

Marronnier d'Inde *Aesculus hippocastanum*

Les feuilles du marronnier sont des feuilles composées (toutes les folioles se rejoignent en un point à la base du pétiole).



Une feuille en forme de main

La bogue du marronnier d'Inde est un fruit. Ce fruit s'ouvre à l'automne pour libérer 1 ou 2 graines : les marrons.



Histoire de famille

La **châtaigne** est le fruit du Châtaignier *Castanea sativa*, arbre appartenant à la famille des Fagacées dans laquelle on trouve le Hêtre *Fagus sylvatica*, genre ayant donné son nom à la famille, et les Chênes *Quercus sp.* Le **marron** est la graine du Marronnier d'Inde *Aesculus hippocastanum*, arbre appartenant à la petite famille des Hippocastanacées dont il est le seul représentant en France.



Bien que le marron d'Inde ne soit pas comestible, le terme « marron » désigne tout de même en France une variété de châtaignes cultivée par l'homme. Ces bogues ne contiennent qu'un seul fruit, en un seul bloc alors qu'en général la bogue de châtaigne ne renferme généralement trois fruits cloisonnés. C'est une version modifiée par l'homme de la châtaigne sauvage.



« Si toutes les graines qui tombent poussaient, plus personne ne retrouverait le sentier dans la forêt ».

- Proverbe africain -



Fruits et baies d'automne

Peinture de nature

La nature offre un nombre infini de pigments, seulement la technique qui consiste à extraire et à fixer les teintes est extrêmement complexe. Mais rien ne vous empêche de vous amuser en découvrant que nombreux fruits et baies produisent des teintes diverses et que chacun a une couleur spécifique :

- Les bogue de noix donnent un **brun foncé**.
- Les myrtilles, baies de sureau, mûres, cassis **du violet**.
- Les prunelles **un bleu noir profond**.
- les pommes sauvages **du jaune**.

Mais attention, on a parfois des surprises !

Pour fabriquer vos peintures...

Il vous faut d'abord battre la campagne (bois, parc, haies...) pour récolter les précieux fruits qui serviront à créer vos peintures.

Matériel nécessaire :

- un mortier et un pilon
- des bols en plastique
- des récipients à couvercle
- une passoire à thé
- de l'eau
- du papier et des pinceaux
- un vieux drap en coton blanc

1

Dans un mortier, pilez les différents fruits de votre récolte en ajoutant de l'eau si nécessaire (pour obtenir une peinture plus lisse, passez le mélange dans une passoire à thé).



2

Vous pouvez utiliser ces peintures pour décorer des feuilles de papier, ou des carrés de tissu en coton blanc (vieux draps).

Après avoir peint plusieurs carrés de tissu ou de papier (format A4), vous pouvez réaliser une guirlande tibétaine en les suspendant sur une cordelette à l'aide de petites pincettes à linge.

Pour la fabrication de vos couleurs, n'utilisez pas de baies toxiques. Si vous n'êtes pas sûr de connaître les plantes, n'hésitez pas à utiliser la planche d'identification (p. 4). Surtout, veillez à vous laver soigneusement les mains avec du savon après votre cuisine colorée.





Fruits et baies d'automne

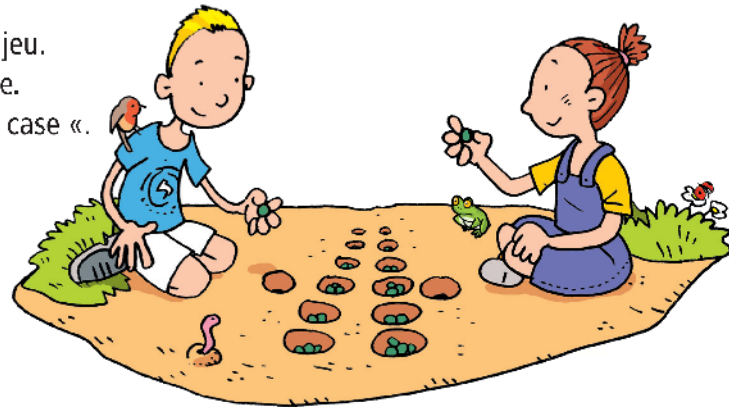
Le jeu de l'Awalé

Lors d'une sortie en forêt, profitez-en pour faire une pose jeu.

- Creusez dans le sol 2 lignes parallèles de 6 trous chacune.
- Placez 4 fruits (glands ou noisettes) dans chaque trou « case ».

Déroulement du jeu :

- Chaque joueur possède 6 trous.
- Le premier joueur prend 4 graines dans une case de son choix et les sème une par une dans les cases voisines dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
- S'il dispose sa dernière graine dans une case comptant maintenant 1, 2 ou 3 graines, le joueur ramasse la totalité des graines des cases précédentes comptant également 1, 2 ou 3 graines (uniquement dans le camp adverse).
- Puis, c'est au joueur adverse.
- Le gagnant est celui qui a ramassé le maximum de graines.



Appelé awelé ou awalé en Côte d'Ivoire et au Niger, jeu de six au Togo, adjito au Bénin, ce jeu trouve son origine dans l'antiquité. On y joue sur tout le continent africain, mais aussi aux Philippines, en Malaisie, à Ceylan, en Louisiane et au Brésil. Chaque pays a sa façon de jouer cependant une règle ne change pas... c'est un jeu de réflexion basé sur le calcul.

Biscuit de sorcière à l'aubépine

Récoltez environ 500 g de fruits de l'aubépine. Ces jolis petits fruits rouges - noyaux mis à part - sont comestibles et s'appellent des cenelles).

- 1 Cuisez les fruits entiers dans 0,5 L d'eau pendant 10 à 15 minutes. Passez le tout au passe-vite (moulin), en s'aidant du jus de cuisson. Passez une 2e fois à travers une passoire à grillage fin, pour être sûr d'éliminer tous les noyaux. vous obtiendrez environ 300 g de purée.

Matériel nécessaire :

- 150 g de purée d'aubépine
- 80 g de farine (épeautre)
- 80 g de beurre
- 100 g de sucre (brun)
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1/2 cuillère à soupe de levure chimique
- 1 pincée de sel

- 2 Émiettez le beurre dans la farine, rajoutez le sucre, la purée et les autres ingrédients. Déposez sur une feuille de papier de cuisson des petites boules de pâte bien espacées, posez dessus une miette d'amande ou de noisette, et cuire 15 à 18 minutes au four préchauffé à 180°.



Bon appétit !





Fruits et baies d'automne

Défi : mobile de graines et de fruits

Au cours d'une promenade, récoltez des fruits d'automne : marrons, châtaignes, bogues de faïnes, glands, noisettes... Avec tous ces fruits, un peu de fil de fer, quelques perles, des plumes et un peu d'imagination, vous pouvez assembler ces différents éléments pour en faire de drôles d'insectes volants. En vous inspirant de la photo, faites-nous parvenir en photo votre réalisation de mobile à vie_associative@fcpn.org

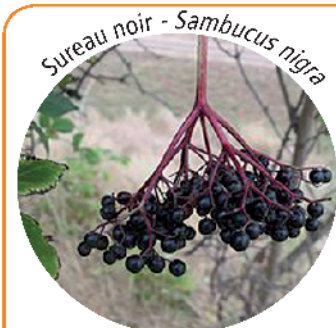
Une surprise pour la plus belle réalisation !



Reconnaître quelques fruits et baies d'automne

Outre la fameuse mûre, de nombreuses baies d'arbustes de haies sont comestibles. C'est le cas du cynorhodon, le fruit de l'églantier, appelé aussi « gratte-cul », ou encore des fruits rouges de l'aubépine et des baies du sureau noir. Des fruits que vous devrez identifier avec soin avant de procéder à la cueillette : certaines baies qui leur ressemblent sont toxiques.

Les bonnes



Sureau noir - *Sambucus nigra*

Une légende veut que chaque fleur de sureau soit en fait une fée venue se réfugier entre les pétales.



Mûre de ronce - *Rubus allegheniensis*

La mûre désigne deux fruits :
- La mûre, fruit des mûriers (culture des vers à soie).
- La mûre, mûron ou mûre sauvage, fruit de la ronce.



Prunellier - *Prunus spinosa*

Les fruits amers ne peuvent être transformés en confiture, eau de vie ou compote qu'après avoir subit le gel.



Églantier - *Rosa canina*

« Cynorhodon », un mot détestable qu'on n'arrive jamais ni à écrire ni à prononcer correctement. On a également appelé la plante « gratte-cul » à cause des poils attachés aux graines, que les enfants utilisaient autrefois comme poil à gratter.

Les mauvaises



Viome obier - *Viburnum opulus*

Les magnifiques baies rouge rubis sont épouvantablement amères, on ne risque guère de se laisser tenter : même les oiseaux les méprisent !



If commun - *Taxus baccata*

Toutes les parties de cette plante sont vénéneuses, tant pour l'homme que pour le bétail qui s'empoisonnent en broutant son feuillage. Une décoction de 50 g d'aiguilles suffirait à tuer un cheval.



Troène commun - *Ligustrum vulgare*

Les baies écrasées fournissent une encre noire violacée qui était utilisée par les enlumineurs du Moyen-Âge et par les chapeliers pour teindre les feutres.



Fusain d'Europe - *Euonymus europaeus*

Les jolies baies du fusain d'Europe sont toxiques. Cependant la médecine populaire les utilisait mélangées à l'huile de lin pour traiter les poux. Hélas le remède irritait le cuir chevelu !

