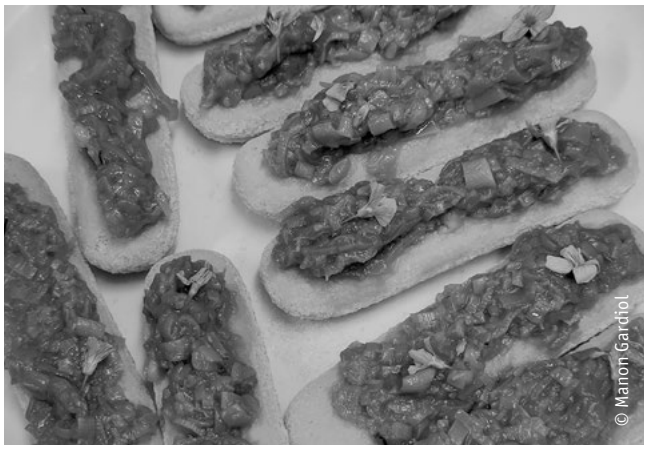
UNE ENVAHISSANTE POUR REMPLACER LA RHUBARBE

La renouée du Japon envahit vos bords de rivière ou votre jardin ? Mangez-là !

Manon Gardiol, membre ffu-pee



Compote de renouée sur des biscuits

Échappée des jardins, la renouée du Japon colonise bords de route et de rivière sans partage. Elle occupe les niches écologiques des plantes usuellement présentes et impacte ainsi la diversité des plantes, et de la faune qui y vit. En effet, les insectes ne reconnaissent pas les plantes de l'autre bout du monde.

Pour s'en défaire, il faut l'arracher plusieurs années de suite, et ce jusqu'au dernier rhizome. Cette activité peut être rendue plus plaisante en... dégustant une partie de votre récolte ! Comestibilité et cohabitation difficile ? Mangeons-les !

Comment la cueillir ?

Cueillie jeune, elle se cuisine comme la rhubarbe. Elle devient coriace en grandissant et nécessite d'être pelée, voire passée à la passoire pour éviter les fibres coriaces dès qu'elle ne se casse plus d'un coup. Prélever donc de préférence les sommités au début du printemps. Jette les déchets à la poubelle, sinon la plante va envahir le compost !

Comment la cuisiner ?

En compote : Mettre les morceaux dans une casserole avec un fond d'eau et quelques cuillères à soupe de sucre, laisser mijoter une dizaine de minutes et la compote est prête.

En tarte : Remplir le fond de tarte de petits morceaux crus (jeunes ou pelés) et compléter avec une préparation à base d'œufs, de lait (ou lait végétal) et de beaucoup de sucre, comme une tarte à la rhubarbe.

Manon Gardiol: Géographe de formation, je travaille depuis plus de 5 ans en tant que guide naturaliste pour l'association La Libellule à Genève (lalibellule.ch) après avoir été employée au service de l'environnement d'une commune et avoir fait une formation de ranger.

EIN INVASIVER RHABARBER-ERSATZ

Der Japanische Staudenknöterich überwuchert deine Flussufer oder deinen Garten? Iss ihn!

Manon Gardiol, Mitglied ffu-pee

Der Japanische Staudenknöterich, der im 19. Jahrhundert als Zierpflanze in Europa eingeführt wurde, ist inzwischen aus den Gärten entwichen und besiedelt Strassenböschungen und Flussufer. Er besetzt die ökologischen Nischen der ortsüblichen Vegetation und beeinträchtigt so die Vielfalt von Flora und Fauna. Insekten erkennen diese Pflanzen vom anderen Ende der Welt nicht.

Um sie loszuwerden, musst du sie mehrere Jahre hintereinander bis zum letzten Rhizom ausreissen. Diese Tätigkeit kann angenehmer gestaltet werden, wenn du einen Teil deiner Ernte verzehrst... Schwieriges Zusammenleben und Genuss? Lass uns die Pflanze essen!

Wie pflücken?

Jung gepflückt, wird der Japanische Staudenknöterich wie Rhabarber zubereitet. Wenn er grösser wird, wird er zäh und muss geschält oder sogar durch ein Sieb gestrichen werden, sobald er nicht mehr auf einmal abgebrochen werden kann, um die zähen Fasern loszuwerden. Sammle daher am besten die Blütenstände im zeitigen Frühjahr. Wirf die Abfälle in den Kehricht, die Pflanze ist bereit, den Kompost zu erobern!

Japanischer Staudenknöterich

Wie kann man sie zubereiten?

Als Kompott: Die Stücke in einen Topf geben, den Boden mit Wasser bedecken und einige Löffel Zucker beigeben, etwa zehn Minuten köcheln lassen und schon ist das Kompott fertig.

Als Wähe: Einen Tortenboden mit kleinen rohen Stücken (jung oder geschält) füllen und mit einem Guss aus Eiern, Milch (oder Pflanzenmilch) und Zucker übergiessen, wie bei einem Rhabarberkuchen.

Manon Gardiol: Als Geografin arbeite ich seit über fünf Jahren als Naturführerin für den Verein La Libellule in Genf (lalibellule.ch), nachdem ich bei der Umweltfachstelle einer Gemeinde beschäftigt war und eine Ausbildung zur Rangerin absolviert hatte.