

Ornithogale des Pyrénées

Ornithogalum pyrenaicum
(*Loncomelos pyrenaicus*)

Aspergette, asperge des bois

Famille des **Asparagacées**

Floraison : mai-juin

PORTRAIT

Plante herbacée vivace. Bulbe ovoïde d'où sort une rosette de feuilles étalées, longues et étroites, qui généralement sèchent avant la floraison. Hampe florale très élancée (30 à 60 cm) portant un épi serré de nombreux boutons qui lui donnent l'aspect d'une asperge. Ceux-ci s'épanouissent peu à peu, de bas en haut, en petites fleurs d'un blanc verdâtre portées par un long pétiole, avec 6 tépales (sépale+pétale) en étoile, 6 étamines et un style. Fruit : capsule ovoïde à 3 sillons.

Texture de l'épi : croquante et mucilagineuse.

Goût : délicat.

MILIEU DE VIE

Sur sol riche et frais, sous-bois, lisières forestières, haies, prairies fraîches.

CUEILLETTE

Boutons floraux : mai-juin



PARTIES COMESTIBLES

Épi floral en boutons avec le sommet de la tige.

VERTUS NUTRITIONNELLES

Riche en fibres, minéraux, vitamine A et C.

DANS L'ASSIETTE

Les épis se consomment généralement cuits à l'eau ou étuvés très brièvement (3 minutes), avec une vinaigrette ou une mayonnaise, ou juste sautés à la poêle, ou encore en omelette, en soupe. (Ils peuvent se manger crus mais sont alors potentiellement allergogènes.)

REMARQUES

Malgré son nom, l'ornithogale n'est pas spécifique aux Pyrénées mais est présente dans toute la France.

Localement rare ou vulnérable, elle est protégée dans certaines régions où sa cueillette est réglementée.

Le nom ornithogale provient de deux racines grecques signifiant « lait d'oiseau ».