



# Aspérule odorante (*Galium odoratum*)

**Noms communs** : Reine des bois, petit muguet, waldmeister (maître des forêts)

**Famille** : Rubiacées

## Étymologie :

Le nom du genre *galium* vient du grec *galaktos* (lait) une autre espèce du genre, le Gaillet caille-lait (*Galium verum*) étant sensé faire cailler le lait grâce à un enzyme qu'il contient, propriété très controversée. *Odoratum* (odorant) tient à ses qualités olfactives, encore qu'elle ne mérite son qualificatif qu'après dessiccation : à l'état frais, elle ne dégage qu'un très discret parfum. C'est au séchage à l'air que par oxydation, le coumarol inodore qu'elle contient se transforme en coumarine odorante, odeur que l'on trouve à la fois dans les feuilles et les fleurs. La coumarine est utilisée en parfumerie (Shalimar de Guerlain)

Anciennement, elle était nommée *Asperula odorata*. Ce nom de genre vient du latin *asper* (rude, rugueux) allusion aux poils raides de plusieurs espèces dont le Gaillet grateron (*Galium aparine*)

## Description :



Cette petite plante à tige carrée dressée ne dépasse pas 20 à 30 centimètres. Les feuilles qui l'ornent sont verticillées, c'est-à-dire disposées en anneaux de 6 à 8 pièces, reliées au même niveau de la tige. Elles sont en fer de lance et munies d'une petite pointe (mucron) à leur extrémité. Elles sont rugueuses sur les bords et sur la nervure centrale de l'avant. Les fleurs blanches en corymbes (leurs queues s'élèvent en divergeant de sorte que leurs fleurs se trouvent sur un même plan) sont petites et comportent quatre pétales soudés à la base. Elles apparaissent au mois de mai (fin mai-début juin localement). Le fruit est une capsule hérissée de poils crochus qui s'accrochent aux poils des animaux et facilitent sa dissémination. Elle porte des stolons souterrains qui expliquent l'étendue de ses populations.

## Biotopes :

C'est une espèce d'ombre. On la trouve couramment dans les sous-bois et lisières ombragées de hêtraies (Bois de Breyse), sur sol frais, bien drainé et riche d'origine volcanique, dans les forêts de ravins, forêts riveraines.

## Utilisations :

En usage interne, la coumarine est antispasmodique, sédative et diurétique. L'infusion de feuilles (appelée "thé d'aspérule") qui facilite également l'endormissement doit être utilisée avec modération car à fortes doses, la coumarine engendre des maux de tête voire une altération des perceptions (vertige, somnolence, etc.) ou des hépatites. De plus si la plante fermente elle moisit et la coumarine se transforme alors en dicoumarol, anticoagulant pouvant entraîner des hémorragies. Il est utilisé en association avec des éclats de verre pour lutter contre les rats. C'est cette même coumarine que l'on retrouve dans le foin séché ce qui explique la similitude d'odeur.

On utilisait autrefois l'aspérule odorante dans des coussins pour parfumer le linge et chasser par la même occasion les mites ou encore pour garnir des oreillers assurant une nuit tranquille.

Comme sa cousine la garance (*Rubia tinctoria*), on extrait une teinture rouge de ses racines.

C'est également une plante mellifère et ses feuilles nourrissent les chenilles de divers papillons de nuit.

Elle est utilisée pour parfumer certains tabacs à pipe (Amsterdamer, Clan)

## Utilisations culinaires :

En macération à des doses d'environ 3 grammes par litre dans un vin blanc sec sucré au miel, les feuilles et fleurs séchées permettent de préparer le très aromatique "Vin de mai" (Appelé Maibowle ou Maitrank) en Belgique ou au Luxembourg, pays qui l'ont érigée en boisson apéritive traditionnelle. En sirop, elle accompagne la Berliner Weiße, bière allemande légère et acide au froment.

En Alsace, elle sert à fabriquer une liqueur (le Waldmeister) produite par macération des fleurs dans du schnaps. On en parfume aussi les saucisses.

Les parties vertes et les fleurs sont ramassées en tout début de floraison et séchées lentement dans un endroit ombragé et aéré. Elles confèrent un parfum vanillé aux sirops, salades de fruits, gâteaux, entremets et gelées. On en fait d'excellents sorbets

## Risques de confusion :

On peut la confondre avec tous les gaillets dont aucun n'est toxique. Le Gaillet des bois (*Galium silvaticum*) a une tige ronde et des fleurs en panicule lâche. Le Gaillet grateron (*Galium aparine*) est plus haut et plus rêche, il ne présente pas l'odeur caractéristique de l'aspérule odorante.

Version :V0

Auteur : Jean-Paul Rique