



Groseiller rouge (*Ribes rubrum*)

Noms communs. Groseiller à grappes, Castillier, Raisin de Mars. Baie de Saint Jean

Famille : Grossulariécées

Étymologie :

Le nom de genre "*ribes*" viendrait du mot arabe "*ribas*" qui signifie plante aigre. C'est effectivement le goût du fruit du groseiller.

Description :

C'est un petit arbrisseau de un mètre à un mètre cinquante, non épineux. Ses feuilles de 5 à 8 centimètres comportent 3 à 5 lobes profondément dentés et sont poilues sur le dessous.

Il fleurit en mai-juin. Ses fleurs en grappes pendantes ont une forme de coupe et sont vertes à vert-brun.

Les baies rouges sont en grappes et ont une saveur acide. On les cueille en juillet-août.

Biotopes :

Le groseiller rouge aime une exposition au soleil ou à mi-ombre. On le trouve sur les sols riches en humus et bien drainés. Planté jadis aux abords des fermes, on le voit encore de nos jours dans certaines de leurs ruines.

Utilisations :



Au niveau médicamenteux, les infusions de ses feuilles et ses fruits sont laxatives et aident à lutter contre la constipation.

Elle protège les petits vaisseaux ainsi que les capillaires sanguins et favorise la circulation du sang.

Du point de vue cosmétique, les décoctions de ses feuilles aident le renouvellement de peau.

Utilisations culinaires :

Rafraîchissante et contenant peu de sucre, les groseilles sont le fruit idéal pour les personnes diabétiques.

Les confitures et gelées de groseilles sont bien connues mais du fait de leur acidité, il est préférable de les associer à des fruits plus doux comme les

pommes. C'est aussi le cas pour les glaces et sorbets.

Cette acidité est mise en valeur dans les chutneys.

Risques de confusion :

On peut aisément le confondre avec le Groseillier des Alpes (*Ribes alpinum*), arbuste de la même famille avec lequel il cohabite souvent. Ses feuilles sont semblables mais presque glabres (sans poils). Leur pétiole est plus court que la feuille. Ses fleurs sont en grappes plus ou moins dressées et non pendantes. Leur couleur est verte ou vert-jaunâtre.

Les fruits, rouges à maturité, sont en grappes moins nombreuses que celles du groseiller rouge. Bien que comestibles, ils sont fades et n'ont aucun intérêt gustatif.

Dans la même famille, le Groseiller à maquereaux (*Ribes uva-crispi*) ne présente aucun risque de confusion avec ses fortes épines disposées en triangle et ses baies jaune orangé striées, également comestibles.



Groseiller à maquereaux



Groseiller des Alpes

Version : V0

Auteur : Jean-Paul Rique