















Les arbustes de la haie champêtre

Espèce	Intérêt pour la nature	Intérêt pour le paysage	Gastronomie végétale et autres usages	Santé et usages phytothérapeutiques
 <p>Aubépine (<i>Crataegus monogyna</i> et <i>C. oxyacantha</i>)</p>	Floraison précoce (mars-avril). Fleurs très nectarifères. Arbuste dense idéal pour la nidification.	Haies brise-vent, protégeant contre l'érosion éolienne et pluviale, réduit l'évaporation du sol.	Les fruits, appelés cenelles, sont farineux et ont, en temps de disette, été moulus et ajoutés à la farine pour faire du pain. Ils sont aussi excellents en infusion chaude ou froide, avec du jus de citron.	L'aubépine est la plante régulatrice du rythme cardiaque: par ses propriétés tonifiante et équilibrante, elle corrige l'hyper et l'hypotension. Infusion des fleurs (cueillir les rameaux juste avant la pleine floraison) ou des cenelles.
 <p>Eglantier (<i>Rosa canina</i>)</p>	Fleurs grandes et nombreuses, appréciées des butineurs et des cétéines.	Fleurs également très esthétiques! Croissance très rapide.	Un coup de coeur tout à l'honneur de ce véritable régal des haies: les fruits, consommés après les premières gelées sont particulièrement savoureux en confiture, gelée, sirop (on prendra soin d'enlever grains et poils!) mais aussi, séchés, en infusion.	Non seulement exquis, les gratte-culs sont réputés pour leurs propriétés antiscorbutique, antiseptique et antigrippale de par leur forte teneur en vitamine C (essentiellement), A, B1 et B2
 <p>Prunellier ou épine noire (<i>Prunus spinosa</i>)</p>	L'un des premiers arbustes à fleurir au printemps (mars). Fleurs très nectarifères. Plante-hôte de nombreux papillons. Baies précieuses pour les oiseaux en hiver. Arbuste de prédilection des pies-grièches (qui y empalent leurs proies...), mais aussi des fauvettes et des grives.		Les prunelles, cueillies après les premières gelées, sont astringentes (à tester crues!) et excellentes en gelée ou liqueur.	L'astringence du fruit provoque le même effet sur les tissus: il est utilisé en décoction contre la diarrhée et en gargarisme contre les maux de gorge.
 <p>Viorne aubier (<i>Viburnum opulus</i>)</p>	Fleurs nectarifères. Fruits rouges précieux pour les oiseaux en hiver.	Superbe floraison blanche au printemps! Un plaisir pour les yeux! Les baies en grappes rouges sont aussi très décoratives en automne	Baies non comestibles pour les hommes... les oiseaux s'en délecteront d'autant plus!	
 <p>Viorne lantane (<i>Viburnum lantana</i>)</p>	Fleurs nectarifères. Fruits noirs consommés par les oiseaux.	Belle floraison printanière (ombelles blanches)... et superbes grappes de baies passant du vert, au rouge, puis au bleu-noir à l'automne! Feuillage rouge sombre en automne.	Baies non comestibles pour les hommes (appréciés par les oiseaux) Branches et rejets bien droits utilisés en vannerie.	Les bourgeons récoltés au printemps (gemmothérapie) ont des propriétés antihistaminique. Ils ont un effet calmant en cas d'asthme et de spasmes bronchiques.

	Nerprun purgatif (<i>Rhamnus cathartica</i>)	Plante hôte du citron (grand papillon jaune), fleurs riches en nectar.	Beau feuillage vert sombre	Baies toxiques (purgatives!).	Laxatif très puissant, déconseillé à utiliser dans les remèdes maison!
	Fusain (<i>Euonymus europaeus</i>)	Fleurs riches en nectar. Plante-hôte de nombreux papillons.	Lieux semi-ombragés. Fruits en bonnet de cardinal, rose et orange.	Fruits (et feuilles) très toxiques! Mais aussi très décoratifs... Rameaux carbonisés utilisés pour le dessin (bois carré!).	Purgatif puissant et redoutable à éviter dans les remèdes maison...
	Cornouiller sanguin (<i>Cornus sanguinea</i>)	Baies noires appréciées des oiseaux.	Très belles couleurs en automne!	Baies non comestibles pour les hommes (appréciés par les oiseaux). Rameaux souples et rouges utilisés en vannerie.	Les bourgeons récoltés au printemps (gemmothérapie) ont des propriétés anti-histaminique. Ils ont un effet calmant en cas d'asthme et de spasmes bronchiques.
	Cornouiller mâle (<i>Cornus mas</i>)	Floraison précoce. Baies appréciées des oiseaux.	Jolies fleurs jaunes en étoiles... Nécessite une exposition ensoleillée!	Chair au goût et à la consistance exquis sur un noyau d'olive, la cornouille est un des meilleurs fruits sauvages! Excellent frais ou en confiture.	Les cornouilles sont des gourmandises-médicaments: toniques et vitaminées, elles sont aussi utilisées contre la diarrhée ou les règles trop abondantes.
	Saule marsault (<i>Salix caprea</i>)	Floraison précoce, pollen abondant. Plante hôte de nombreux papillons.	Croissance rapide. Pousse mieux dans un sol frais et humide.	Rameaux souples utilisés pour la vannerie, les tuteurs, les jeux d'enfants (cabanes), les barrières, etc.	L'écorce de saule est riche en acide salicylique. On peut en faire une infusion anti-inflammatoire lors de rhumatismes, de fièvre ou encore de migraine.
	Noisetier (<i>Corylus avellana</i>)	Floraison précoce. Noisettes nourrissantes pour les oiseaux et les petits mammifères.	Croissance rapide.	Noisettes excellentes! Possibilité d'en retirer une délicieuse huile les années généreuses... Perches très utiles au jardin potager (échalas, tuteurs) ou comme manche d'outils.	L'huile de noisetier est riche en acides gras essentiels. Les bourgeons (gemmothérapie) ont une action sur le sang en cas d'anémie ainsi que sur le foie lors d'insuffisance hépatique.

	Sureau noir (<i>Sambucus nigra</i>)	Fleurs blanches riches en pollen appréciées des insectes, en particulier des cétônies dorés et des gros coléoptères. Les fruits font le bonheur des oiseaux		Fleurs blanches parfumées utilisées pour la confection d'un sirop très rafraîchissant. Séchées, s'ajoutent dans les tisanes. Baies noires excellentes en confiture, gelée, sirop et liqueur. Tiges creuses idéales pour les jouets des enfants (flûtes)!	Infusion des fleurs très efficace pour lutter contre la grippe et la fièvre (sudorifiques). Sirop ou confiture des baies expectorant en cas de toux grasse, bronchite et encombrement des voies respiratoires.
	Sureau rouge (<i>Sambucus racemosa</i>)	Fleurs blanches riches en pollen. Fruits consommés par les oiseaux forestiers.	Pousse en altitude et aime l'ombre, à partir de 700 m.	Baies rouges douteuses à l'état cru, mais excellentes en gelée, liqueur ou eau-de-vie... Arôme et saveur sauvages!	Mêmes propriétés médicinales que le sureau noir, mais atténuées.
	Troène (<i>Ligustrum vulgare</i>)	Fleurs mellifères. Plante-hôte du sphinx du troène (papillon nocturne). Baies noires consommées par les oiseaux.	Port très touffu. Les feuilles mortes restent attachées longtemps aux branches (effet rideau). Supporte une taille sévère.	Baies noires toxiques.	
	Amélanancier (<i>Amelanchier ovalis</i>)	Superbe floraison blanche, très précoce et mellifère. Fruits appréciés des oiseaux.	Arbuste au port très léger. Feuillage peu dense vert très clair au printemps et qui vire au rouge en automne. A planter en bouquet isolé (2 ou 3 pieds), en situation bien exposée.	Baies aux couleurs myrtilles et au goût délicat. A consommer sans modération sur l'arbuste!	
	Chèvrefeuille des haies (<i>Lonicera xylosteum</i>)	Fleurs riches en nectar. Plante-hôte de nombreux papillons.	Croissance rapide et port touffu. Bouturage possible. Très belles fleurs odorantes.	Baies toxiques. Tiges sarmenteuses utilisées dans la confection de balais.	Le délicat et sensuel parfum des fleurs du chèvrefeuille éveille les sens endormis... à condition de ne pas les ingérer!

Textes: Corine Broquet / Images: Aino Adriaens