

L'ail des ours

Plante sauvage vivace, l'ail des ours (*Allium ursinum*) fait partie de la famille des Amaryllidaceae. Originaire d'Europe et d'Asie Orientale, on l'appelle également « ail des bois » ou « ail sauvage ».

D'origine ancienne il était autrefois très consommé même dans la préhistoire. On retrouve sa trace au néolithique et les Celtes utilisaient ses vertus médicinales.



Pourquoi ce nom ?

Parce que les ours s'en délecteraient au sortir de leur longue hibernation, alors que les autres herbivores, eux, la boudent. Consommer cette plante leur redonnerait de l'énergie.

Légende ou vérité ? Peu importe mais l'histoire est belle. Reste que par définition cette plante annonce la fin de l'hiver et l'arrivée du printemps.

L'ail des ours pousse principalement dans les sous-bois humides. Il se propage comme un tapis. Les feuilles apparaissent début avril, les fleurs étoiles d'un blanc pur, début mai. Après la floraison, la plante disparaît complètement pour revenir l'année suivante.

Vous voulez **une astuce** pour ne pas confondre l'ail des ours avec le muguet, au feuillage si ressemblant ? Si vous en **frottez les feuilles**, l'ail des ours dégage un fort parfum d'ail. C'est donc votre odorat qui doit vous guider !

Quel est le goût de l'ail des ours ?

L'ail des ours, c'est la saveur de l'ail mais tout en délicatesse, sans ce côté piquant voire agressif et tenace. Sa saveur est plus florale, plus raffinée.

Ramassé par nos soins, il agrémenté avec bonheur nos terrines, nos tartinables et nos moutardes. Nous le proposons également en soupe.

