

Onagre

L'Onagre bisannuelle (*Oenothera biennis* L.) est une plante herbacée de la famille des onagracées



Ces photos ont été prises lors de notre Randonnée « Mas de l'Ilhon » le 24 juin 2020

Plante à tige dressée, anguleuse de 1 à 1,20 m portant de grandes fleurs couleur jaune soufre, l'onagre bisannuelle pousse généralement sur des sols assez sablonneux au soleil ou à la mi-ombre rarement au-dessus de 700 m d'altitude ; cependant on en trouve quelques plants à 1000 m en Haute-Savoie dans des petits villages au-dessus du lac Léman, et dans le Jura neuchâtelois.

Feuille simple assez longue avec des nervures et de fins poils.

Floraison parfumée de juin à septembre. La fleur jaune à corolle régulière (*actinomorphe*) contient 8 étamines courbées – 4 pétales de 25–30 mm de long, plus courts que les 4 sépales.

Elle s'ouvre en quelques minutes en fin de journée, à la tombée de la nuit, et fane au lever du jour. Chaque soir de nouveaux boutons éclosent.

Après la floraison vient le fruit qui mesure environ 2 à 3 cm. Il contient des graines matures à la fin de l'été quand la plante sèche. À ce moment, on peut récupérer de petites graines noires (diamètre +/- 3 mm). À défaut, la plante se resème toute seule.

L'onagre bisannuelle attire différents types de papillons de nuit, comme les sphinx, mais également les abeilles. Les pinsons, mésanges et autres accenteurs mouchets sont friands de ses graines très riches en huile bénéfique.



Alimentaire :

Les feuilles basilaires (*la rosette en première année de croissance*) servent de légumes et peuvent s'ajouter aux soupes et aux ragoûts, ce qui vaut à la plante le nom de Mâche rouge.

Les racines nutritives (*au goût un peu poivré évoquant de loin un salsifi mais plus sucré*) sont consommées crues ou le plus souvent cuites à la fin de la première année de croissance (*tout comme les carottes, la plante n'ayant pas encore fleuri mais a accumulé des réserves dans sa racine*). Elles sont généralement bouillies après épluchage, leur chair blanchâtre prenant une teinte un peu rose à la cuisson et un goût de viande fumée, ce qui vaut à la plante le surnom de « jambon des jardiniers ». Vilmorin les cite en 1903 dans son ouvrage *Les plantes potagères* comme "apprêtées à la sauce blanche, ou bien en salade, coupées par petites tranches". Elles sont également consommées par les porcs et les ânes, ce qui vaut à la plante le nom de jambon des jardiniers, jambon de Saint-Antoine, ou herbe aux ânes. Les Anglais appellent l'onagre « King's cure-all » ou panacée royale à cause de son efficacité contre les rhumes en faisant infuser 5 ml (1 c. à thé) de feuilles et de tiges finement hachées et séchées dans 250 ml (1 tasse) d'eau bouillante.

Cosmétique

Son huile est utilisée par l'industrie cosmétique. Les graines d'onagre (*et donc l'huile qu'on en extrait*) contiennent de l'acide gamma-linolénique (AGL), un acide gras poly-insaturés de type oméga-6. L'AGL serait directement lié à la production des prostaglandines de série 1 (PGE1) au détriment de celles de série 2 (PGE2). Par cet effet, il réduirait donc les mécanismes qui déclenchent l'inflammation et pourrait avoir un effet ralentissant sur le vieillissement de la peau. Les effets supposés de l'huile d'onagre sur les maladies cardiaques et vasculaires, les syndromes pré-menstruels ou la sclérose en plaques ne sont validés par aucune étude scientifique fiable.

La petite histoire.

Cette fleur est aussi appelée la « Fleur du adhan ». En effet, certains musulmans pensent que cette fleur qui s'ouvre à la tombée du jour pour attirer les insectes nocturnes, s'ouvre parce que c'est l'appel à la prière.