



Nouvellement diplômée de l'Institut de technologie agroalimentaire (ITA), campus de Saint-Hyacinthe, Valérie Buist s'était d'abord trouvée devant une alternative. « Quand on entre à l'ITA en technique de production horticole et de l'environnement, on doit choisir entre l'horticulture légumière-fruitière et l'horticulture ornementale. Embêtée, j'ai finalement opté pour une culture qui mariait les deux : les fleurs comestibles. »

Elle dirige aujourd'hui, à 26 ans, sa propre entreprise, Belle à croquer!, à Saint-Tite, en Mauricie, qui approvisionne divers restaurants et vend aussi aux particuliers, sur commande.

« La fleur aime souffrir. À l'instar de la vigne qui ne donne pas de bons raisins lorsqu'elle a les pieds dans l'eau, les plants aiment les conditions difficiles qui les poussent à se reproduire et à fleurir, leur mécanisme naturel de survie. » La jeune diplômée plante donc ses fleurs dans des épaisseurs de terreau réduites, n'irrigue pas souvent et pince les tiges centrales pour favoriser les repousses latérales ainsi que l'étalement. Elle récolte par ailleurs idéalement le matin, quand les stomates, ces orifices de la surface des cellules végétales, sont fermés et que les fleurs fraîchement écloses n'exhalent pas trop leurs parfums.

« Cultivées à l'extérieur, les fleurs ont un goût plus prononcé, des saveurs plus fortes : l'influence du grand air et des variations de température entre le jour et la nuit, croit-on. Elles sont un peu moins intéressantes cultivées en serre, bien que cela donne la chance de pouvoir fournir ses marchés presque à longueur d'année. »

Attention cependant, ne vous mettez pas pour autant à manger vos plates-bandes à la maison ! Et surtout pas celles achetées au

Les fleurs comestibles QUE LE GRAND CRIC ME CROQUE!

PAR ÉTIENNE GOSSELIN

centre de jardinage ou chez le fleuriste, souvent bourrées de pesticides et d'engrais chimiques. Si les marguerites sauvages se mangent (mais elles ont un goût amer) et les géraniums aussi, certaines variétés comme les jonquilles, les clématites et le muguet ne sont pas comestibles tandis que d'autres fleurs sont carrément mortelles. En fait, il en va de cet univers comme de celui des champignons ; vigilance et connaissance sont nécessaires avant de les porter à la bouche.

ET ÇA GOÛTE... ?

« La bourrache, dit-elle, évoque par son goût le sucre en poudre. Les capucines rappellent le raifort, les épices fortes. Les violettes et les pensées, les pastilles blanches à la menthe. Quant aux tagètes (même famille que le tournesol), ils font fureur en limonade avec leur saveur d'agrumes. » ■

Dans la catégorie des fleurs annuelles, Valérie Buist cultive le souci (*Calendula officinalis*), la bourrache (*Borago officinalis*), la capucine (*Tropaeolum majus*), la centaurée bleuet (*Centaurea cyanus*), l'œillet (*Dianthus*), la pensée géante (*Viola*) et le tagète (*Tagetes*). Elle récolte également des espèces vivaces comme la rose sauvage (*Rosa*), la chicorée (*Cichorium intybus*), la violette sauvage (*Viola tricolor*), la lavande (*Lavandula*) et l'achillée mille-feuille (*Achillea millefolium*).