

L'argousier à toutes les sauces



Les fleurs de l'argousier apparaissent au début du mois de juin et sont difficiles à apercevoir.

Photos: CRH

Excellent pour la santé

Originaire de l'Asie et de l'Europe, l'argousier (*Hippophae rhamnoides* L.) est un petit arbuste de la famille des éléagnacées, tout comme l'olivier de bohème et le chalef. Il produit à la fin août une abondance de petits fruits orangés, extrêmement riches en composés ayant des effets favorables sur la santé. En effet, ses fruits possèdent la plus vaste panoplie de composés, allant des vitamines C et E aux caroténoïdes, aux flavonoïdes et autres composés phénoliques, aux phytostérols, aux acides gras oméga-7, etc.

Ces composés sont reconnus pour soigner différents problèmes comme les ulcères, les brûlures, les dermatites et autres problèmes de peau, les maladies cardiovasculaires, etc. De plus, les propriétés anti-oxydantes des fruits font de ceux-ci un aliment aidant à prévenir le cancer, tout en protégeant le corps contre le vieillissement cellulaire. Même les feuilles, riches en gallotannins, sont utilisées pour leurs propriétés antivirales.

Les petits fruits ont la cote auprès des consommateurs québécois. Il ne se passe pas une semaine sans qu'on nous informe des découvertes concernant leurs nouvelles propriétés bénéfiques pour la santé. Aux bleuets, fraises, canneberges, framboises, cassis et autres s'ajoute maintenant un nouveau petit fruit: l'argousier.

Grâce à ses propriétés médicinales plus que millénaires – on le retrouve dans les anciennes pharmacopées chinoise et tibétaine –, l'argousier fait partie de l'alimentation traditionnelle de nombreux peuples de la Mongolie, de la Russie et de l'Europe de l'Est. À l'échelle mondiale, les plus grands producteurs d'argousiers sont la Chine, la Russie et l'Allemagne. En plus du jus, le principal produit fabriqué avec le fruit est l'huile d'argousier. Cette huile si



Certains cultivars d'argousier conservent leurs fruits en hiver.



Au moment de la récolte, le poids des fruits fait plier les branches.

précieuse est mise en capsule et vendue comme nutraceutique. À cause de ses propriétés régénératrices, le secteur des cosmétiques utilise l'huile d'argousier dans différents produits de soin pour la peau.

Arbuste très rustique

D'une hauteur de 2 à 3 m, l'argousier se plante en verger en espaçant les plants de 2 m et les rangs de 4 m. Il s'adapte à presque tous les types de sol, même les plus pauvres, grâce à sa symbiose actinorhizienne (*Frankia*) fixant l'azote atmosphérique. Très rustique, il peut tolérer des froids de -43 °C. Même si sa croissance est rapide, il faudra attendre quatre bonnes années avant d'avoir une récolte intéressante.

La floraison, qui se déroule en même temps que l'ouverture des bourgeons à feuilles, passe pratiquement inaperçue, les fleurs se limitant à un simple pistil sans pétales. C'est, de plus, une espèce dioïque, c'est-à-dire que chaque plant possède un type de gamète,

mâle ou femelle. Afin d'obtenir une bonne pollinisation, on respectera un ratio de 10 % de plants mâles.

La récolte est problématique puisque le fruit est fermement attaché au plant et risque de se briser si on exerce une pression. Certains cultivars sont de plus très épineux. Les producteurs du Québec ont donc adopté la récolte par coupage des branches, suivie d'une congélation et d'un égrainage mécanisé des fruits à l'aide d'un appareil développé par l'Association des producteurs d'argousier du Québec. La récolte est ainsi facile et rapide tout en permettant de maintenir les qualités du fruit.

Par contre, comme les fruits sont produits sur le bois de deux ans, la cueillette ne se fera qu'une année sur deux. Ceci permet de maintenir les plants à une dimension facilitant les opérations. Un rendement approximatif d'un plant mature peut atteindre de 5 à 10 kg, vendus aujourd'hui au prix de 8 à 10 \$ le kilo.

Pour le moment, les restaurateurs semblent les plus grands acheteurs de fruits. Plusieurs restaurants renommés de Québec et de Montréal produisent de fabuleux desserts ou des sauces exquis avec l'argousier. Des transformateurs locaux produisent également des jus, gelées, mistelles, chocolats, ou même des savons. Le goût de l'argousier s'apparente à un mélange d'ananas et de fruit de la passion, avec une note d'acidité assez évidente. Certains cultivars sont par contre très doux et sucrés.



Les fruits de l'argousier contiennent des quantités importantes de vitamines et d'autres composés nutraceutiques.



L'argousier est facile à multiplier par boutures.

Facile à multiplier

La multiplication de l'argousier est aisée par boutures de bois tendre ou ligneuses. L'utilisation d'hormones d'enracinement est bénéfique mais non essentielle. L'enracinement est rapide, les premières racines apparaissant au dixième jour. Il faut éviter tout surplus d'eau afin de prévenir la nécrose des jeunes racines. Lorsque enracinés, les jeunes plants doivent rapidement être repotés en pot de 3,5 pouces. Ils seront prêts pour la vente l'année suivante.

On peut également multiplier l'argousier par semis, si le cultivar et le sexe de la plante est sans importance. Les graines récoltées à l'automne et stratifiées naturellement à l'extérieur germeront à 100 % le printemps suivant.

La recherche à l'Université Laval

Le Centre de recherche en horticulture de l'Université Laval possède une collection de 43 cultivars d'argousier provenant de Russie, d'Allemagne, de Finlande, de Lettonie et de Chine. Il est également à la tête d'un réseau d'essai de cultivars d'argousier qui comporte six stations réparties dans les différentes zones cultivées du Québec. Les caractéristiques de chaque cultivar seront décrites et



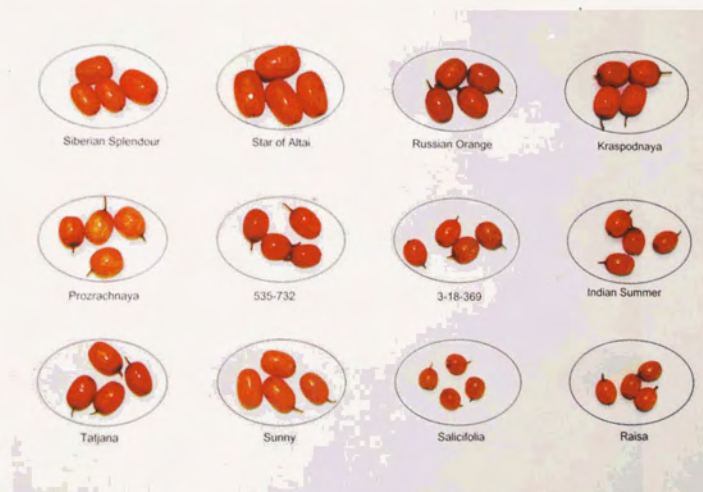
Les produits cosmétiques à base d'huile d'argousier représentent un important marché en Asie.

analysées afin de mieux conseiller les producteurs d'argousiers sur les variétés à planter selon l'utilisation prévue de la plante.

Pour sa part, l'Institut des nutraceutiques et des aliments fonctionnels de l'Université Laval développe des procédés de transformation des fruits en poudre, en huile et en jus, tout en identifiant les composantes bénéfiques pour la santé. L'Université Laval a d'ailleurs été l'hôte d'un important congrès international sur l'argousier en août 2007. Ce congrès, tenu à Québec, regroupait des chercheurs de 13 pays producteurs d'argousiers. Les résumés des présentations sont accessibles à l'adresse suivante:

<www.isa2007.net>. **QV**

Martin Trépanier, agronome, Ph.D., est professionnel de recherche au Centre de recherche en horticulture à l'Université Laval.



La forme et la couleur du fruit peuvent varier considérablement d'un cultivar à l'autre.

Pour obtenir davantage d'information sur l'argousier, vous pouvez également consulter le site Web de l'Association des producteurs d'argousier du Québec <www.argousier.qc.ca>.