

Herb Art

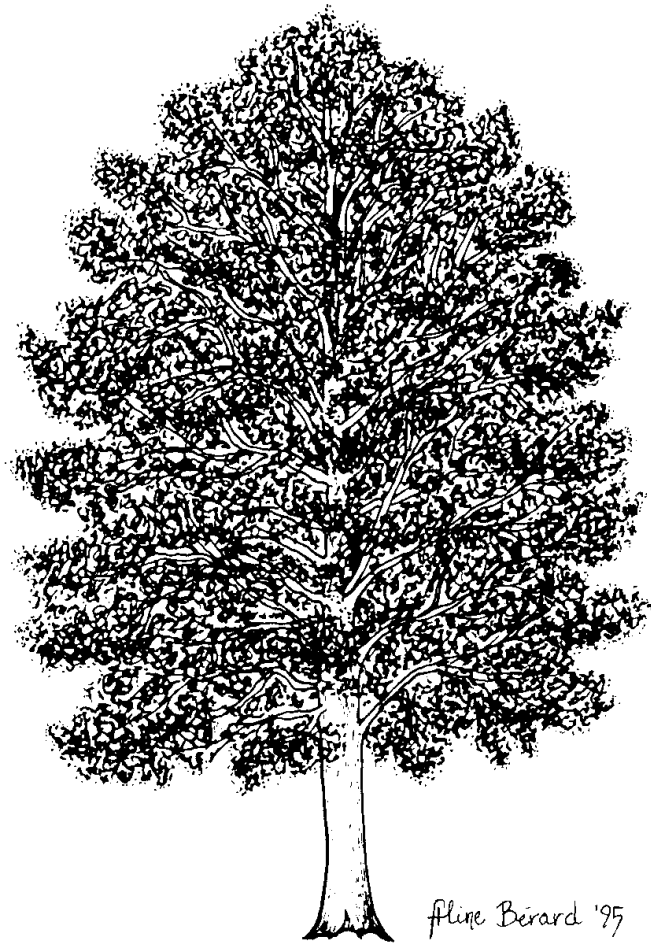
PLANTE MÉDICINALE



ÉRABLE À SUCRE

Acer saccharum Marshall

Herb Art
PLANTE MÉDICINALE



ÉRABLE À SUCRE
Acer saccharum Marshall

Ce document rassemble des informations transmises selon la tradition des herboristes d'hier et d'aujourd'hui.

Les informations contenues dans ce document n'excluent en aucun cas le recours préalable à un diagnostic établi par un professionnel de la santé et ne peuvent remplacer celui-ci.

Malgré tout le soin apporté à la recherche et à la rédaction concernant ce document, une erreur aura pu s'y glisser. L'éditeur et toutes les personnes ayant travaillé au présent document ne pourront être tenus responsables des conséquences ou résultats, quels qu'ils soient, ou d'une interprétation erronée.

Tous les textes, photographies, dessins et illustrations du présent ouvrage sont protégés par la Loi sur le droit d'auteur.

Toutes représentations, reproductions, archivages, transmissions intégrales ou partielles, par quelque procédé que ce soit, sont strictement interdits.

Direction éditoriale et pédagogique : Natacha Imbeault

Auteurs : Danièle Laberge, Johanne Fontaine

Révision de contenu : Natacha Imbeault

Relecture d'épreuves : Lily Monier

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge pour les photographies

sauf #3 © Catherine Lalonde

© Aline Bérard

pour les illustrations

Érable à sucre

© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.

Lantier

(Québec) Canada

(819) 326-4516

herbo@herbotheque.com

www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-225-4

Pour protéger l'environnement, ce livre est imprimé sur du papier « Rolland Hitech 50 » de Cascades qui a les spécifications suivantes :

• Contient 50 % de fibres postconsommation et 50 % de fibres vierges certifiées FSC

• Certifié ÉcoLogo et FSC Sources Mixtes

• Fabriqué à partir d'énergie biogaz



Sources Mixtes
Cert no. SW-COC-001501
© 1996 FSC



TABLE DES MATIÈRES

A. INTRODUCTION.....	5
B. IDENTIFICATION BOTANIQUE	6
FAMILLE.....	6
NOMS	6
ÉTYMOLOGIE.....	6
ORIGINE DE LA PLANTE	6
C. HISTORIQUE, FOLKLORE ET LÉGENDES	7
D. DESCRIPTION BOTANIQUE	9
TYPE	9
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME	9
RACINE	9
TIGE	9
FEUILLE.....	9
FLEUR	9
FRUIT	10
GRAINE.....	10
ODEUR	10
GOÛT	10
E. PLANTES SEMBLABLES	11
F. PARTIES UTILISÉES.....	12
G. COMPOSITION	13
H. HABITAT NATUREL ET CULTURE	15
BESOINS.....	15
SEMIS.....	15
TRANSPLANTATION.....	16
PROPAGATION	16
COMPAGNONNAGE.....	16
CULTURE COMMERCIALE	16
I. RÉCOLTE.....	17
L'EAU D'ÉRABLE.....	17
LES SAMARES	17
LES FEUILLES.....	17
LES BRANCHES.....	17
J. TRANSFORMATION.....	18
TISANE.....	18

K. UTILISATIONS CULINAIRES	19
RECETTES	19
Vinaigrette balsamique et érable	19
Tarte à l'érable et aux pacanes.....	20
Biscuits à l'érable et aux noix.....	20
Surprises aux pommes	20
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES	22
M. AUTRES UTILISATIONS.....	23
ORNEMENTALE.....	23
DOMESTIQUE.....	23
N. UTILISATIONS MÉDICINALES	24
PROPRIÉTÉS.....	24
Propriétés prédominantes	24
PRÉCAUTIONS ET POSOLOGIE.....	24
MÉTABOLISME.....	24
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	24
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	25
SYSTÈME NERVEUX	25
ORGANES DES SENS	25
SYSTÈME GLANDULAIRE	25
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	25
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	25
SYSTÈME DIGESTIF.....	25
SYSTÈME URINAIRE	26
SYSTÈME REPRODUCTEUR.....	26
PÉRINATALITÉ.....	26
O. ÉLIXIR DE FLEUR	27
P. ASPECTS SUBTILS.....	28
Q. RECHERCHES.....	29
R. INTERACTIONS	30
S. ANNEXE	31
TABLES DE CONVERSION	31
T. BIBLIOGRAPHIE	33
SITES INTERNET	33



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle