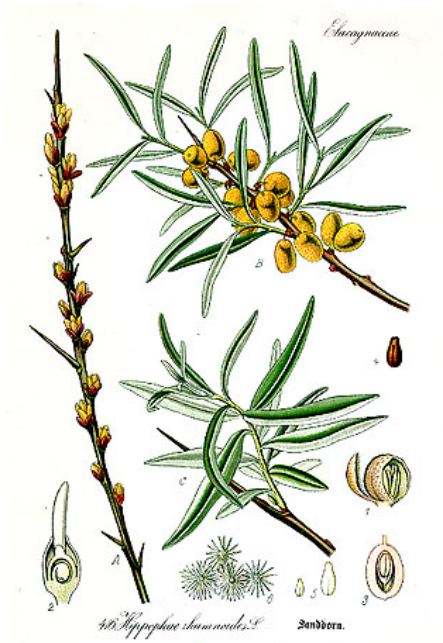
ARGOUSIER - *HIPPOPHAË RHAMNOIDES* L.
subsp. *FLUVIATILIS* Soest

NOMENCLATURE

Son nom latin a été attribué par Carl von Linné en 1753, la sous espèce par J.-L. van Soest, botaniste belge, en 1952.
Synonymie : *Rhamnoides hippophae* Moench, *Osyris rhamnoides* Scop.
Noms vernaculaires : argousier des fleuves, saule épineux, épine luisante, faux nerprun..., *bòssô* en patois de Termignon (Meilleur-1985).
Étymologie : plusieurs hypothèses sont émises dans la littérature : "*Hippophae*" signifie littéralement "cheval reluisant" : dans la Grèce antique, l'argousier était utilisé comme fourrage pour les chevaux afin de favoriser le gain de poids et de rendre leur pelage luisant ; ou bien l'origine du genre viendrait du latin *hippos, cheval* et *phaô,* je tue, la décoction des fruits servaient à détruire la vermine des animaux ; ou encore de *phéôs* qui désignait, en grec, une euphorbe épineuse ? *Rhamnoides* signifie "semblable au *Rhamnus*" c'est à dire au nerprun, peut-être du fait que ce sont également des arbustes épineux ? Argousier vient du grec *argos*, brillant, en raison de l'aspect des fruits, ou du dessous argenté des feuilles ?

DESCRIPTION BOTANIQUE

Arbuste très épineux de la famille des éléagnacées dont la hauteur varie de 1 à 4 m pouvant vivre environ 70 ans. L'écorce est grisâtre. Les feuilles linéaires, d'un vert sombre dessus, sont parsemées, à leur face inférieure, d'écailles argentées ou rousses. C'est une espèce dioïque, les pieds mâles font de courts chatons, les femelles de petites fleurs vert-brunâtres qui apparaissent d'avril à mai. Les fruits forment sur les rameaux un manchon de baies à noyau, globuleuses orangées.
C'est une plante assez fréquente en plaine et montagne, qui aime les alluvions, graviers au bord des torrents, en pleine lumière, en compagnie de divers saules, *Berberis vulgaris, Calamagrostis epigejos, Echium vulgare, Gypsophila repens, Rhamnus cathartica, Tussilago farfara…*



"*Flora von Deutschland Österreich und der Schweiz*" (1885)-THOMÉ

USAGE MÉDICINAL – TOXICITÉ

Le fruit est très riche en vitamine C, il est donc tonique, antiscorbutique et surtout efficace dans une thérapeutique anti-infectieuse (rhume, grippe). L'huile produite à partir des baies d'argousier est riche en vitamine E, caroténoïdes (provitamine A), phytostérols et en acides gras essentiels (les omégas antioxydants) d'où sa prescription pour traiter les irritations cutanées dues au soleil, aux brûlures causées par des produits chimiques ou par irradiation, l'eczéma. Son action n'est pourtant pas reconnue par tous : il ne figure pas dans la pharmacopée européenne.

USAGE ALIMENTAIRE

Les fruits sont très acides crus.

Le jus des baies de l'argousier est consommé couramment dans plusieurs régions d'Asie (il est originaire du Tibet) et d'Europe (Allemagne, Russie, Roumanie) où il est cultivé afin d'en récolter les fruits pour commercialiser des produits alimentaires et cosmétiques (Moiroud-2001). Il est très riche en protéines, en vitamines C et E et en acides organiques. Les fruits peuvent être employés comme condiment pour épicer les sauces mais aussi être transformés en confiture, gelée, compote, sirop et jus.

On peut obtenir une infusion nutritive à partir des feuilles fraîches ou séchées et préparer des pains à partir de la farine issue de la pulpe et des grains après extraction du jus.

USAGES DIVERS

Les fruits de l'argousier, en raison de leur richesse en vitamines C et E, caroténoïdes, acides organiques et minéraux, possède des propriétés antioxydantes fort recherchées en cosmétologie. "*C'est un ami de notre peau, il accélère la cicatrisation, protège efficacement du soleil (et des UV) retarde l'apparition des rides et régénère les épidermes agressés. Il soigne les peaux sensibles et s'avère efficace en cas d'allergies*" (Li & Beveridge-2004).

L'argousier, en raison de ses longs stolons souterrains traçants, est planté par les forestiers pour fixer les terrains humides mouvants en montagne, pour coloniser les talus d'autoroute soumis à l'érosion, il est en plus capable de fixer l'azote et s'adapte aux sols peu fertiles, enfin il est aussi ornemental.

En haute Maurienne, cet arbuste très épineux "*était employé pour construire les enclos des poules ou des brebis*" (Meilleur-1985).

Les feuilles, les jeunes branches peuvent être données aux animaux comme fourrage.

Pour en savoir plus :

LI T.S.C & BEVERIDGE T.H.J., 2004 - Production et utilisation de l'argousier (*Hippophae rhamnoides* L.) - Presses scientifiques du CNRC, 144 p.

MOIROUD A., 2001 – Une plante providentielle : l'argousier – *La garance voyageuse*, n° 55, pp. 6-12.

CARON M., 2001 – Sirop d'argouse – *La garance voyageuse*, n° 55, pp. 28-29.

Sylvie Serve