

ci dessous un tableau avec le logo, le nom, une image et le titre de la table, 1 ligne, 4 colonnes  
voici un drapeau logo lié au site de Fruizoub



# Fruits Oubliés

zones tempérées et  
méditerranéennes

## Les chênes à glands doux



*Quercus virginiana* (from Michaux)

dossiers et  
articles édités  
par  
**Fruits Oubliés**

et voici une ligne, violette, centrée et environ 70% de large

[Retour à la page  
d'accueil](#)

[Contribuer  
aux réseaux](#)

[Sommaire  
des archives](#)

ci dessous un tableau avec le logo et le titre de la page

tableau avec un article sur le pitahaya

### Douces chênaies à glands comestibles...

*par Richard Poulet*

Parmi toutes les espèces de chêne, dont le moyen élémentaire de lutte contre la prédation est la présence de tannin dans toutes les parties de la plante, certaines ont développé des fruits pauvres en cet élément et donc comestibles sans préparation compliquée (à savoir, pas plus difficiles à préparer et manger que des châtaignes)...

...Il s'agit parfois de la totalité de l'espèce, parfois d'une variété propre à une espèce développant habituellement des tannins indigestes.

Ce dernier détail est très important, il nous donne espoir de trouver plus de variétés locales à glands comestibles par leur douceur.

Cette compilation d'espèces et variétés à fruits doux ou peu tanniques ou, encore, utilisés dans l'alimentation humaine antérieurement, est le résultat d'une recherche bibliographique concernant trois ouvrages, apportant une importante somme d'information :

- Le régal végétal, plantes sauvages comestibles de François COUPLAN.  
Il concerne les plantes spontanées ou subsponanées d'Europe.
- The encyclopédia of edible plants of North America du même auteur.

Ce guide présente les plantes de la même façon que le guide précédent mais en anglais et pour l'Amérique du Nord.

- Permaculture 1 de Bill Mollison et David Holmgren dans lequel sont répertorié, en annexe, un grand nombre d'espèces comestibles, mais adapté au climat australien donc pas forcément rustiques partout en France.

D'autres livres ont pu apporter des détails intéressants du point de vu des botanistes et/ou utilisateurs locaux :

- Guide des arbres de l'Amérique du Nord, collectif aux éditions Broquet.
- Texas trees, de Cox and Leslie, Corona publishing compagnie, en anglais.
- Le livre des baies, fruits sauvages pour parcs et jardins de Jelena de Belder et Xavier Misonne aux éditions Racine.

Enfin, saluons le travail de l'association " Plants for Future " qui met à disposition sur son site Internet, une grande quantité d'informations sur les arbres et autres plantes comestibles et cela de manière totalement gratuite !

Pour finir, Marc Bonfils, de l'Association Française de Permaculture, m'a permis de découvrir les systèmes néolithiques basés en partie sur la production de glands ainsi que d'autres systèmes passés ou actuels utilisant les fruits du chêne comme importante source alimentaire.

Les espèces considérées comme pourvoyeuses de fruits doux sont, par ordre alphabétique :

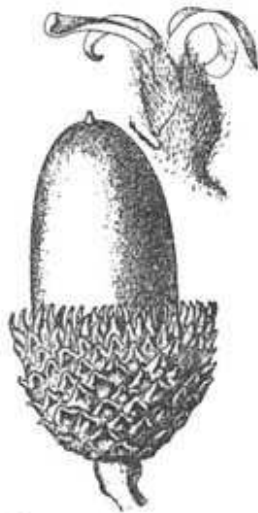
## 1 - Quercus alba

(20 - 25m), le chêne blanc d'Amérique, rustique et appréciant les sols légèrement acides, profonds et biens drainés. D'après Permaculture1, les glands sont doux.

D'après F. Couplan, ils sont amers à cause des tannins et requièrent donc une certaine préparation (cuisson dans plusieurs eaux).

Glands de 2,5 cm.

## 2 - Quercus bicolor



*Q. suber*

(18 - 25m), le chêne blanc des marécages (Amérique du nord), rustique et amateur de sols humides et légèrement acides.

Ses glands semblent devoir subir la même préparation que pour l'espèce précédente.

Ils mesurent 2,5 cm.

## 3 - Quercus cerris

(20 - 30m), le chêne chevelu d'Europe orientale, très plastique au niveau du sol sauf pour l'hydromorphie et très rustique, à croissance rapide.

Ses glands ne sont pas indiqués comme doux mais auraient servi à faire des galettes.

Des variétés à fruits doux auraient été utilisées.

Des exsudations sucrées provenant du tronc auraient servi de manne.



Fig. 55. Quercus. Left *Q. cerris*;

#### 4 - Quercus gilva

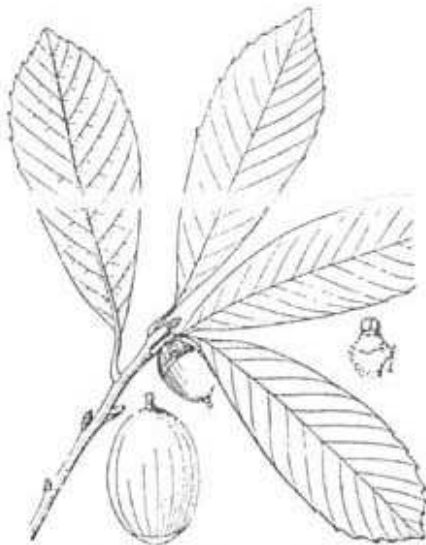


Fig. 59. *Quercus gilva* (from ICS)

(30m), originaire de l'extrême orient, est utilisé au Japon car ses glands contiennent moins de tannin que les espèces locales.

Il semble moyennement rustique (zone 7).

Pas d'indication sur ses sols de prédilection.

#### 5 - Quercus ilex

(15 - 20m) , le chêne vert originaire du bassin méditerranéen, a ou a eu plusieurs variétés à glands doux, mentionnées depuis l'antiquité par Théophraste et Strabon.

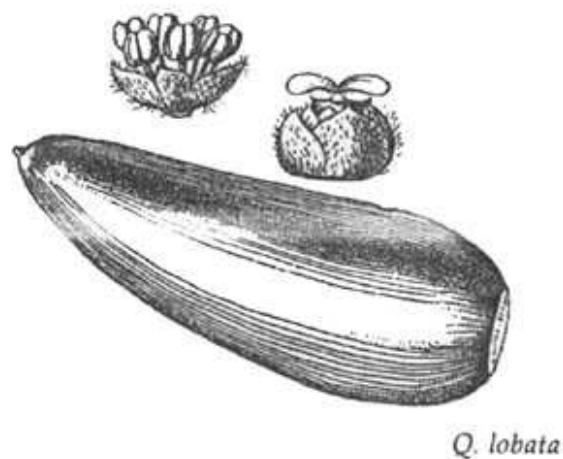
Il n'est pas totalement rustique mais apprécie tous les sols, même calcaire, sauf en cas d'hydromorphie.



## 6 - Quercus lobata



(25 - 30m), le chêne blanc de Californie, aux glands pouvant atteindre 6,5 cm, fréquemment utilisés par les indiens de cette région avant la colonisation. Ils nécessitent une préparation pour ôter l'amertume. Vu son origine, sa rusticité peut être suspecte. Il n'y a pas d'indication sur le sol qu'il préfère mais Permaculture 1 le note comme difficile à acclimater.

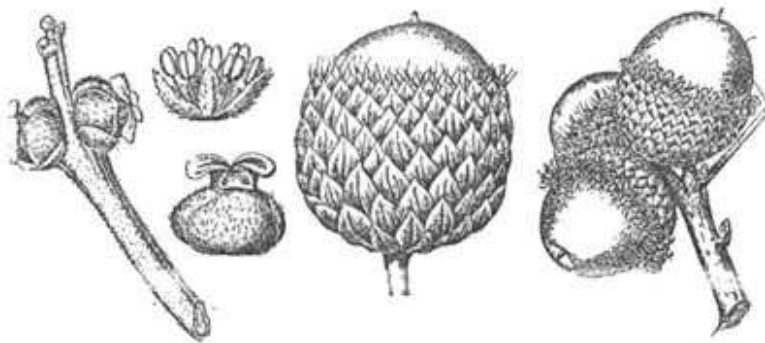


## 7 - *Quercus macrocarpa*

(25 - 30m), le chêne à gros fruits originaire de l'est des Etats Unis. Ses glands plutôt ronds peuvent atteindre 4 cm et les rendements semblent importants une année sur deux.

Ils ne sont pas forcément doux mais des variations existeraient quant à ce critère au sein de l'espèce.

Il apprécie les sols frais ou humides et sans calcaire.



## 8 - *Quercus macrolepis*

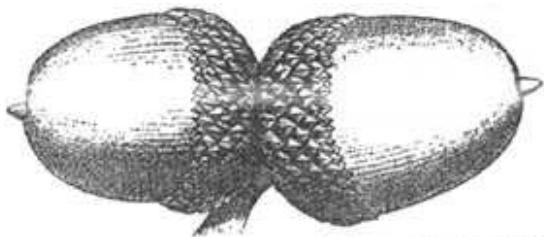
(syn. *Quercus aegilops*)

(10 - 15m), du sud des Balkans et du sud est de l'Italie.

Les glands sont indiqués comme doux par F. Couplan et ils sont mangés localement.

Il apprécie les sols humides sans calcaire.

## 9 - *Quercus michauxii*



*Q. michauxii*

(15 - 20m), le chêne des marécages, est sans doute l'espèce nord américaine la plus reconnue pour la douceur de ses glands qui semblent totalement doux. Les fruits peuvent atteindre 4 cm.

Il apprécie une certaine chaleur estivale même s'il est totalement rustique.

Il aime également les sols humides exempts de calcaire.

## 10 - *Quercus muehlenbergii*

(15 - 18m), le chêne chinkapin de l'est des Etats Unis, est indiqué par F. Couplan comme producteur de glands doux mais à rendement peu élevé.

Ses fruits sont petits : 1,2 à 2 cm.

Il apprécie tous les sols, même calcaires.

## 11 - *Quercus pubescens* 'Virgiliana'

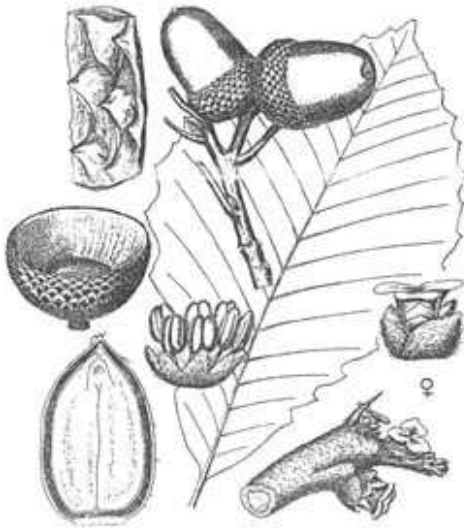
(10 - 20m), le chêne pubescent est une espèce commune en France, au moins pour les zones au sud de la Loire.

Les glands sont souvent amers mais la variété italienne "Virgiliana Tebore" semble offrir des glands doux encore appréciés dans le sud de l'Italie.

Cette espèce apprécie les sols drainants et plutôt calcaires.



## 12 - Quercus prinus



(15 - 20m), le chêne à feuilles de châtaignier, est très proche du chêne de Michaux ou des marécages au point que certains auteurs le considèrent uniquement comme une variété (Texas trees).

Il semble plus rustique, son aire d'expansion étant plus nordique et apprécie les sols secs et drainés, soit uniquement légèrement acides (comme indiqué chez les pépinières Adeline), soit également sur sols calcaires (comme indiqué chez Florama).

Ses glands font la même taille que le chêne des marécages et sont aussi doux.

## 13 - Quercus pyrenaica

(20 - 25m), le chêne tauzin, propre à la façade atlantique méridionale de l'Europe sur sols sableux et drainants.

F. Couplan indique qu'il aurait les glands parfois doux.

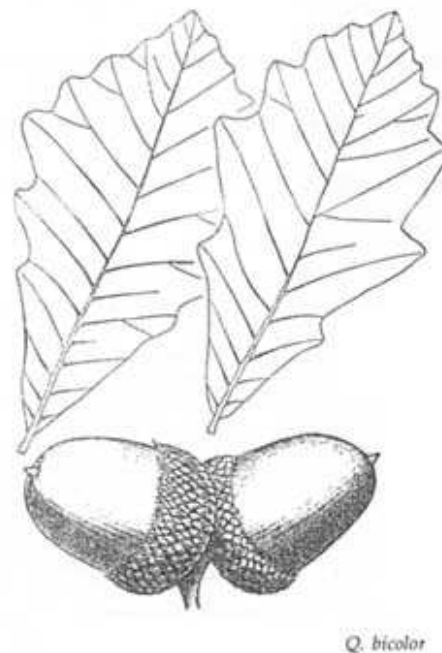
## 14 - Quercus rotundifolia

(15 - 20m) (syn=Quercus ilex 'ballotta'), le chêne vert à glands doux encore reconnu et cultivé comme tel dans le bassin méditerranéen, en particulier en Afrique du nord.

Il a sans doute les mêmes exigences climatiques que le chêne vert et ses fruits sont d'autant plus doux que le climat est chaud (d'après F. Couplan).

## 15 - Quercus suber

(15 - 20m), le chêne liège, aurait des variétés à glands doux d'après F. Couplan.  
Il est méditerranéen strict vivant sur sols acides.



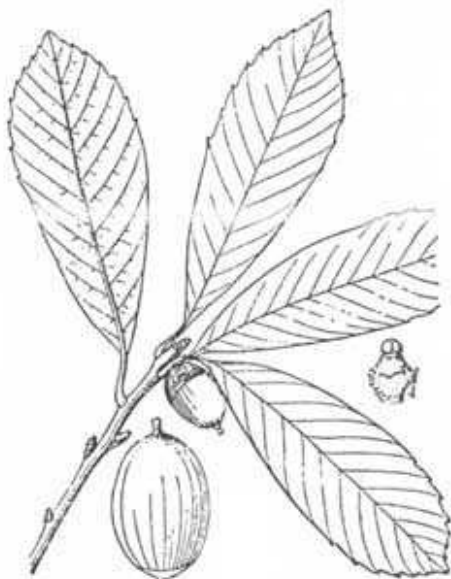
## 16 - Quercus trojana

(15m), originaire d'Asie mineure, il semble assez rustique (zone 6 ou 7) et les glands seraient gros et doux d'après F. Couplan.

Pas d'indication sur le type de sol préféré.

Je possède depuis trois ans un individu greffé de cette espèce et il semble bien acclimaté dans le Cher.

## 17 - Quercus virginiana



(12 - 15m), le chêne vert de l'est des Etats Unis, semble produire une importante quantité de glands doux de 2 cm dont on peut retirer facilement une huile de grande qualité.

Il semble apprécier les sols sableux du sud est des Etats Unis et a sans doute besoin de chaleur.

Quoique, j'en possède un depuis trois ans dans le Cher sur sol plutôt froid (argilo - limoneux) et mon spécimen pousse plutôt bien.



*Quercus virginiana* (from Michaux)

## La préparation des glands :

Les glands de nombreuses espèces de chênes, doux ou amers, ont été utilisés par les hommes en tous temps grâce à l'importante production de ces arbres (soumis tout de même à l'alternance).

Le tannin étant hydrosoluble, la préparation de base consistait à broyer les fruits et les faire bouillir dans plusieurs eaux jusqu'à disparition de l'amertume.

Les glands représentant la base de l'alimentation pour les indiens de Californie, ils avaient développé une technique efficace pour préparer les glands amers, plus fréquents que les doux et de conservation plus longue (grâce aux tannins !).

Les fruits grossièrement broyés étaient stockés dans des paniers.

Ces derniers étaient placés dans des rivières pendant plusieurs jours.

Les indiens pouvaient aussi mettre la farine grossière dans un trou creusé à même le sable puis de l'eau était versée dessus.

Le but de ces deux opérations était de faire disparaître l'amertume des glands mais le produit obtenu était assez fade.

Une dernière méthode consistait à enterrer les glands entiers dans un sol humide et les laisser un an.

Ils devenaient alors noirs et doux et on les consommait grillés.

(Ces trois recettes proviennent de l'ouvrage francophone de F. Couplan).

Pour les fruits doux, la préparation est beaucoup moins compliquée puisqu'ils nécessitent aussi peu de préparation que des châtaignes.

## Où se procurer ces arbres ? :

- **Les pépinières Adeline**, dans le Cher, ont en catalogue les espèces suivantes, pas toujours disponibles tous les ans mais réservables, sans doute (par ordre de citation) : n°1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12 et 13.

Les produits disponibles sont assez larges, jeunes plants jusqu'aux arbres hautes tiges déjà formés, issus de semis.

- **Les pépinières Vert Ecarlate**, en Isère, ont en catalogue les espèces suivantes : n°1, 2, 5, 7, 12 et 16.

Elle proposait, il y a peu, l'espèce n°17.

Le mode de production des arbres n'est pas précisé (semis ou greffe).

- **Les pépinières Christian Bessard**, dans l'Ain (gage de rusticité), proposaient en 1998 les espèces suivantes : n°1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 16, 17 (toujours par ordre de citation).

Le dernier n'est plus produit par manque de rusticité dans la zone de la pépinière.

Le n°16 est produit par greffe (mise à fruits plus rapide ?).

- **La pépinière de la vallée de l'Huveaune**, dans les Bouches du Rhône, est la seule pépinière, à ma connaissance, à proposer le n°14.

Les deux premières pépinières, proposant un large choix de végétaux, offrent des produits aux prix assez élevés mais au catalogue très fourni, avec d'intéressantes indications.

Les pépinières Bessard sont plutôt intéressantes pour les prix et ont un choix assez large, surtout au niveau des arbres nord Américains.

La pépinière de la vallée de l'Huveaune est plutôt spécialisée dans les fruitiers et recèle des trésors introuvables ailleurs (à ma connaissance).

Si on est patient ou si la surface à planter est importante, il vaut sans doute mieux semer ou créer sa propre pépinière.

Pour cela, le choix des fournisseurs est plus restreint :

- **Les semences du Puy**, au Puy en Velay, dans la Haute Loire, proposent les espèces suivantes : n°3, 5, 7, 14 et 15.

Ayant commandé des semences du n°14 (*Quercus ilex rontundifolia*), il s'est avéré qu'elles levaient avec assez de facilité.



- **Florama, le jardin botanique des Pyrénées Occidentales**, propose les espèces suivantes : n°1, 2, 3, 10 et 12.

Ils ont un choix tellement vaste de graines qu'ils souhaitent restreindre leur offre.

Aussi, à l'avenir, une partie de ce choix risque sans doute d'être tronqué.

Il est donc actuellement possible, en France, de trouver la plupart des espèces sus - citées.

Par contre, la variété de chêne pubescent "Virgiliana Tabor" est introuvable bien que produite par nos voisins transalpins.

Une excursion en ces lieux s'imposerait donc pour y récolter des greffons.

De plus, pour connaître véritablement l'intérêt culinaire des espèces de chêne décrites, un test gustatif serait judicieux.

Malheureusement, avant qu'un chêne de semis ne produise, il lui faut quelques décennies.

Une visite dans les arboretums durant la glandée s'avérerait donc nécessaire pour récolter des fruits et les goûter (quand cela est permis !).

Enfin, pour les espèces locales susceptibles de fournir des individus à fruits doux, un examen systématique de l'amertume des glands devrait permettre de déceler les variétés à reproduire.

Il est à souhaiter que la douceur des glands soit un caractère génétique se manifestant sans influence extérieure.

En effet, si cet attribut était plutôt phénotypique et donc influencer par son environnement, il y a fort à parier que les chênes à glands doux seraient liés aux été chauds et, donc, que leur production dans une bonne partie de la France resterait immangeable sans préparation.

Quoiqu'il en soit, la recherche d'espèces de ce type n'est pas terminée puisque, dans d'autres sources d'informations, d'autres chênes sont notés :

Plant For Future indique les espèces suivantes comme intéressantes :

- *Quercus douglasii*, de l'ouest des Etats Unis, à feuilles caduques.
- *Q. emoryi*, du sud ouest des Etats Unis, à feuilles persistantes.
- *Q. gambelii*, dans les Etats du Texas, Nouveaux Mexique, Colorado..., à feuilles caduques.

Désiré Bois, dans son ouvrage "Les Fruits", note que les espèces suivantes sont recherchées, à son époque, par la population locale ("les indigènes") :

- *Quercus aegilops* (espèce déjà décrite).
- *Q. michauxi* (espèce déjà décrite).
- *Q. virginiana* (espèce déjà décrite).

Mais également :

- *Quercus acuminata* (pas de données ailleurs, tant botaniques que de fournisseur, sans doute a-t-il une autre dénomination actuelle).

- *Quercus undulata*, sud ouest des Etats Unis.

Il donne également des détails pour les espèces suivantes :

- *Q. cuspidata* était mangé grillé (pas de données ailleurs, peut-être une autre dénomination actuellement).

- *Q. glabra* était vendu sur les marchés japonais (pas de données ailleurs, situation semblable à l'espèce précédente).

- *Q. ballota*, déjà décrit sous le nom *Q. rotundifolia*, était consommé comme les châtaignes en Espagne et en Algérie.

- *Q. suber*, également décrit, aurait produit des glands doux si appréciés (au moins pour certaines de ses variétés) qu'il a fait l'objet au 18ème siècle d'un commerce d'exportation du Maroc vers l'Espagne.

Marc Bonfils, de l'Association Française de Permaculture, note également, dans son article très complet sur les glands de chêne, l'espèce suivante :

- *Q. mongolica*, originaire d'Extrême Orient et appréciée en Chine, au Japon et en Corée pour ses

fruits doux très agréables au goût.

Adeline le note comme appréciant les sols humides et sans calcaire.

Pour finir, vu le nombre d'espèces de chênes susceptibles de fournir des glands à peu près doux, il est sans doute possible de trouver l'individu adaptable à son terrain et à son climat (si l'absence de tannin est d'origine uniquement génétique).

Au pire, ces espèces peuvent toujours être greffées sur d'autres plus plastiques ou plus communes (chêne chevelu, chêne pédonculé ou chêne sessile pour les espèces à feuillage caduc et chêne vert pour les espèces à feuillage persistant).

Cette technique a aussi l'avantage de multiplier immédiatement les variétés à fruits doux les plus intéressantes.

Mais il peut être également intéressant de laisser reproduire une petite population d'arbres à glands doux dans des bois, des zones enfrichées...et les laisser évoluer seuls en récoltant uniquement les glands puis le bois à maturité et en espérant que des jeunes semis naturels s'installent au fil du temps.

La pollinisation des arbres cultivés peut, par contre, être un problème car les fleurs femelles sont fécondés par du pollen provenant en général d'autres individus et transporté par le vent.

Aussi, espérons que le chêne soit autofertile ou plantons au moins deux arbres de la même espèce côte à côte.

A moins qu'une autre espèce commune ou présente dans les parages se charge de ce travail (si cela est possible car il risque fort d'y avoir incompatibilité génétique).

Personnellement, j'espère que ces arbres sont autofertiles car, sinon, je risque d'attendre longtemps avant que mes chênes verts de Virginie et chêne trojana ne produisent des glands !

## Bibliographie :

- Encyclopedia of edible plants of north america de François COUPLAN aux éditions Keats.
- Glands du chêne (Les), recherches de Marc BONFILS disponible à l'association française de Permaculture "Las Encastadas".
- Greffez tous les arbres et arbustes de Jean - Yves PRAT et Denis RETOURNARD aux éditions rustica.
- Guide des arbres de l'Amérique du Nord de BROCKMAN, ZIM et MERRILEES aux éditions BROQUET.
- Livre des baies (Le), fruits sauvages pour parcs et jardins de Jelena DE BELDER et Xavier MISONNE aux éditions Racine.
- Permaculture 1 de Bill MOLLISON et David HOLMGREN aux éditions DEBARD.
- Régal Végétal (Le), plantes sauvages comestibles, Encyclopédie des plantes comestibles de l'Europe Volume 1, de François COUPLAN aux éditions Equilibre aujourd'hui.
- Texas Trees de Paul W. COX et Patty LESLIE.

Et les catalogues des fournisseurs suivants :


- ADELINÉ Claudie et Gérard (de nombreuses indications culturelle sont inspirés de leur catalogue).
- BESSARD Christian.
- FLORAMA.
- Les semences du Puy.
- Vert Ecarlate.

Mais d'autres fournisseurs existes :

- Pépinière de Bagatelle.
- Pépinière botanique de la Preille...

La plupart de ces producteurs a été débusqué grâce à "35000 plantes...où et comment les trouver ?" aux éditions Ulmer ou encore grâce à l'Index Hortensis et Hortioueb sur Internet.

ici un tableau qui range quelques liens internes aux pages réseaux

<b><u><i>Vous voulez publier vos recherches ?</i></u></b>	
 <p><b>participer activement aux réseaux</b></p>	<p><b><i>Voici une feuille de formulaire pour vous inscrire et apporter vos contribution fruitières aux réseaux... A vous de jouer pour la sauvegarde du patrimoine fruitier international !!! <a href="#">en cliquant ici...</a></i></b></p>

ici les coordonnées de fruits oubliés

***nos coordonnées complètes :***



**Tél 04 66 85 33 37 - Fax 04 66 85 19 66  
fruits.oublies@wanadoo.fr**

**[Retour au sommaire des archives](#)**