

La Forêt gourmande

Dans la Bresse bourguignonne, Fabrice Desjours construit, en partenariat étroit avec la nature, la Forêt gourmande. En dix ans, l'ancienne prairie a été transformée en une jeune mais luxuriante forêt, dans une alliance entre des espèces spontanées et des espèces comestibles, connues... mais aussi plus surprenantes !

La pensée qui a conduit Fabrice Desjours à créer un jardin-forêt, il y a dix ans en Bourgogne, prend appui notamment sur la notion de végétation climax (ou climacique) : elle représente l'ensemble des végétaux s'étant installés sur un site donné, sous certaines conditions climatiques, ainsi que leurs successions écologiques, en l'absence d'actions humaines depuis longtemps. Le jardinier-chercheur voulait expérimenter ce qu'il pressent : que la forêt peut nourrir les humains, même sous nos climats. « Au Moyen-Orient, le paysage mature est la steppe, la prairie ; des végétaux comme le blé y sont tout à fait adaptés. Chez nous, le paysage mature est la forêt. Pourtant, ici, on déboise, on réouvre, pour cultiver des végétaux issus du paysage mature du Moyen-Orient. Nos civilisations vivent sur le début de la succession végétale : ce n'est pas du tout efficace. Si l'on calque nos modèles de production sur le développement de la forêt, bingo ! On travaille alors avec la verticalité de la nature et on multiplie considérablement la production au mètre carré », explique Fabrice, qui rêve de « quitter le modèle de l'herbe pour aller vers le modèle de l'arbre ». Il explore un changement com-

plet de paradigme : pour lui, « l'agriculture peut, à terme, créer des déserts et nécessite beaucoup trop de travail et de ressources énergétiques. L'élément-clé, ce sont les arbres, qui relancent les grands cycles du climat en agissant sur le sol, l'eau, etc. Notre civilisation lutte en permanence contre l'arbre et, là où l'on ne voyait que concurrence, les recherches scientifiques actuelles nous parlent d'autres moteurs évolutifs : partenariat, symbiose, collaboration ». Entrerons-nous un jour massivement dans l'ère de la "sylvilisation", cette vision du monde développée en autres par l'ethnologue Thierry Sallantin ? Si nous en sommes très loin, le jardin-forêt pensé par Fabrice Desjours en est une expérimentation, à sa mesure.

CULTIVER LA DIVERSITÉ

« Aujourd'hui, explique Fabrice, l'idée serait de devenir cueilleur-préleveur chez soi, de produire à manger en prenant soin du vivant. » Nos forêts sont utilisées pour produire du bois, mais elles ont un potentiel de ressources beaucoup plus large : « noix, graines, fruits, légumes, feuillages, médicinales, miel, pollen, épices, liens, papier, vannerie, piquets, tuteurs, sève, bois de chauffage, BRF, bois mort, plantes tinctoriales, fourrage d'arbre pour les animaux domestiques, bien-être, repos, quiétude, esthétisme, satisfaction... ». Sur son terrain de 2,5 ha, dans la plaine de Saône-et-Loire, il a déjà planté une multitude d'espèces comestibles. Parmi elles, tous les fruitiers, petits fruits et oléagineux que nous avons l'habitude de cultiver sous notre climat, ainsi que nombre de plantes sauvages souvent méconnues. Au début de son aventure, il a exploré le vaste monde des comestibles, notam-



ment à travers la base de données de Plants for a future (pfaf.org), qui recense plus de 7 000 espèces comestibles. Aujourd'hui, des plantes comestibles encore peu connues du grand public (voir p. 42), venant de pays au climat tempéré, poussent aussi dans la Forêt gourmande.

À l'heure des campagnes d'arrachage pour lutter contre des plantes exotiques dites invasives, Fabrice ne craint-il pas de cultiver des plantes qui ne seraient pas maîtrisables ? Son point de vue est clair : la majorité des espèces potagères et fruitières sont exotiques (tomate, haricot, courge, pomme de terre, prune, pomme) et cela ne pose de problème à personne. Rejoignant certains écologues, il estime aussi que les espèces dites invasives ont un rôle de remédiation à jouer dans des environnements dégradés. Ces plantes à biomasse peuvent aussi être récoltées pour l'amendement du potager. « Il faut faire le rapport entre le développement des invasives et la dégradation environnementale. Où met-on le focus ? Hormis dans des biotopes très spécifiques,

est-ce vraiment la jussie ou la renouée du Japon qui sont problématiques, ou plutôt l'impact de nos activités outrancières (agriculture intensive, artificialisation des surfaces, menées à l'échelle de continents) ? On ne détruira pas la planète en introduisant des plantes venues d'ailleurs, c'est en transformant le monde en monoculture qu'on le fait ! ». Il est d'ailleurs étonnant d'apprendre que, selon la FAO (l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture), « plusieurs milliers d'espèces végétales ont été utilisées au cours de l'histoire pour l'alimentation humaine, mais on n'en cultive plus aujourd'hui que 150 environ... et pas plus de trois fournissent quelque 60 % des calories et protéines tirées des plantes ». Cultiver la diversité est loin d'être la norme.

TRAVAILLER AVEC LE SPONTANÉ

Pour créer son jardin-forêt, Fabrice s'est inspiré de la nature et de ses voyages dans de nombreux pays tropicaux – entre autres pour ramener des graines de plusieurs milliers d'espèces végétales. L'obser-

— Proche de la nature depuis l'enfance, sensible aux ravages causés à l'environnement, Fabrice Desjours s'est engagé dans l'action en créant son jardin-forêt. Son credo : remettre les arbres au centre de tout. À leur pied, nourries par les tailles de bois, poussent des centaines de plantes comestibles, comme l'hosta, à droite, et d'autres, moins connues NOMS ??



— Le jardin-forêt accueille des mares, des talus et des clairières : cette mosaïque de micromilieus favorise la biodiversité. Les zones ouvertes, ensoleillées, vont ainsi permettre le développement des espèces pionnières, alors que d'autres essences profiteront de l'ombre.

vation de systèmes agroforestiers complexes et nourriciers le fascine. Un des postulats de base est simple : personne ne s'évertue à planter, arroser, amender, tailler une forêt pour qu'elle se développe, et pourtant elle le fait ! Il faut donc s'inspirer du fonctionnement de la forêt naturelle pour produire un maximum de ressources avec un minimum d'effort et d'intervention.

Le vaste pré à chevaux qu'il a acquis, au sol glaiseux et tassé et « sentant la vase », était entouré d'une petite bande de forêt. L'incroyable processus de transformation qu'il a entamé donne, à peine dix ans plus tard, un résultat surprenant. « J'ai laissé le cortège floristique s'exprimer. La deuxième année, la prairie était dominée par les carottes sauvages et le rumex : leur présence a été très bénéfique en permettant au sol de retrouver une porosité. Je ne voulais pas utiliser de sous-soleuse [outil de décompactage profond du sol, ndlr]. » Il a fait le choix de ne pas mettre d'engrais verts, pour ne pas être dans le contrôle et

ne pas limiter les plantes sauvages. Les espèces pionnières et climaciques de la forêt – aulnes, bouleaux, chênes, érables, peupliers, saules – ont été implantées pour accélérer le processus. Elles ne sont pas forcément comestibles mais leur présence est indispensable dans le développement du lieu. Fabrice les appelle les AFI, pour « plantes architecturales, fertilisantes et ingénieuses », car ce sont les rôles qu'elles ont au sein de ce système foisonnant et particulièrement dense. Prenons l'exemple de ce raisin de table 'Noah' qui grimpe sur un prunier myrobolan, planté, et un chêne, spontané : le chêne sera coupé d'ici peu pour laisser le prunier se développer ; mais, jusqu'à maintenant, il a été le support vertical de la vigne et a structuré le sol grâce à son réseau racinaire, y générant une vie riche. Sa présence, et l'ombre qu'il procure, créent un microclimat favorable au développement d'autres espèces, protégeant le sol de l'érosion et de l'ensoleillement. Lorsqu'il sera coupé, sa biomasse permettra, en se



décomposant, de remonter drastiquement le taux d'humus dans le sol. Certains de ces "AFI" sont conduits en trognes : ils continuent alors à structurer le sol et fournissent des sections de 10 cm de diamètre, pour des billots – destinés à faire pousser des champignons –, des tuteurs pour le potager ou tresser des bordures. Parfois, Fabrice remonte les couronnes de ces "architecturales, fertilisantes et ingénieuses", pour offrir une entrée de lumière à des plantes qui le nécessitent.

À L'OMBRE, ÇA POUSSE !

Un autre secret consiste à planter les fruitiers à l'ombre de ces "AFI". Une pratique difficile à appréhender pour les habitués du verger traditionnel. Pourtant, un fruitier n'étant pas productif les premières années, les bénéfices de l'ombre vont limiter les arrosages et le dessèchement, tout en assurant un développement propice, dans un microclimat protecteur. Les distances de plantation habituelles n'ont qu'à bien se tenir : dans ces espaces, densité fait loi. Oui mais, comme le rappelle Fabrice, « ce serait une erreur de penser que le jardin-forêt doit ressembler à une forêt. Il faut qu'il y ait différents milieux : c'est indispensable pour la biodiversité et la production ». La Forêt gourmande se décline donc en zones de clairières, zones sèches et humides, à l'ombre, à la lumière, avec des grands arbres en lisière, une mare qui s'assèche et une autre toujours en eau... de quoi assurer des habitats variés aux

plantes comme au reste du monde vivant. Le terrain n'est volontairement pas clôturé, pour laisser passer la faune sauvage. Une folie dans un endroit que l'on veut nourricier ? Non, car des techniques permettent à cette cohabitation de fonctionner. Comme la création de loges de ronces, en plus des AFI dont le rôle de protection est manifeste : dans le dédale de chemins parcourant la Forêt gourmande, de petites impasses sont comme creusées dans un mur de ronces. Les chevreuils passent leur chemin, n'aimant pas se sentir coincés... et on peut planter ici, bien à l'abri.

Fabrice a des dizaines d'autres techniques à partager. Son rêve ? Que la société change, évolue dans son rapport à la nature et puisse faire face au changement climatique en cours. Il vient de publier un livre pour ceux qui voudraient se lancer dans l'aventure de la création d'un jardin-forêt. En septembre 2018, une association a été créée autour de ce projet. Ils sont maintenant une quinzaine de membres actifs à développer, en organisation collégiale, des expérimentations autour de la forêt-jardin, à promouvoir les connaissances sur les forêts-jardins en climat tempéré, à protéger et à observer la biodiversité, et à militer pour que les regards sur la nature évoluent. « Il ne s'agit pas de faire dans l'édulcoré, mais de s'engager activement pour la nature et de diffuser les savoirs, pour pouvoir agir vite. » Agir vite, afin de pouvoir laisser pousser des jardins-forêts, longtemps... ●

— De ses voyages et explorations, il a ramené de nombreuses plantes, pousses et lianes comestibles. Fabrice favorise aussi la multiplication des "AFI" – plantes architecturales, fertilisantes et ingénieuses –, comme les argousiers, sureaux, bouleaux, cornouillers. Ils accompagnent la croissance des fruitiers, en apportant une structure verticale et en augmentant la fertilité du terrain.

À LIRE

— **Jardins-forêts – Un nouvel art de vivre et de produire**, de Fabrice Desjours, éd. Terran, 368 p., 28 €.

EN SAVOIR +

— **La Forêt gourmande** organise des visites et des formations : www.foretgourmande.fr

Étonnantes comestibles

Rencontre avec quelques plantes méconnues, rencontrées en cheminant dans la Forêt gourmande...

Pois de Sibérie ou caraganier

(*Caragana arborescens*)

Arbuste aux gousses et graines consommées cuites, pouvant atteindre 6 m de haut et 4 m de large. Il croît en plein soleil. Cette espèce mellifère peut être cultivée en altitude et apprécie particulièrement les climats continentaux. C'est une légumineuse et, à ce titre, fixatrice d'azote. Rustique jusqu'à -40 °C.

Lespedeza bicolore

(*Lespedeza bicolor*)

Buisson légumineux atteignant 1,5 à 2 m de haut, dont on consomme les jeunes pousses cuites ou les feuilles en tisane. Il se cultive au soleil ou sous une ombre légère, en sol léger, frais à légèrement sec. Ses fleurs violet-pourpre foncé sont présentes tout l'été. Rusticité : -10 °C à -30 °C selon l'hérédité de l'espèce.

Torreya à noix

(*Torreya nucifera*)

Conifère persistant cultivé en Orient de manière commerciale pour la récolte de ses noix et pour la confection d'une huile alimentaire : l'huile de kaya. Cette espèce forestière a besoin d'ombre et d'hygrométrie à son installation. Sa croissance est lente, mais il pourra atteindre 10 m de haut en culture. L'espèce étant dioïque en général, il faut prévoir d'en installer plusieurs. Rusticité : -15 °C.

Laurier des Iroquois

(*Sassafras albidum*)

Arbre dont on utilise les feuilles pour leurs propriétés antiseptiques et condimentaires. Feuillage aux tons de feu à l'automne. Rusticité : -30 °C.

Asiminier ou Paw Paw

(*Asimina triloba*)

Arbre à "mangues" des climats tempérés, il produit des fruits oblongs de 5 à 15 cm, à la saveur oscillant entre la mangue et la banane, avec une texture crémeuse. Il a besoin d'ombre pour se développer (jusqu'à 8 m en Europe). À moins d'opter pour une variété autofertile, une pollinisation croisée est nécessaire, donc prévoir plusieurs sujets. Rustique jusqu'à -25 °C.

Arbre aux haricots bleus

(*Decaisnea fargesii*)

Arbuste rustique dont on consomme à l'automne la chair, translucide et sucrée, entourant les graines contenues dans une gousse bleue. Multiplication par semis après scarification et stratification de trois mois. Rusticité : -20 °C.

Arbre à salade

(*Toona sinensis*)

Arbre de pleine lumière mesurant entre 10 et 20 m. On en consomme les feuilles crues ou cuites. Particulièrement riches

en nutriments, elles font partie de la gastronomie chinoise. La variété 'Flamingo' est rose au printemps puis vert, et enfin jaune orangé à l'automne. Rusticité : de 7 °C à -20 °C selon l'hérédité de l'espèce.

Thé de l'immortalité ou Jiaogulan

(*Gynostemma pentaphyllum*)

Plante grimpante de la famille des cucurbitacées, cette vivace caduque peut atteindre 3 à 4 m haut. Plante adaptogène de la pharmacopée chinoise, elle augmente la capacité du corps à s'adapter aux différents stress. Rusticité : -20 °C.

Parasol chinois

(*Firmiana simplex*)

Arbre à feuilles caduques de la famille des malvacées, pouvant atteindre 10 m de haut. Mellifère et de croissance rapide, il a besoin d'étés chauds. Les graines oléagineuses sont consommées torréfiées. Rusticité : -15 °C.

Épinard grimpant du Caucase

(*Habitzia tamnoides*)

Liane caduque et pérenne grimpant jusqu'à 3 m, dont on consomme les feuilles et les jeunes pousses crues ou cuites. À planter en accompagnement d'un feuillu. Très rustique : -35 °C.



Épinard grimpant



Pois de Sibérie



Lespedeza bicolore



Torreya à noix



Laurier des Iroquois



Asiminier



Arbre aux haricots bleus



Arbre à salade



Thé de l'immortalité



Parasol chinois