

Gourmandise

Forêt à croquer



Et si la forêt pouvait nous nourrir? Cette idée qu'on croirait venue d'un conte pour enfants, Fabrice Desjours l'a mise en œuvre à Diconne, en Saône-et-Loire. C'est là qu'il fait pousser sa Forêt gourmande, regorgeant de feuilles, baies, fleurs, tiges, tubercules ou légumes destinés à régaler les gourmands. Et selon le maître des lieux, cette forme d'agriculture pourrait bien avoir de l'avenir.

PAR CAMILLE JOURDAN, À DICONNE

Pour pénétrer dans sa *“forêt enchantée”*, perdue en Bresse bourguignonne, Fabrice Desjours pousse un petit portail. Derrière, arbres et arbustes, plantes et lianes s’entremêlent, du sol jusqu’à plusieurs mètres de haut. Ici des pommes, là des coings, là-bas des tomates. Mais la végétation qui occupe ces 2,5 hectares est bien plus riche: *“Il y a plus de 1 000 espèces”*, affirme le maître des lieux. En 2010, c’est lui qui a installé les premiers plants et semis de sa Forêt gourmande – ou FoGo –

sur ce qui était alors une vaste prairie. Passionné par les plantes depuis l’enfance, Fabrice s’essaie à la fac de biologie, mais devient finalement infirmier. Dans les années 2000, son métier le conduit à voyager au Bénin, en Inde, au Costa Rica... Aux Comores, il découvre ce qu’est une agroforêt, une forêt dont la faune et la flore sont gérées par les populations locales, pour trouver de quoi se nourrir, construire ou développer toute forme d’artisanat. *“Les femmes y allaient avec des paniers vides, et en revenaient chargées de fruits tropicaux, mais aussi de feuilles comestibles... C’était extraordinaire!”*

De retour en France, il achète un terrain, et s’inspire de ce modèle pour créer son propre jardin-forêt, adapté au climat continental.

Treize ans plus tard, la prairie a laissé place à une végétation luxuriante, à travers laquelle on circule sur des sentiers. Les gouttes de la pluie tombée le matin même perlent sur les feuilles vertes et rouges d’un acajou de Chine. Fabrice, casquette vissée sur la tête, propose d’en croquer une. *“Elles ont un goût qui mélange l’oignon et la noix”*, décrit-il. La feuille du poivrier du Sichuan, dont les baies rouges brillent un peu plus loin, a une saveur plus forte, sans être piquante. Les feuilles du laurier des Iroquois, serviront, elles, à épaissir des sauces. Celles, immenses, des hostas se mangeront en salade... *“Il existe entre 5 000 et 7 000 espèces alimentaires sur la planète, mais aujourd’hui, dans nos assiettes, nous en utilisons au maximum 50 ou 60”*, constate le quadragénaire. Entre les jeunes pousses, les fruits, les racines, les fleurs, les tubercules et les légumes, la FoGo fait montre d’une diversité impressionnante, des simples pommes jusqu’aux baies “cinq saveurs” du schisandre de Chine, en passant par des kakis ou des feuilles de tilleul, qui peuvent être moulues en farine. *“Ces fruits-là vont devenir bleus”*, raconte le maître des lieux, en désignant les formes vertes et légèrement allongées qui pendent d’une liane, à plusieurs mètres de haut. *“Ils s’ouvrent comme des coquillages, et ils ont un goût proche de l’endive.”* Sur le sentier se succèdent aussi des plantes médicinales, des fruits permettant de faire de l’huile, des feuilles de thé, mais aussi des arbres dont sont issus divers biomatériaux – latex, cire ou bambou.

“Il existe entre 5 000 et 7 000 espèces alimentaires sur la planète, mais aujourd’hui, dans nos assiettes, nous en utilisons au maximum 50 ou 60.”

Fabrice Desjours, créateur de la Forêt gourmande

Tout au long de l’année, les couleurs de la FoGo varient au rythme des saisons et des récoltes. Fabrice a rarement le temps d’assurer la cueillette. Même si son association Forêt gourmande, née en 2018, a grandi, il reste le seul jardinier sur place. Avec son équipe d’une dizaine de bénévoles, il gère surtout l’accompagnement de projets d’autres jardins-forêts, en France, mais aussi au Bénélux et en Suisse. Des centaines de particuliers, mais

également des collectivités et des entreprises font appel à l’association. *“On peut partir de prairies, comme ici, mais aussi de vergers, de friches, d’un secteur urbain, ou même d’une forêt”*, énumère Fabrice. C’est ensuite un travail d’architecte paysager qui commence: en fonction de la surface et du milieu, il faut choisir les espèces à planter. Les arbres hauts peuvent protéger du vent et du soleil, et servir de support aux lianes ; une mare peut abriter des plantes aquatiques ; dans une clairière, un potager ne manquera pas de s’épanouir. Chaque projet a ses propres contraintes et besoins. Le petit jardin pédagogique au pied d’un immeuble de la banlieue dijonnaise n’a pas été imaginé

de la même façon que les parcs du château du domaine viticole de Meursault. Mais l’objectif est le même: faire jaillir une forêt nourricière.

“Peu d’entretien, juste la cueillette”

“C’est une autre forme d’agriculture”, expose Fabrice Desjours. Une agriculture “en 3D”, là où les cultures céréalières se cantonnent à deux dimensions. *“De grands arbres qui donnent une si grande manne de nourriture, c’est l’avenir!”* s’enthousiasme le jardinier. D’autant que son modèle répond aux défis du changement climatique: quoi de mieux que des îlots arborés pour rafraîchir les territoires et stocker du carbone? Des études plus poussées, en lien avec l’INRAE et EDF, sont en cours pour mesurer l’impact précis de ces jardins-forêts sur ces points. Mais certains résultats sont déjà évidents: en (ré)introduisant localement des espèces pour se nourrir, plus besoin d’en importer d’autres. Quand il est difficile de faire croître un cocotier sous nos climats, il est en revanche possible de planter un *Sapium*: la pellicule enveloppant ses fruits est un réservoir d’huile, laquelle reste solide même à haute température. Et que dire de ces chênes, résistant aux fortes chaleurs, qui font germer des glands doux, parfaits pour faire de la farine? *“Dans l’agriculture traditionnelle, on doit planter chaque année, c’est laborieux”*, observe encore Fabrice Desjours. *L’agroforesterie demande du travail au départ, mais peu*

d’entretien ensuite, juste la cueillette!” Ni arrosée, ni fertilisée, la FoGo regorge en effet d’ingrédients bien plus variés que ceux d’un champ de blé ou de colza, encore souvent dopé aux pesticides et à d’intenses irrigations.

Ce qui nécessite tout un savoir. Quelles plantes sont comestibles? Peut-on manger les fruits, les feuilles, les racines? Dans quels milieux poussent-elles? Et comment les cuisiner? *“Tout ne se mange pas dans la forêt. Certaines espèces dont les feuilles sont comestibles donnent néanmoins des baies toxiques. Certains fruits se mangent crus, d’autres cuits... Il faut les goûter en petites quantités, pour détecter d’éventuelles allergies”*, recommande le quadragénaire. Toutes ces connaissances, perdues au fil des générations, ce passionné les a chinées, dans des livres, sur internet, au gré de rencontres et d’expérimentations. Il les transmet aujourd’hui à travers des visites commentées, des vidéos publiées sur sa chaîne YouTube aux 26 000 abonnés, des ouvrages, des stages et des formations, dont le succès ne se dément pas. Grâce à ces activités, mais aussi aux dons, aux subventions et aux appels à projets, l’association finance notamment son matériel, dont ses semences et ses plants. Dans le labyrinthe de sa FoGo, le quadragénaire sait nommer chaque espèce, y compris les animaux. Certaines sont même protégées, comme le triton alpestre ou le crapaud commun. *“Quand on lui donne le gîte et le couvert, la faune revient. Nous avons aussi installé un poulailler au milieu de la forêt. Et il serait aussi possible de chasser; à l’arc, une fois de temps en temps, les sangliers et les chevreuils qui viennent régulièrement ici.”* De quoi convaincre ceux qui voudraient agrémenter leur assiette végétarienne de quelques œufs ou d’un peu de viande...

Mais les recettes végétales sont déjà nombreuses: tartelettes aux feuilles de vigne, compotée d’églantines japonaises, bouillon de laurier des Iroquois, gaspacho de chalef... L’association Forêt gourmande travaille ponctuellement avec des chefs, mais prévoit d’embaucher une personne chargée de la récolte et de la transformation des fruits de ses cueillettes. Bon appétit!

SoGood PROPOS REQUELLIS PAR CJ