

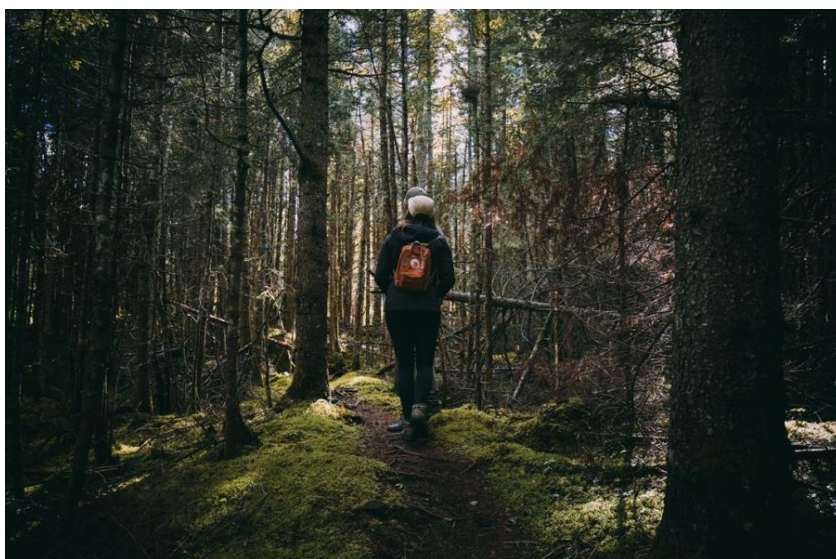
DÉVELOPPEMENT ET VALORISATION DANS LA MRC DES ETCHEMINS

# LES PRODUITS FORESTIERS NON LIGNEUX

## Pour diversifier les produits issus de la forêt

En excluant le bois d'œuvre, les produits forestiers non ligneux (PFNL) désignent les produits d'origine biologique qui sont cultivés en systèmes agroforestiers ou récoltés dans la nature. Ces produits regroupent plusieurs utilisations émergentes et ancestrales des secteurs alimentaire, cosmétique, médicinal et ornemental. Quatre groupes de produits sont distingués dans les PFNL, soit :

- Les petits fruits émergents
- Les champignons
- Les noix
- Les plantes sauvages



## Au sommaire :

Description du projet  
PAGE 01

Les groupes de produits  
PAGE 02

Développer une production  
PAGE 04

Les fiches d'espèces  
PAGE 09





**Agence de mise en valeur des forêts privées des Appalaches**  
L'Agence est un organisme sans but lucratif ayant pour mission d'appuyer les propriétaires dans la mise en valeur des forêts privées et de promouvoir les saines pratiques en encourageant une planification régionale et les outils de connaissances du Plan de protection et de mise en valeur.



### **MRC des Etchemins**

La municipalité régionale de comté des Etchemins est constituée en vertu de la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme et regroupe 13 municipalités du territoire afin de fournir aux élus un cadre et les moyens de mettre en œuvre une planification régionale, notamment comprise dans le schéma d'aménagement et les plans d'action.

## Le projet

Ce document est produit par l'Agence de mise en valeur des forêts privées des Appalaches grâce au financement obtenu dans le cadre du Plan de la relance économique de la MRC des Etchemins. Il s'agit d'un effort de vulgarisation des principales espèces à valeur commerciale sur le territoire dans une perspective d'accroître la productivité et la biodiversité forestière ainsi que les revenus des propriétaires de lots boisés.

Nous espérons que ce travail permettra de consolider l'attrait touristique de la MRC par le développement de produits et de saveurs uniques à la région. En outre, il vise à renforcer les marchés de circuits courts et les opportunités pour les propriétaires en plus de susciter l'intérêt des entrepreneurs.

---

### *Pour en savoir plus*

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[info@amvap.ca](mailto:info@amvap.ca)

1554, route 277, bureau 3

Lac-Etchemin (QC) G0R 1S0

# Les noix



Parmi les arbres à noix et à noisettes propices à la région, notons les noyers, les caryers et les noisetiers. Ces espèces peuvent être plantées et cultivées en rangées. Une culture en planches (platebandes linéaires surélevées) peut venir bonifier la production par l'établissement d'herbacées tolérantes à l'ombre sous le couvert.

Les conditions de croissances dépendent de l'espèce choisie pour la culture. Dans tous les cas, il importe de vous renseigner avant de vous lancer ! Parmi les facteurs à considérer figurent le choix du milieu de croissance, une protection adéquate contre les gels ainsi qu'une méthode de cassage et de transformation adaptée à la noix et au rendement souhaité.

Comparativement aux noisettes qui commencent généralement à produire après 3 ans, la culture des arbres à noix requiert plus de temps et plusieurs années doivent s'écouler avant d'en récolter le plein potentiel.



Une petite plantation de noyers cendrés



# Les plantes sauvages



On retrouve dans les boisés de la région une multitude d'espèces pouvant être utilisées dans les secteurs alimentaire, cosmétique, médicinal et ornemental. Afin de tirer parti de cette diversité, il importe de bien connaître les espèces et leurs caractéristiques. Pour s'inspirer, il est possible de consulter des ouvrages traitant du savoir ancestral des usages qu'en retiraient les Premières Nations.

Plusieurs enjeux au niveau de la cueillette durable, des rendements limités, du temps investi et de la traçabilité peuvent freiner la récolte en milieu naturel ou la culture à plus grande échelle. Bien que plusieurs plantes puissent être employées de manière récréative, toutes ne sont pas propices au développement à des fins commerciales. Certaines resteront ainsi de petites merveilles cachées au fond de votre boisé alors que d'autres ont un fort potentiel de rentabilité !



L'aralie à tige nue (salspareille)

# Les petits fruits émergents



Certains fruits qui se cultivent au Québec sont peu connus du public ou peu exploités de manière commerciale. Ce sont les petits fruits émergents, parmi lesquels se retrouve l'airelle, l'amélanchier, la camerise, la groseille, le sureau et plusieurs autres !

Les produits de cette catégorie peuvent être vendus de différentes manières ; frais, congelés ou transformés. Un des défis de la culture des petits fruits émergents est la mise en marché des produits qui gagnent à se faire connaître. À cet effet, il peut être intéressant de diversifier les types de produits.



Le bleuet sauvage



Diversité des champignons sauvages

## Les champignons



Parmi les champignons comestibles fréquemment retrouvés dans les boisés de la région, notons plusieurs espèces de bolets, le cèpe d'Amérique, la chanterelle en tube, la dermatose des russules, la vesse-de-loup perlée et le lactaire des épinettes.

La cueillette de champignons sauvages en vue de la consommation nécessite son lot de précautions. En effet, il importe de reconnaître les critères d'identification des espèces comestibles, mais également les critères les différenciant de leurs homologues toxiques. Pour cette raison, nous vous invitons à contacter un mycologue expert avant de vous lancer dans la récolte de champignons sauvages.

La culture de champignons est une avenue intéressante pour ceux qui souhaitent développer ces produits. En plus d'accroître la prévisibilité de la récolte, la culture permet de réduire les risques liés aux erreurs d'identification. Une méthode éprouvée est décrite à la section suivante.

# Développer une production

La planification d'un projet de PFNL mérite plusieurs considérations. Le choix du site et de la culture doit notamment permettre le respect de la réglementation municipale et provinciale. Par exemple, certaines contraintes peuvent être associées à la présence de milieux humides sur la propriété afin de tenir compte de la sensibilité de ces écosystèmes. Avant d'entreprendre un projet, nous vous invitons à consulter les règlements de la MRC des Etchemins dans la section sur l'aménagement du territoire sur le site internet [mrcetchemins.qc.ca](http://mrcetchemins.qc.ca).

## Caractérisation du site

Une bonne connaissance des caractéristiques de votre propriété est une étape préliminaire essentielle à la planification d'un projet d'exploitation des PFNL. Le type de milieu (forestier, friche, milieu humide), les communautés végétales, le type de sol et ses conditions de drainage sont des exemples de données intéressantes à obtenir. Cela peut permettre d'identifier des opportunités de récolte ou de culture en fonction du milieu, de l'espace disponible et de l'accessibilité de la parcelle.

L'identification de la présence naturelle d'un PFNL dans votre boisé peut indiquer que cette espèce y est à sa place et que les conditions écologiques sont favorables à sa croissance. Il est ainsi possible de mettre à profit des ressources déjà disponibles dans votre boisé par l'amélioration des conditions de croissance pour l'espèce choisie en vue de densifier les individus et accroître les rendements.

Bosquet naturel de viorne trilobée retrouvé sur une propriété.

## Choix de la culture

Cette étape vise à définir le projet par la sélection du type de produit désiré parmi les petits fruits émergents, les noix, les champignons ou les plantes sauvages.

Afin de prendre des décisions éclairées et accroître le succès du projet, nous recommandons de considérer l'ensemble des étapes nécessaires à la culture, dont la préparation de terrain, l'entretien, la récolte, le conditionnement et la transformation du produit ainsi que les couts, permis et installations qui seront requis.



## Techniques de culture

Les produits forestiers non ligneux sont associés à des zones forestières variées, tels des friches, des sous-bois, des lisières boisées, des plantations, des milieux humides, des systèmes agroforestiers ou des boisés. La culture des PFNL peut s'inspirer de l'approche permaculturale qui fixe le choix des ressources en fonction de leur bénéfice dans une perspective de complémentarité du système ainsi que de la succession naturelle visant à favoriser la synergie des processus naturels et dynamiques. Ainsi, pour maximiser les ressources, il est possible de cultiver plusieurs strates, dont les champignons, les herbacées, les arbustes et arbres fruitiers ou à noix.

Les cultures sous couvert et les plantations d'arbres à valeur ajoutée sont des exemples concrets décrits à la page suivante de système cultural pouvant être utilisés pour mettre en valeur la filière des produits forestiers non ligneux.

## Culture sous couvert

La culture de végétaux comestibles ou à usage médicinal sous couvert forestier en planche est un bon moyen de mettre en valeur le sous-étage des plantations. Des plantes d'ombre peuvent ainsi être cultivées entre les rangées d'arbres et accroître les sources de revenus sur une même surface. Les acheteurs potentiels de ces produits peuvent inclure les herboristes, les particuliers et les distilleries. Parmi les plantes cultivées sous couvert forestier figurent des plantes aromatiques ou médicinales dont l'actée à grappes noires, l'asaret du Canada, le ginseng à cinq folioles, l'hydraste du Canada et la sanguinaire du Canada.



Exemple d'une culture sous couvert dans une plantation mixte. Les tiges d'avenir sont régulièrement identifiées par un ingénieur forestier et permettent de guider les éclaircies réalisées afin de retirer les arbres matures et contrôler le niveau d'ensoleillement.



## Plantation d'arbres à valeur ajoutée

Les plantations peuvent être des opportunités de développement des produits forestiers non ligneux. Par exemple, certains champignons, dont les truffes, croissent en association avec les racines. Il est ainsi possible de se procurer et de planter des arbres à valeur commerciale qui produiront des champignons. Cette opportunité de développement est intéressante puisqu'elle donne une valeur ajoutée à la plantation sans affecter la vocation du territoire. Les plantations d'arbres à noix ou à petits fruits émergents peuvent également bonifier les ressources issues du secteur forestier en approvisionnant le secteur alimentaire. Dans les systèmes agroforestiers, les haies brise-vent présentent une opportunité d'implantation d'arbres à valeur ajoutée.

Dans la planification d'une plantation de ce type, il importe de considérer les délais entre l'investissement initial et la récolte des premiers fruits, noix ou champignons, celle-ci pouvant survenir plusieurs années plus tard.



La préparation du site a été entreprise une dizaine d'années après la plantation afin de mettre en place la culture sous couvert. Celle-ci a débuté par un labourage entre les rangées, suivie de l'application de fumier et de chaux. Un entretien du site est réalisé chaque année pour les activités de repiquage, désherbage, préparation des planches, récolte, ensemencement, etc.

## Récolte, conditionnement et transformation

Quelques principes généraux s'appliquent à la récolte, au conditionnement et à la transformation des produits forestiers non ligneux :

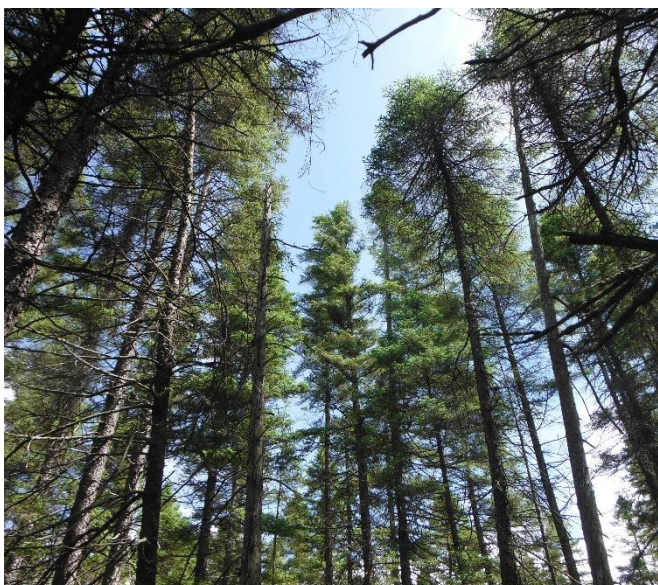
- Choisir le produit qui vous convient.
- Assurer un contrôle de qualité de haut niveau des produits.
- Prévoir le matériel de conditionnement et un accès facile à la parcelle.
- Contrôler les ravageurs et les herbivores afin de limiter la déprédation.
- Noter les rendements annuels et l'effort de récolte pour planifier les prochaines années.
- Considérer la période de récolte dans votre calendrier d'activité. À ce moment, éviter la réalisation de travaux d'aménagement forestier par exemple.
- Mécaniser les processus pour obtenir de meilleurs rendements.
- Effectuer un choix éclairé entre la transformation faite par vous-même ou par un tiers.
- Assurez-vous de toujours respecter la réglementation en vigueur selon le type de produit, notamment lié à l'hygiène et à la salubrité des aliments. À cet effet, contactez un conseiller régional en transformation alimentaire du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation pour vous accompagner dans votre démarche!

### Mise en marché

Plusieurs options existent pour faire connaître l'entreprise et les produits ainsi que pour développer la clientèle (acheteurs, distributeurs, transformateurs). La formule combinant la vente de produits à une expérience, comme les tablées gourmandes ou les paniers de produits, pourrait notamment être une avenue intéressante à développer.

### Développement local et régional

Pour compléter votre réseau, n'hésitez pas à contacter les entreprises locales (distilleries, restaurateurs, transformateurs) afin de connaître leurs besoins. Cela pourrait vous permettre de dénicher des opportunités. Vous pouvez également vous inspirer des initiatives et réussites dans d'autres régions.





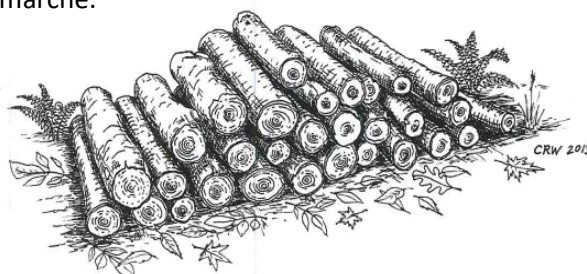
# La culture de champignons

Par rapport à la cueillette, la culture de champignons permet d'offrir l'assurance du produit récolté, en fonction de ce qui a été inoculé. Plusieurs méthodes de culture existent, nous abordons ici la culture sur rondins. Ce procédé est réparti en 4 étapes :

## 1. ACQUISITION DU SUBSTRAT LIGNEUX

La récolte des arbres pour la culture de champignons est idéalement effectuée en hiver, avant la sortie des bourgeons. Il faut choisir des arbres sains, jusqu'à 25 cm de diamètre qui seront coupés en tronçons d'environ 4 pieds. Les rondins de plus gros diamètre auront une période d'inoculation du champignon plus longue et les rondins plus longs seront plus difficiles à manipuler. Le choix de l'espèce varie en fonction du type de champignon qui sera cultivé. Il importe de conserver les tiges dans un endroit frais et humide, à l'abri des grands vents et du soleil avant l'inoculation. La sécheresse des billots pourrait être catastrophique pour la production de champignons et vous pourriez voir s'envoler votre investissement. En outre, la récolte des arbres devrait être réalisée dans un contexte d'aménagement forestier visant l'amélioration d'un peuplement. Les conseillers forestiers peuvent vous guider dans cette démarche.

Champignon	Espèce d'arbre associé	Période d'incubation
Shiitake	Érable à sucre et hêtre	12-18 mois
Pleurotes en huitres	Peuplier baumier, érable à sucre et hêtre	Plus de 18 mois
Hydne hérisson	Hêtre	Plus de 18 mois



## 2. INOCULATION

L'inoculation a lieu tôt au printemps, soit de mars à mai, en perçant des trous uniformément espacés d'une dizaine de cm avec une mèche 7/16. Les entailles des rondins sont inoculées avec des douilles de mycélium ou de la sciure de mycélium injectée avec un inoculateur. Une fois cette étape complétée, veillez à sceller les trous formés, avec de la cire d'abeille fondue par exemple.

## 3. PÉRIODE D'INCUBATION

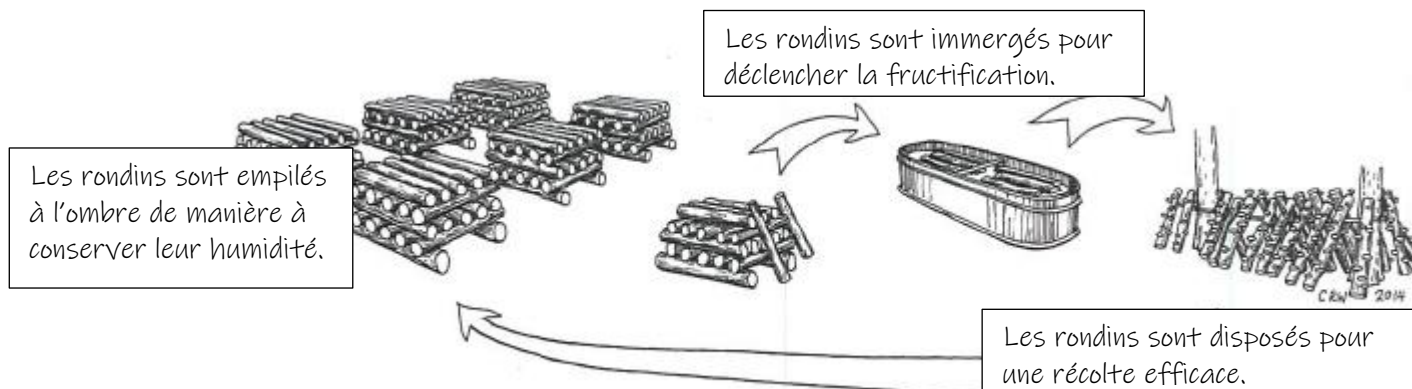
La période de colonisation du champignon amorce la décomposition du rondin. Encore une fois, il importe de contrôler la température, l'humidité, la lumière et le vent. La période d'incubation peut varier, allant d'un an à plus de 18 mois. Elle est complète à l'apparition de taches blanches aux extrémités des rondins.

## 4. RÉCOLTE

La gestion de l'humidité est un élément crucial de la fructification (émergence des champignons du rondin). Une fois la période d'incubation complétée, la fructification peut être induite par l'immersion des rondins dans une source d'eau pour 12 à 24 h.

### Note : Temps investis pour la culture

Il faut prévoir près de 150 h pour la récolte de quelque 320 rondins permettant de générer un revenu d'appoint, soit une récolte de champignons sur 40 rondins par semaine. Ensuite, 75 h seront nécessaires annuellement pour le traitement des rondins par immersion et la récolte subséquente. Un rondin peut produire plus de 5 ans.



## Les fiches

Les espèces présentées dans la section suivante représentent les principaux produits forestiers non ligneux d'intérêt commercial pour la MRC des Etchemins. Le choix des espèces a été réalisé en fonction des critères ci-contre.

Amélanchiers

Airelle rouge

Aronie noire

Asaret du Canada

Bouleaux

Camerise

Cerisiers sauvages

Framboisier sauvage

Myrique baumier

Noisetiers

Sapin baumier

Sumac vinaigrier

Sureaux

Thé du Labrador

Thuya occidental

Viorne cassinoïde

## Critères de sélection des PFNL présentés

### L'ESPÈCE EST INDIGÈNE ET PRÉSENTE DANS LA MRC

D'emblée, nous avons choisi d'éliminer les espèces exotiques qui ne sont pas retrouvées naturellement dans les boisés de la région.

### L'ESPÈCE PRÉSENTE UN POTENTIEL DE CULTURE OU D'AMÉLIORATION DES RENDEMENTS

Les espèces qui ne relèvent pas uniquement de la cueillette sauvage devraient probablement être privilégiées dans le cadre d'un projet de développement des PFNL. Bien qu'il soit possible d'extraire un revenu issu de la cueillette, le manque de prévisibilité des rendements et les risques de surexploitation des talles naturelles est réel.

### L'ESPÈCE PRÉSENTE DES UTILISATIONS CONNUES ET LES PRODUITS SONT ÉPROUVÉS

Il peut s'avérer fastidieux de développer de nouveaux produits et le défi est encore plus grand lorsque la matière première (l'espèce) est méconnue. En se basant sur certains produits éprouvés, il est plus facile d'établir le prix de vente et de développer une mise en marché.

### L'ESPÈCE PRÉSENTE DES BÉNÉFICES NUTRITIONNELS OU POUR LA SANTÉ

La connaissance des bénéfices nutritionnels est essentielle à une bonne mise en marché de vos produits. Présentez des alternatives locales aux produits déjà consommés par le citoyen de sorte qu'ils seront facilement incorporés à leur quotidien.

#### Mise en garde :

Les renseignements contenus dans ce document sont à titre informatif seulement. Il est de votre responsabilité de vous renseigner et de consulter un professionnel avant d'en faire un produit de consommation pour vous, ou pour le public.



Espèce indigène présente dans la MRC

Potentiel de culture

Utilisations connues et produits développés

Bénéfices nutritionnels / santé

PFNL d'intérêt

# Amélanchiers

*Amelanchier spp. (plusieurs espèces)*

Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins



## Description

Une douzaine d'espèces d'amélanchiers sont présentes au Québec. Chacune produit des baies comestibles d'intérêt gustatif varié allant de savoureuses à insipides. On remarque surtout l'amélanchier au printemps, lorsque les fleurs se déploient dans toute leur splendeur.



## Parties de la plante

Les baies sont surtout consommées cuites et transformées en une multitude de produits savoureux ou séchées.



## Culture et récolte

La production de baies est accrue en conditions de lumière. La récolte des fruits se fait à la fin de l'été, lorsque les baies deviennent bleu-noir.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Gelées, confitures, alcools, sauces, sirops, vinaigres, coulis, tisanes, etc.

**Médicinal** : Les baies ont des vertus anti-inflammatoires et antioxydantes.

## Identification

- **Port** dressé, tiges ramifiées.
- **Feuilles** simples, alternes, finement dentées.
- **Fleurs** blanches à 5 pétales.
- **Fruits** bleu foncé, presque noirs à maturité.

## Autres informations

**Autres utilisations** : Haie brise-vent, arbuste faunique.

**Profil nutritionnel** : Mg, Mn, Fe. Aussi Ca, K, Cu, carotène, Vitamine C.  
Très riche en pectine.

## Avertissement

La consommation excessive de baies crues peut occasionner des troubles digestifs (diarrhées). Les composés cyaniques responsables de cet effet indésirable sont détruits lors de la cuisson.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Airelle rouge

*Vaccinium vitis-idea*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

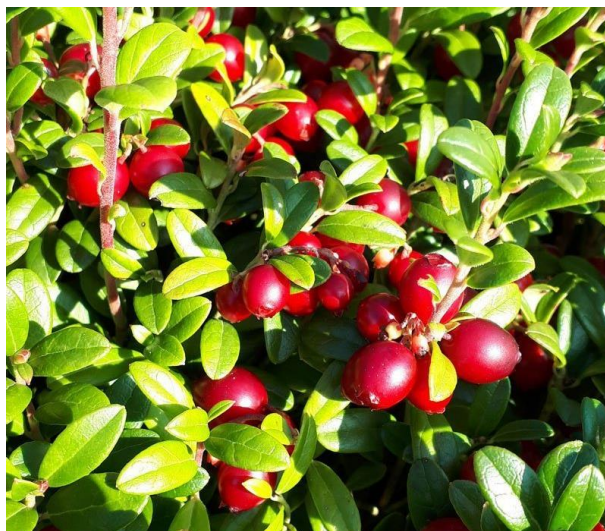
## Description

Ce petit arbuste recouvre les sols au substrat acide et bien drainé des milieux ouverts ou les sous-bois partiellement dégagés. Il produit de petites canneberges qui ont un très bon potentiel de commercialisation !



## Parties de la plante

Les baies savoureuses peuvent être consommées fraîches, congelées, séchées ou transformées en une multitude de produits. Les feuilles peuvent être séchées et préparées en infusion.



© Airelles des frères



## Culture et récolte

La culture de l'airelle nécessite les bonnes conditions de sol et de lumière (voir ci-haut). La récolte dépend de la variété cultivée, soit lorsque les baies ont atteint une belle couleur rouge vif, vers la fin de l'été (fin-août) ainsi qu'au début de l'automne. Au lavage, les baies endommagées ont tendance à couler.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Confitures, gelées, sirops, conserves, alcools, etc.

**Médicinal** : Les baies ont des vertus anti-inflammatoires, antioxydantes, antiseptiques, astringentes, diurétiques, toniques et antiseptiques urinaires.

## Identification

- **Tiges** ligneuses, courtes et ramifiées.
- **Feuilles** simples, alternes, persistantes et d'aspect luisant.
- **Fleurs** blanc-rose, en corolle.
- **Fruits** rouges à maturité.

## Autres informations

**Profil nutritionnel** : Flavonoïdes, Ca, Fe, niacine, P, K, Na, Vitamine A et C.  
Riche en pectine.

**Valeur faunique** : Baies consommées par plusieurs oiseaux et petits mammifères.

## Expertise locale

Depuis 2005, les frères du rang 14 à Lac-Etchemin ont développé une expertise unique : la culture de l'airelle rouge. Pour plus d'informations, visitez leur site internet : [airellesdesfreres.com](http://airellesdesfreres.com).

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Aronie noire

*Aronia melanocarpa*



## Description

Cet arbuste rustique de lumière se retrouve dans les milieux humides, les sous-bois ouverts et les bordures de chemins ou de fossés. Il mesure généralement 1-2 m de hauteur. On le cultive dans d'autres régions du monde, notamment en Russie et en Europe de l'Est, pour ses baies noires savoureuses.



## Parties de la plante

Les fruits gouteux et astringents se prêtent bien à la confection de produits agroalimentaires variés.



## Culture et récolte

L'aronie à fruits noirs est l'un des fruitiers les plus faciles à cultiver en conditions de mi-ombre ou plein soleil. La récolte a lieu entre la fin août et octobre. Les baies récoltées tardivement seront plus sucrées et savoureuses.



## Potentiel commercial

**Alimentaire :** Confitures, gelées, sirops, tartes, conserves, boissons fermentées, tisanes, vinaigres, etc. En raison de son astringence, elle est souvent consommée de manière transformée.

**Médicinal :** Les baies ont des vertus antioxydantes, tonifiantes et stimulantes.



## Identification

- **Tiges** dressées et ramifiées.
- **Rameaux** finement pubescents.
- **Feuilles** simples, alternes, coriaces, luisantes dessus, plus pâles dessous.
- **Fleurs** blanc-rose de 5 pétales.
- **Fruits** noirs et persistants.

## Autres informations

**Profil nutritionnel :** Contient de la vitamine C et des fibres.

**Sensibilité :** Cette espèce n'est pas prompte aux insectes et maladies.

**Ornemental :** Jolie haie produisant de belles fleurs blanches ou rose au printemps et un feuillage rouge vif à l'automne.

## Avertissement

Pas de risque répertorié pour la consommation des baies.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Asaret du Canada

## *Asarum canadense*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

### Description

L'asaret est une espèce vulnérable à la cueillette au Québec (MELCCFP, 2023) et les individus retrouvés en milieu naturel sont protégés en vertu de la Loi provinciale sur les espèces menacées ou vulnérables (LEMV). Toutefois, il est possible de cultiver cette plante aromatique dans les érablières riches.



### Parties de la plante

Rhizome aromatique au goût prononcé de gingembre consommé frais ou séché et moulu en épice. Les feuilles font une tisane fragrante.



### Culture et récolte

Culture sous couvert idéalement dans une érablière à sucre riche.

Récolte du rhizome d'individus cultivés seulement.

### Identification

- Plante **herbacée** de type couvre-sol.
- **Feuilles** simples, alternes, poilues, généralement en paire, issue du rhizome peu profond, de la forme d'un rein.
- **Fleur** solitaire, pourpre, sans pétales.



### Potentiel commercial

**Alimentaire** : Utilisé pour aromatiser les boissons, les plats, les alcools ou en infusion.

**Médicinal** : Utilisé en infusion ou sirop préparé pour traiter la toux et les problèmes digestifs en raison de vertus antifongiques et antibactériennes.

### Autres informations

**Protection** : Espèce protégée en milieu naturel.

### Avertissement

Les femmes enceintes ne devraient pas consommer cette plante.

Information complémentaire disponible :  
[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)  
[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Bouleaux (jaune, à papier)

*Betula sp. (alleghaniensis, papyrifera)*

Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins



## Description

Les bouleaux sont des arbres pouvant atteindre 30 m de hauteur poussant sur les sites secs aussi bien que dans les boisés frais et humides. On les reconnaît à leur écorce caractéristique ressemblant à du papier.



## Parties de la plante

L'eau de bouleau contient du fructose et est utilisée pour la production de sirop.



## Culture et récolte

La croissance de ces espèces est favorisée par des conditions de lumière. Les individus les plus vigoureux auront une meilleure croissance et produiront plus d'eau. La récolte se fait de la même manière que pour l'érable à sucre, mais est plus énergivore (80:1 eau/sirop).



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Sirops pour la préparation de marinades, sauces et vinaigrettes.

**Médicinal** : Ces espèces sont utilisées dans les thés, sirops, huiles, infusions, baumes, etc., en raison de leurs vertus anti-inflammatoires, anti-rhumatiques, antiseptiques et toniques.



## Identification

- **Écorce** juvénile papyracée, devenant dorée à maturité (bouleau jaune) ou blanc crème (bouleau à papier).
- **Feuilles** alternes, simples, doublement serrées.

## Autres informations

**Profil nutritionnel** : Vitamine C, Fe, Zn, Mn, Ca, Mg, K, riboflavine, thiamine.

**Élément actif** : Salicylate de méthyle.

**Association** : Chaga.

## Avertissement

La consommation interne de l'huile essentielle n'est pas recommandée et peut être nocive, particulièrement pour les enfants.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Camerise

*Lonicera caerulea*



## Description

Cet arbuste rigoureux de la famille des chèvrefeuilles peut atteindre 1,5 m de hauteur. Il produit une abondance de petits fruits bleus de forme allongée. Bien que retrouvé à l'état naturel, des travaux d'hybridation ont permis d'accroître la productivité des plants et d'en améliorer la saveur.



## Parties de la plante

Les baies sont juteuses, au goût complexe et unique.



## Culture et récolte

Fruit hâtif ; la récolte a lieu 6 à 8 semaines après la floraison et peut être mécanisée. Cette espèce se cultive au soleil et tolère bien la taille. Produit pendant près de 30 ans.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Congélation rapide et transformation commerciale.

**Médicinal** : Les baies ont des vertus antiadhérentes, antioxydantes et de chimioprotecteur. Malgré les nombreux usages traditionnels, la famille des chèvrefeuilles est peu utilisée aujourd'hui par les herboristes.



© Ferme des cent acres

## Identification

- **Feuilles** opposées, au vert un peu cireux.
- **Fleurs** blanc jaunâtre.
- **Fruits** bleus à noirs, allongés.

## Autres informations

**Profil nutritionnel** : Vitamine A et C, Ca, Fe, Mg, Zn, Cu, Mn, fibres, glucides, K, anthocyanes, bioflavonoïdes et composés phénoliques.

**Sensibilité** : Espèce peu sensible aux insectes et maladies, mais qui doit être protégée des oiseaux.

## Avertissement

Les fruits sont sensibles à la chaleur, au transport et aux manipulations. Refroidir immédiatement après la cueillette. Congeler dans les deux à quatre jours suivant la cueillette et laver ensuite.

Information complémentaire disponible :  
[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)  
[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS



# Cerisier de Virginie

*Prunus virginiana*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Aussi connu sous le nom de cerisier à grappes, ce petit arbre mesure souvent 4 m de hauteur, mais peut atteindre jusqu'à 8 m. Il colonise les sites perturbés, les friches, les lisières boisées, les trouées forestières et d'autres milieux assez ensoleillés.



## Parties de la plante

Une fois cuits, les fruits pâteux du cerisier de Virginie deviennent savoureux. Ils peuvent ensuite être transformés en une multitude de produits alimentaires.



## Culture et récolte

Pour accroître la productivité en fruits, dégager les tiges pour augmenter l'exposition au soleil. La récolte est réalisée au mois d'août pour la production d'alcool et plus tardivement, jusqu'à la mi-septembre, pour en faire du jus ou du sirop.

## Identification

- **Feuilles** simples, alternes, dentées.
- **Fleurs** blanches, en grappes 8-15 cm.
- **Fruits** en drupes, de couleur vert jaune immature, rouge à maturité s'assombrissant avec le temps.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Baies cuites, sous forme de gelées, de sauces, de sirops, de jus ou d'alcools.

## Autres informations

**Autre utilisation** : Haie brise-vent, arbre faunique.

## Avertissement

Les noyaux, l'écorce et les feuilles flétries possèdent un composé toxique qui peut intoxiquer les enfants.

Information complémentaire disponible :  
[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)  
[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Épinettes (blanches, noires, rouges)

*Picea sp. (glauca, mariana, rubens)*

Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Ces arbres pouvant atteindre de 25 à 30 m de hauteur sont les plus utilisés pour reboiser les aires de récolte. L'épinette blanche a une bonne croissance dans les milieux bien drainés et l'on retrouve plutôt l'épinette rouge et noire dans les milieux humides moins productifs.



## Parties de la plante

Les pousses annuelles séchées sont utilisées comme épice, notamment pour aromatiser les huiles, les sauces et les boissons.



## Culture et récolte

Idéalement, la récolte des pousses devrait se faire tôt au printemps lorsque ces dernières sont tendres.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Épices, tisanes, gelées, huiles, vinaigrettes, sirops, bière d'épinette, etc.

**Médicinal** : Utilisé dans les crèmes, en huile essentielle, hydrosol, infusion, baume, sirop et autres produits. Vertus analgésiques, antifongiques, antimicrobiennes, antiseptiques et désinfectantes.

## Identification

- **Houppier** conique (épinette blanche et rouge) à cylindrique (épinette noire).
- **Tronc** droit écailleux, aux teintes de brun selon l'espèce.
- **Aiguilles** quadrangulaires rigides (roulent entre les doigts).

## Autres informations

**Profil nutritionnel** : Beta carotène, sucre, féculent, Vitamine C.

## Avertissement

La tisane est à consommer avec modération et à éviter pendant la grossesse.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Framboisier sauvage

*Rubus idaeus*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Cet arbuste buissonnant est très commun ; on le retrouve surtout dans les trouées ou dans les boisés éclaircis. Les tiges peuvent se dresser jusqu'à 1,5 m de hauteur.



## Parties de la plante

Les feuilles et les baies.



© Flore laurentienne



## Culture et récolte

Le framboisier sauvage est peu recommandé comme culture sous couvert, car la productivité est trop faible pour des rendements commerciaux intéressants, mais les feuilles peuvent être employées pour la préparation de tisanes. Récolter celles-ci au printemps ou au début de l'été, avant l'apparition des fruits.

## Identification

- **Tiges** simples, dressées, munies d'épines.
- **Feuilles** alternes, composées de 3 à 7 folioles.
- **Fleurs** blanches de 5 pétales.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Tisanes, vinaigres, vinaigrettes.

**Médicinal** : Utilisé dans les tisanes, sérums et en huile. Vertus antioxydantes, antiseptiques, antispasmodiques, astringentes, toniques, stimulantes. Agis contre les nausées, les vomissements et la diarrhée.

## Autres informations

**Profil nutritionnel des feuilles** : Al, Ca, Co, Cr, Fe, K, Mg, Mn, Na, P, niacine, riboflavine, sélénium, silicone, thiamine, Vitamine A et C.

**Élément actif** : Fragarine (relaxant et stimulant des muscles de l'utérus).

## Avertissement

Ne consommer que les feuilles fraîches ou séchées. Les feuilles flétries peuvent être toxiques. Possible interaction avec les anticoagulants et l'insuline.

Information complémentaire disponible :  
[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)  
[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Gadelliers

*Ribes spp. (plusieurs espèces)*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Les gadelliers sont de petits arbustes. On en retrouve 14 espèces au Québec. Comestibles, les fruits sont plutôt acidulés, mais peuvent être employés pour la préparation d'alcools, de jus ou de sauces.



## Parties de la plante

Les feuilles sont aromatiques et peuvent être utilisées séchées comme épice. Les baies sont consommées fraîches ou cuites.



## Culture et récolte

La culture s'accommode généralement bien de conditions de mi-soleil. La récolte des feuilles se fait au printemps, avant la floraison. La récolte des fruits se fait à la main vers la mi-juillet à août.



## Potentiel commercial

**Alimentaire :** Baies cuites, sous forme de confitures, de gelées, de sauces, de jus ou d'alcools. Feuilles séchées utilisées comme épice.

**Médicinal :** Vertus toniques, anti-inflammatoires, antioxydantes, antiseptiques, astringentes, digestives, diurétiques, laxatives. Préparé en infusions ou en sirops.



## Identification

- **Feuilles** simples, alternes, dentées divisées en 5-7 lobes.
- **Fleurs** printanières, blanches à rose.
- **Fruits** rouges à noirs selon l'espèce, sucrés et acidulés.

## Autres informations

**Profil nutritionnel :** Ca, fibre, Fe, Mg, Mn, P, K, Vitamines A, B1 (thiamine), B2 (riboflavine), B3 (niacine), B5, C.

Les baies contiennent beaucoup de pectine.

## Avertissement

La cuisson des baies peut dégager une mauvaise odeur.

Information complémentaire disponible :  
[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)  
[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Myrique baumier

*Myrica gale*



## Description

Cet arbuste aromatique peut atteindre 1,5 m de hauteur et est assez fréquemment retrouvé dans les milieux humides des plaines inondables ou bordant les cours d'eau. C'est une espèce fixatrice d'azote et ses racines protègent les rives de l'érosion.



## Parties de la plante

Les feuilles et les graines de cet arbuste sont aromatiques, semblables au poivre et à la muscade. Elles peuvent être utilisées comme épice ou dans les tisanes.



## Culture et récolte

Les graines se récoltent à la main en automne. Cette espèce pourrait supporter la récolte intensive de ses fruits sans danger pour sa survie.



## Potentiel commercial

**Alimentaire :** Feuilles, sous forme de tisanes ; Graines sous forme d'épice, de marinade ou d'aromate, notamment pour rehausser la mousse et les saveurs des bières.

**Médicinal :** Utilisé en huile essentielle. Décoction des branches comme diurétique. Les racines broyées sont trempées dans l'eau chaude pour traiter l'inflammation.



## Identification

- **Tiges** multiples, très ramifiées, rameaux pubescents et glanduleux.
- **Feuilles** simples, très aromatiques, dentées dans le tiers supérieur.
- **Fleurs** unisexuées, en chaton.

## Autres informations

**Pigment :** Concentration importante de flavonoïdes utilisé pour la teinture de la laine et du tissu.

## Avertissement

Les femmes enceintes devraient éviter de la consommer, car elle pourrait provoquer l'avortement.

Information complémentaire disponible :  
[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)  
[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Noisetiers

*Corylus sp.*



## Description

Le noisetier à long bec (ou coudrier) est l'espèce indigène retrouvée à l'état sauvage. Chaque arbuste peut produire jusqu'à 6 kg de noisettes annuellement. D'autres, dont les noisetiers hybrides, permettent d'obtenir des rendements de récolte plus intéressants.



## Parties de la plante

Les noisettes.



## Culture et récolte

Il faut au moins deux noisetiers pour obtenir des noisettes. En culture, les arbustes peuvent être espacés de 2 m, en plein soleil et sur un sol bien drainé. La récolte des noisettes se fait à l'automne, mais méfiez-vous de la prédation par les écureuils! Les noisettes se conservent jusqu'à 12 mois en coque dans un entrepôt frais et sec.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Huile, noisettes écalées ou en coque, assaisonnements, etc.

**Médicinal** : L'huile est antioxydante et tonique; les noisettes sont anti-inflammatoires, anti-anémiantes et reminéralisantes.

## Identification (*sp. cornuta*)

- **Tiges** multiples, dressées, ramifiées, brun pâle à lenticelles pâles.
- **Feuilles** alternes, simples, acuminées et doublement dentées, dessous pubescent.
- **Fleurs** en chatons.
- **Fruits** en nucules (noisettes).

## Autres informations

**Profil nutritionnel** : Apport en vitamine E et A, Cu, Mg, P, Mn, Ca, Se, Zn, Vitamines B5 et B6.

Riche en lipides.

**Usage recommandé** : Une cuillère à soupe d'huile par jour.

## Avertissement

Consommer l'huile avec modération.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Sapin baumier

*Abies balsamea*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Cet arbre tolérant à l'ombre est l'un des plus communs de notre région. Il peut atteindre 25 m de hauteur et est mature autour de 50 ans. Son bois mou permet de produire plusieurs produits de transformation.



## Parties de la plante

Les pousses annuelles sont utilisées pour la production de produits alimentaires transformés ou séchées et employées comme épice.



## Culture et récolte

Idéalement, la récolte des pousses devrait se faire tôt au printemps lorsque ces dernières sont tendres.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Épices, gelées ou tisanes.

**Médicinal** : Vertus antioxydantes, antiseptiques, désinfectantes, diurétiques, expectorantes, laxatives, stimulantes et toniques. Utilisé dans les crèmes, les baumes, le sirop, le thé, en hydrosol, en infusion, etc.



## Identification

- **Houppier** conique.
- **Tronc** gris, droit et élancé, d'abord lisse, devenant crevassé avec l'âge.
- **Aiguilles** plates et persistantes.

## Autres informations

**Profil nutritionnel** : Vitamine C.

**Sensibilité** : Sujet à la tordeuse des bourgeons de l'épinette qui cause du dépérissement dans les peuplements matures selon des cycles récurrents (environ tous les 30 ans).

**Attrait faunique** : Les bosquets sont utilisés par les lièvres ; en ravage les peuplements matures abritent les cerfs en hiver.

## Avertissement

Consommer avec modération. Peut causer des éruptions cutanées chez certaines personnes.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Sumac vinaigrier

*Rhus thyphina*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Arbuste ou petit arbre pouvant atteindre 6 m de hauteur, mais qui ne fait généralement pas plus de 3 m. Il colonise les sites sablonneux ou rocaillieux des milieux ouverts. Les fruits sont comestibles et aromatiques.



## Parties de la plante

Les fruits au goût vinaigré et acidulé sont consommés frais ou séchés et moulus en épices.



## Culture et récolte

La croissance de la plante est favorisée par des conditions de plein soleil. Elle produit aussi des drageons. La récolte des fruits se fait dès leur maturité à la fin de l'été, avant que les insectes ne s'y installent.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Épices, limonades de fruits ou de fleurs par macération (fraîches ou séchées).

**Médicinal** : Vertus antioxydantes, antiseptiques, diurétiques, immunostimulantes et toniques.



© Flore laurentienne

## Identification

- **Tige** dressée, peu ramifiée, présence de lenticelles, rameaux veloutés pubescents.
- **Feuilles** alternes, dentées, composées de 11-31 folioles.
- **Fleurs** en cônes dressés.

## Autres informations

**Autre utilisation** : Cette espèce est mellifère et les fruits persistants nourrissent de nombreux oiseaux en hiver.

**Préparation** : Lorsqu'elle est bouillie, la plante libère des taxols qui dégagent une forte amertume.

## Avertissement

Certaines personnes sont allergiques au sumac, particulièrement celles très sensibles à l'herbe à puce.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS



# Sureaux

*Sambucus spp. (plusieurs espèces)*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Le sureau est un arbuste fréquemment retrouvé dans nos boisés s'élevant entre 3 et 4 m de hauteur. Les fruits crus n'ont pas très bon goût, mais libèrent de beaux arômes une fois cuits.



## Parties de la plante

Les fruits sont surtout consommés cuits, parfois séchés (voir avertissement).



## Culture et récolte

Boutures faciles ; il est possible d'optimiser les conditions de croissance en le plantant dans un sol frais et humide, avec un bon ensoleillement. La récolte des baies se fait à la main, de la mi-août à la mi-septembre.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Confitures, gelées, sirop, vins, tisanes, sambuca, jus, etc.

**Médicinal** : Les baies ont des vertus antioxydantes et antivirales, utilisées en tisanes pour combattre les symptômes grippaux. Les fleurs sont employées pour la préparation de baumes, crèmes, huiles, infusion, etc.



## Identification

- **Tige** rigide.
- **Feuilles** finement dentées et composées, de 5-7 folioles.
- **Fleurs** blanc crème, en cime terminale, souvent pyramidale.
- **Fruits** en drupes rouge vif.

## Autres informations

**Profil nutritionnel** : Vitamine C, riboflavine, K, protéines et glucides. Ne contient pas de pectine.

**Autre utilisation** : Haie brise-vent, arbre faunique, teinture.

## Avertissement

La consommation des branches, de l'écorce, des feuilles et des racines peut induire des nausées, vomissements et diarrhées en raison des composés cyaniques qui y sont contenus.

La consommation des fruits crus est aussi à éviter en raison d'effets laxatifs et diurétiques associés.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Thé du Labrador

## *Rhododendron groenlandicum*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

### Description

Principalement retrouvé sur des sols sablonneux ou en tourbières sur des sols organiques épais, cet arbuste aromatique se dresse généralement de 30 à 80 cm de hauteur. Il accompagne souvent l'épinette noire dans les milieux mal drainés. Ses feuilles persistantes ont un dessous laineux de couleur orangée.



### Parties de la plante

Les fleurs et les feuilles sont aromatiques et largement utilisées pour l'infusion de tisanes.



### Culture et récolte

La croissance de la plante est favorisée dans les sols acides et une exposition plein soleil. La récolte des feuilles peut être réalisée toute l'année, mais privilégier la cueillette des nouvelles feuilles. La récolte des fleurs peut se faire dès juin.



### Potentiel commercial

**Alimentaire** : Épices, tisanes de fleurs et de feuilles (fraîches ou séchées).

**Médicinal** : Utilisé en huile essentielle, hydrosol, huile infusée, pommade et autres produits.

### Identification

- **Tige** dressée couverte de poils blancs devenant roux.
- **Feuilles** alternes, dessus vert foncé, dessous laineux ocre à orange.
- **Fleurs** blanches composées de 5 pétales et disposées en ombelles terminales, dès juin.

### Autres informations

**Profil nutritionnel** : Apport en vitamine C.

**Usage recommandé** : Une à deux tasses de tisane par jour.

### Avertissement

À consommer avec modération. Les femmes enceintes ou les personnes connues pour faire de la haute pression sont particulièrement sensibles aux effets cathartiques de la plante pouvant occasionner des diarrhées.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Thuja occidental (cèdre)

*Thuja occidentalis*

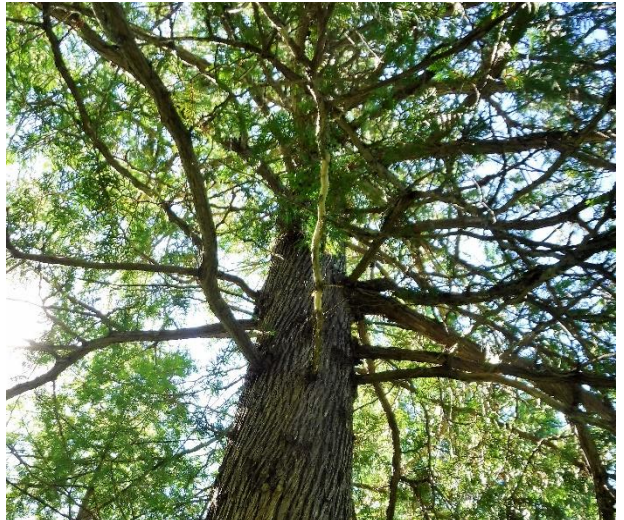


Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

## Description

Cette espèce d'arbre, résistante à la pourriture et aux insectes, est longévive; elle peut vivre plus de 400 ans! S'élevant jusqu'à 20-25 m de hauteur et tolérante à l'ombre, on la retrouve malheureusement moins fréquemment aujourd'hui qu'à l'époque coloniale : c'est une espèce en déclin qui profite des coupes progressives pour se reproduire par marcottage et par graines.



## Parties de la plante

Les feuilles sont aromatiques et peuvent être préparées en épices ou en gelées savoureuses.



## Culture et récolte

Le thuya tolère une bonne gamme de conditions du sol. Une récolte durable des feuilles peut être réalisée à la main et contribuer au développement de produits agroalimentaires du terroir.



## Potentiel commercial

**Alimentaire** : Gelées, épices, huiles, limonades ou pour aromatiser les alcools.

**Médicinal** : Huile essentielle, huile capillaire, baume et autres produits.

## Identification

- **Tronc** droit, à l'écorce lisse lorsque jeune, devenant plus grisâtre, fibreuse et en lanière étroite à maturité.
- **Rameaux** aplatis et sans bourgeons.
- **Feuilles** persistantes, squamiformes imbriquées.

## Autres informations

**Toxicologie** : L'huile essentielle de thuya contient de la thuyone, une molécule neurotoxique et abortive.

## Avertissement

L'usage de l'huile essentielle est à éviter chez les enfants de moins de 7 ans, pendant la grossesse et l'allaitement. Il ne faut ni ingérer cette huile essentielle, ni la diffuser pure.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Viorne cassinoïde

## Viburnum cassinoïde



### Description

Aussi connue sous le nom d'alisier, la viorne cassinoïde se retrouve dans plusieurs boisés, dont ceux avec un sol frais et humide ou le long d'un cours d'eau. Les fruits sont comestibles et aromatiques, meilleurs séchés que frais.



### Parties de la plante

Fruits aromatiques, comestibles frais, mais meilleurs séchés. Frais, les fruits présentent une amertume et sont plutôt fades ; séchés leur goût rappelle celui de la figue ou du bleuet.



### Culture et récolte

La récolte des fruits se fait à la main, idéalement après un premier gel.



### Potentiel commercial

**Alimentaire** : Les baies sont consommées fraîches, ou dans la préparation de sauces ou d'assaisonnements.

**Médicinal** : Vertus antispasmodiques, toniques et sudorifiques.

### Identification

- **Tige** aux branches ascendantes.
- **Feuilles** simples, opposées, irrégulièrement dentées ou crénelées.
- Fleurs en cime terminale aplatie ou convexe.
- **Fruits** en drupes rose-rouge devant bleu foncé à maturité.

### Autres informations

**Profil nutritionnel** : Vitamine C.

### Avertissement

Pas de risque répertorié pour la consommation des baies.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS

# Viorne trilobée

## *Viburnum opulus*



Valorisation  
des produits  
forestiers  
non ligneux

MRC des Etchemins

### Description

Aussi connue sous le nom de Pimbina, la viorne trilobée est un arbuste de taille moyenne mesurant de 1 à 4 m de hauteur. Espèce assez fréquente dans les boisés modérément denses ou en lisière de ces derniers, mais également dans les clairières, le long des chemins et des rives.



### Parties de la plante

L'arbuste produit une abondance de baies persistantes. L'écorce est connue pour ses vertus médicinales sédatives.



### Culture et récolte

La culture devrait se faire sur un sol humide et bien drainé et être située en plein soleil pour une production optimale. La récolte des baies devrait se faire tardivement en automne, après le premier gel. Elles seront alors plus sucrées et juteuses.



### Potentiel commercial

**Alimentaire** : Baies cuites, sous forme de gelées, de sauces, de sirops, de vins ou de jus.

**Médicinal** : Écorce, sous forme de macérat utilisé dans les crèmes et les baumes pour soulager les crampes, les douleurs musculaires et menstruelles.



### Identification

- **Tige** dressée, jusqu'à 4 m de hauteur.
- **Feuilles** opposées, simples, trilobées.
- **Fleurs** blanches, nombreuses, disposées en cime terminale ; les fleurs périphériques sont stériles.

### Autres informations

**Profil nutritionnel** : Vitamine C.

**Valeur faunique** : Malgré l'abondance des fruits, seuls les perdrix et les dindons sauvages semblent vraiment l'apprécier.

### Avertissement

Il est préférable de cuire les baies avant d'en consommer en grande quantité.

Information complémentaire disponible :

[www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

[www.mrcetchemins.qc.ca](http://www.mrcetchemins.qc.ca)



Agence de mise en valeur  
des forêts privées des  
Appalaches

MRC DES  
ETCHEMINS



## Ouvrages de référence

- Frère Marie-Victorin (1935) FLORE LAURENTIENNE, Gaetan Morin éditeur, Les presses de l'Université de Montréal, 1093 p.
- Gray, B. (2011) THE BOREAL HERBAL, WILD FOOD AND MEDICINE PLANTS OF THE NORTH, Aroma borealis, 440 p.
- Leboeuf, M. (2007) ARBRES ET PLANTES FORESTIÈRES DU QUÉBEC ET DES MARITIMES, Éditions Michel Quintin, 391 p.
- MacKinnon A. et collaborateurs (2009) EDIBLE AND MEDICINAL PLANTS OF CANADA, Lone Pine Publishing, 448 p.
- MRNF (2023) Petite Flore forestière du Québec,
- Mudge, K. et S. Gabriel (2014) FARMING THE WOODS, AN INTEGRATED PERMACULTURE APPROACH TO GROWING FOOD AND MEDICINALS IN TEMPERATE FORESTS, Chelsey Green Publishing, 359 p.
- Poulin, E. et Demers, S. (2013) GUIDE DES PRINCIPAUX PFNL DE L'ESTRIE, Coopérative de solidarité Cultur'Innov, 213 p.
- Weisemen, W., Halsey, D. et B. Ruddock (2014) INTEGRATED FOREST GARDENING, THE COMPLETE GUIDE TO POLY CULTURES AND PLANT GUILDS IN PERMACULTURE SYSTEMS, Chelsey Green Publishing, 310 p.

## Consultations en ligne

AIRELLES DES FRÈRES (LES) [Consulté 03-2024] [airellesdesfreres.com](http://airellesdesfreres.com)

FERME DES CENT ACRES [Consulté 11-2023] [centacres.ca](http://centacres.ca)

GOURMET SAUVAGE [Consulté 02-2024] [gourmetsauvage.ca](http://gourmetsauvage.ca)

MAPAQ [Consulté 03-2024] [mapaq.gouv.qc.ca/fr/Transformation/soutienentreprises/Pages/Services-conseils.aspx](http://mapaq.gouv.qc.ca/fr/Transformation/soutienentreprises/Pages/Services-conseils.aspx)

MAUVAISES HERBES [Consulté 08-2023] [lesmauvaisesherbes.com](http://lesmauvaisesherbes.com)

PÉPINIÈRE AUX ARBRES FRUITIERS [Consulté 03-2024] [arbres-fruitiers.ca](http://arbres-fruitiers.ca)

RACINES BORÉALES [Consulté 02-2024] [racinesboreales.ca](http://racinesboreales.ca)

TRÉSORS DES BOIS [Consulté 02-2024] [tresorsdesbois2.com](http://tresorsdesbois2.com)

TRUFFES QUÉBEC [Consulté 08-2023] [truffesquebec.com](http://truffesquebec.com)

VIOLON ET CHAMPIGNON [Consulté 02-2024] [violonetchampignon.com](http://violonetchampignon.com)

## Formations

Cueillette et culture des produits forestiers non ligneux, Association des producteurs de boisés de la Beauce, [apbb.ca](http://apbb.ca)

Initiation à la cueillette des plantes médicinales et comestibles, Les choux gras, [leschouxgras.com](http://leschouxgras.com)

Initiation à la cueillette de champignons comestibles, Cultur'Innov, [culturinnov.qc.ca](http://culturinnov.qc.ca)



## Valorisation des produits forestiers non ligneux

MRC des Etchemins

### Recherche et rédaction

Gabrielle Préfontaine-Dastous, M.Sc., biologiste et coordonnatrice de projets multiresources à l'Agence.

### Révision

Jean-Pierre Faucher, ingénieur forestier et directeur à l'Agence

### Citation

Préfontaine-Dastous, Gabrielle (2024) LES PRODUITS FORESTIERS NON LIGNEUX, Développement et valorisation dans la MRC des Etchemins, Agence de mise en valeur des forêts privées des Appalaches, 28 p.

## À vous d'agir !

Ce document a permis de réaliser un survol des principaux PFNL à valeur commerciale présents dans la MRC des Etchemins. Nous vous invitons à consulter d'autres références en complément d'information.


Les produits forestiers non ligneux vous intéressent ? La rédaction d'un plan d'affaires peut vous aider à planifier la confection d'un nouveau produit ou d'une nouvelle entreprise.

Nous avons hâte d'entendre parler de vos projets !




N'hésitez pas à nous contacter  
pour plus d'information !

## Pour nous joindre

 [gabrielle.prefontaine-dastous@amvap.ca](mailto:gabrielle.prefontaine-dastous@amvap.ca)

 [www.amvap.ca](http://www.amvap.ca)

 418-625-2100

