

L'ORTIE

Les vrais noms de ces plantes, ô combien détestées, sont *urtica dioica* pour la grande ortie et *urtica urnes* pour la petite. Toutes deux font partie de la famille des urticacées, ce qui donna bien entendu le mot urticant.

C'est une plante vivace pouvant atteindre 1,50 m de haut. Elle pousse en général dans des sols très riches en azote, aux bords des villages ou des fermes. Elle aime également les zones fraîches et ombragées. Et curieusement, elle pousse très souvent dans les lieux de passage des troupeaux. C'est une plante très répandue sur le massif du Jura, surtout la grande.

Mais pourquoi cette plante pique? Elle est pourvue d'une multitude de petits poils très fragiles le long de sa tige. Sous ses feuilles, à la base de ses petits poils, se trouve une petite ampoule, qui contient un liquide urticant, qui sera forcément libéré, si les petits poils cassent.

Mais avec un peu d'entraînement, elle peut être cueillie sans douleur.

Les feuilles sont utilisées depuis très longtemps dans la cuisine traditionnelle jurassienne. Cette plante peut également être utilisée pour faire dégorger les escargots de Bourgogne avant de les cuisiner.



Pommes de terre aux orties

6 personnes

Ingrédients

- 6 grosses pommes de terre
- 60 feuilles d'orties
- 20 cl de crème épaisse
- Sel poivre
- Une pincée de muscade

1 - Tout d'abord, cuire au four les grosses pommes de terre.

2 - Une fois les pommes de terre bien cuites, à l'aide d'une petite cuillère, creuser le centre.

3 - Récupérer la chair puis y ajouter, en travaillant à la spatule, la crème et les feuilles d'orties finement hachées.

4 - Ajouter une pointe de muscade, du sel et du poivre.

5 - Garnir les pommes de terre à l'aide de cette préparation.

6 - Les mettre ensuite dans un plat à gratin et les faire dorées doucement au four.

