



LOCALE

Si vous ne connaissez pas les graines rouges au goût acidulé du sumac ou ne sa-

Si vous ne connaissez pas les graines rouges au goût acidulé du sumac ou ne savez pas reconnaître la saveur sauvage du calament (*calamintha medicinalis*), du plantain (*plantago lanceolata*), prenez rendez-vous avec Antoine Verdier, guide et non moins (chef) cuisinier. La randonnée facile débute au pied de Ste-Victoire. Sur le chemin monte à peine, il explique au fur et à mesure toutes les espèces rencontrées. "On n'en récolte qu'un tiers, explique Antoine, les deux autres doivent rester disponibles pour la nature (le renouvellement) et les animaux". On n'arrache jamais une plante, elle doit être coupée avec un couteau, Opinel aiguisé de préférence. Chemin faisant, le panier se remplit et, arrivé au terme de l'itinéraire, le groupe rejoint l'atelier de cuisine. Chacun participe à la préparation du repas. Qui pour ajouter de l'huile à l'élaboration des mayonnaises (aux

fleurs d'hélichrysum ou au piment et crocus safran), qui pour râper ou tailler les courgettes en julienne. Antoine, en fin cuisinier, dévoile ses trucs. La table dressée, les convives prennent place et dégustent. A la fin du repas, chacun se sent à la fois repu et grâce aux plantes, plus intelligent. Et se promet de récolter dans l'avenir les espèces comestibles qui, en outre, guérissent de beaucoup de maux. Cuisine et saveurs sauvages, nouvel atelier lancé par [Huwans](#) Clubaventure, Village Oxyane, la petite Bastide, RN8 à Bouc-Bel-Air (38 €), 04 88 66 48 00.

Audrey Desanto