

L'argousier : de la couleur et de la santé!

Par Geneviève Rodier, étudiante en agronomie



Une grande conscientisation s'opère actuellement sur l'importance de développer de saines habitudes alimentaires. Le consommateur moyen s'informe davantage et recherche des produits, si possible naturels, lui permettant de vivre plus longtemps et en meilleure santé physique. Face à cette demande accrue, les producteurs de fruits et légumes sont mis à l'avant-scène et on voit se développer des productions encore très peu exploitées en Amérique du Nord. Ainsi, on commence à entendre parler de la production d'argousier, une véritable panacée qui fera sans doute sa marque dans un avenir prochain.

Originaire de l'Europe et du nord de la Chine, l'argousier fait partie des Éléagnacées et a comme nom latin *Hippophae rhamnoides*. Ce nom provient apparemment du peuple grec et lui aurait été attribué parce que ces derniers en nourrissaient leurs chevaux dont le pelage devenait reluisant, d'où *Hippo* (cheval) et *phaos* (reluire). L'argousier est un arbuste de trois à quatre mètres de hauteur dont le fruit est un akène orange

vif. Sa rusticité de zone 3 lui permet de bien survivre aux températures hivernales sans problème majeur. De plus, cette plante pousse dans un sol peu fertile et est résistante aux embruns salins.

Les premiers plants d'argousier ont été introduits au Québec il y a plus de 60 ans pour leur valeur ornementale, leur qualité de brise-vent et leur système racinaire puissant offrant une protection contre l'érosion des sols près des cours d'eau. Ce n'est que depuis peu que les chercheurs d'ici s'intéressent plus particulièrement aux propriétés nutraceutiques et médicinales de cet arbrisseau. On lui reconnaît une panoplie de qualités hautement recherchées. Entre autres, ses fruits, ainsi que ses feuilles et ses graines recèlent des vitamines A, C, E, B₁, B₂, F, K et P, des protéines, des acides gras saturés (acide palmitique et palmitoléique) et insaturés (acides linoléique et linolénique) et des hydrates de carbone. L'activité antioxydante puissante de l'argousier est aussi grandement reconnue.

Si on ne fait que commencer à parler de l'argousier en Amérique du Nord, on l'utilise depuis plusieurs centaines d'années en Europe, en Chine et en Russie. On retrouve actuellement des produits alimentaires de toutes sortes, tels des

jus, des gelées, des liqueurs, des bonbons, des suppléments, des huiles, des breuvages alcoolisés, etc. On développe également des produits cosmétiques, tels des crèmes faciales, des crèmes solaires, des lotions pour le corps et des shampoings.



Fruits de l'argousier

Pratiquement toutes les parties de la plante sont utilisées pour être transformées en différents produits aux propriétés variées et les bénéfiques procurés par ceux-ci sont très nombreux. L'effet régénérateur de l'argousier est particulièrement recherché pour le traitement de différentes maladies de la peau, telles l'acné, le psoriasis, l'eczéma, les dermatites, et pour soigner les brûlures. On l'utilise également pour guérir les ulcères buccaux, la gingivite, les ulcères gastriques, l'inflammation du colon, etc. La liste des bienfaits de tous les produits à base d'argousier est impressionnante et l'intérêt pour cet arbuste a bel et bien lieu d'être. Reste tout de même à développer entièrement le marché en Amérique du Nord.

Au Québec, on peut déjà compter quelques dizaines de producteurs regroupés dans une association fondée en 2001. Pour l'instant, la transformation de leur production se fait uniquement de façon artisanale. De plus, la régie de culture et surtout la récolte des fruits restent à améliorer. Cependant, l'Association des producteurs d'argousier du Québec, en association avec Développement économique Canada, travaillent constamment afin de favoriser la recherche et le développement sur l'argousier. D'ailleurs, ici même, à l'Université Laval, des chercheurs s'affairent à étudier différentes variétés et différents cultivars d'argousiers dans plusieurs régions du Québec.

Alors retenez bien ce nom, car vous ne tarderez certainement pas à le voir sur l'étiquette de certains produits en magasin!



Un plant d'argousier peut être très productif.