

Le pouvoir des plantes

Au Jardin d'un rêve, dans la commune de Saint-Corneille, Marie-Corine Ribot-Lesergent cultive des fleurs ainsi que des plantes aromatiques et médicinales. Une production 100 % naturelle.

Photo Le Jardin d'un rêve



■ S'y rendre

Le Jardin d'un rêve est présent sur le marché de Bonnétable, le vendredi de 16 h 30 à 19 h 30, dans les fêtes et salons du bien-être des alentours. Prochain rendez-vous : le parcours du bien-être, les 20 et 21 juin à Montbizot. Renseignements au 06 28 17 15 37 ou www.facebook.com/lejardindunreve.

■ La variété au menu

L'hydrolat se boit, s'applique sur la peau, s'utilise en cuisine. Le panel de variétés est large : cookie chocolat lavande ou le financier au géranium rosat en font partie, sans compter les infusions, vinaigres, confits et autres sirops.

Photo Le Jardin d'un rêve



■ Reconversion professionnelle

Le Jardin d'un rêve, c'était le rêve de Marie-Corine Ribot-Lesergent. Elle s'est lancée en 2013 après une formation auprès de Jean-Pierre Scherer, spécialisé en agronomie et botanique. Une vraie reconversion professionnelle après une carrière en informatique dans la grande distribution. Depuis, elle cultive les 2,5 hectares de terre autour de sa ferme et récolte çà et là des plantes sauvages pour créer ses hydrolats.



Une fois que les végétaux sont passés à la vapeur, ils sont totalement vidés de leurs principes actifs.

La production naturelle de Marie-Corine Ribot-Lesergent, sans herbicides ni insecticides donc, lui permet notamment de fabriquer des hydrolats destinés au bien-être et à une cuisine créative.

L'action de la vapeur

« L'hydrolat ou eau de fleur, c'est de l'hydrodistillation, de la distillation de fleurs et de plantes à la vapeur d'eau », explique la créatrice. « L'eau est chauffée pour produire de la vapeur. Celle-ci passe dans une cuve qui contient les végétaux pour en capturer les molécules aromatiques. En refroidissant, la vapeur redevient liquide sous forme de condensation, c'est alors de l'hydrolat. Les huiles essentielles remontent à sa surface. »

Seul l'hydrolat intéresse Marie-Corine Ribot-Lesergent.

« Avec un kilo de plantes, on obtient environ un litre d'hydrolat », ajoute Christophe, son époux, tout aussi passionné par les bienfaits du produit et la simplicité du procédé. « Il faut toutefois un peu d'équipement. Au tout début, notre production était totalement artisanale avec une cocotte-minute et de l'eau de source qu'on allait chercher au bidon, en Mayenne, puis à Lombron. À présent, l'installation est semi-professionnelle, nous avons plusieurs cuves et un adoucisseur d'eau. »

Une centaine de variétés

« Les hydrolats sont moins concentrés que les huiles essentielles, mais possèdent de nombreux atouts. » Ail des

ours, aubépine, prêle, coquelicot, géranium rosat, mélisse, ortie, pissenlit, et autres : une centaine de plantes et de fleurs entrent dans la composition des hydrolats. Leurs bienfaits sont connus pour beaucoup depuis l'Antiquité.

« Associés, certains permettent une détoxification, le frêne et la carotte favorisent le lâcher-prise, la sauge, la lavande, l'achillée ou assurent un bon sommeil (mélisse, tilleul). »

Photo Le



Au programme régulièrement, le nettoyage des plantations.