ALISIER TORMINAL

Sorbus torminalis

Famille	Rosacées
Origine	Europe, Asie, Afrique du Nord.
Taille	15 à 25 m
Floraison	Mai à juin
Parties comestibles	Fruits (alises)
Période de cueillette	Octobre à novembre (après blettissement)

Propriétés médicinales

Les fruits de l'alisier torminal ont des propriétés astringentes remarquables. Ils étaient autrefois utilisés pour lutter contre les diarrhées et les coliques (d'où son nom « torminalis » du latin tormina = coliques). Les fruits ont également des effets anti-oxydants et toniques. Les tanins qu'ils contiennent contribuent à resserrer les tissus et calmer les inflammations intestinales.

Recette de cuisine

Compote d'alises aux pommes : 300g d'alises très mûres, 2 pommes douces, 1 cuillère à soupe de miel, 1 pincée de cannelle, un petit verre d'eau. Mettre les alises et les pommes coupées dans une casserole avec l'eau. Cuire à feu doux 20 minutes. Mixer au moulin à légumes. Ajouter le miel et la cannelle. Servir tiède ou froid.

Le « Saviez-vous ? »

Les alises étaient autrefois vendues sur les marchés, notamment à Paris, jusqu'au XIX° siècle. L'arbre est rare aujourd'hui car son bois précieux a été surexploité pour la lutherie et l'ébénisterie.

Comment le cultiver ?

Sol frais, bien drainé, exposition ensoleillée ou mi-ombre. Peu exigeant mais sensible aux sols trop secs ou trop compacts.