



EDITORIAL

Cette année du centenaire nous invite à revisiter le passé.

C'est ainsi que je conserve le souvenir des années 70, durant lesquelles nous considérons que pour protéger la nature, il fallait "la mettre sous cloche", n'en laisser l'approche qu'à quelques initiés.

Aujourd'hui, la stratégie s'est radicalement inversée. Nous avons, en effet, la certitude que c'est en partageant le patrimoine naturel, avec le plus grand nombre, que ce dernier bénéficiera de l'indispensable protection.

C'est ainsi que chacun, s'appropriant la nature, en devient responsable. La "science participative", qui invite les citoyens à observer pour enrichir les données naturalistes, participe de cette démarche. Et l'on voit bien qu'elle génère progressivement une participation toujours plus forte. Nul besoin d'être un biologiste de haut niveau. Il suffit d'être "curieux de nature" et se conformer aux protocoles proposés.

Les adhérents de la LPO se montrent très représentatifs dans les collectes d'informations. Sur son balcon, dans son jardin, lors de sorties à la campagne, chacun peut enrichir ainsi les connaissances.

Le Muséum national d'Histoire naturelle ne s'y trompe pas. Il encourage la participation avec de nombreux observatoires qui permettent d'obtenir de précieux "indicateurs" donnant notamment l'état de santé de la biodiversité.

Dans les pays anglo-saxons, la science participative, portée par les citoyens "sentinelles", est devenue un véritable sport national. Les enfants de Buffon, Cuvier et autre Lamarck que nous sommes ont bien l'intention de rattraper le temps perdu !

A. BOUGRAIN DUBOURG

Mésange charbonnière



PROTÉGER p 2

- Retour sur le Colloque Francophone d'Ornithologie (CFO)
- Appel à tous les propriétaires de fenêtres !
- Retour sur la vague de froid
- Bilan "Oiseaux en détresse" 2011

SENSIBILISER p 4

- Animations pour tous à la RNR de Limay (Yvelines)
- Prêts pour la nidification ?
- La Fête de la Nature : un rendez-vous à ne pas manquer !
- Les oiseaux chantent, apprenez à les reconnaître !
- La parole à ... Roger Cartret

AGIR p 6

- Actualités départementales
- Partagez vos observations !
- Tous à vos jumelles pour les demoiselles du printemps !
- Envie d'agir avec la LPO ?

AGENDA p 8

- Une recette surprise de saison !



Retour sur le Colloque Francophone d'Ornithologie (CFO)

Le CFO ?

La 34^e édition du Colloque Francophone d'Ornithologie s'est tenue le week-end des 10-11 décembre à Paris. Près de 350 personnes (participants, exposants, intervenants et bénévoles LPO) sont venues à la Cité internationale universitaire pour assister aux communications. Cette année, 50 jeunes de moins de 25 ans ont participé au colloque et nous espérons que cela suscitera des vocations.



Les participants dans l'espace de conférence.

Les communications orales

Les interventions, traitant de sujets variés, ont captivé l'assemblée et ont amené de nombreuses questions de la part du public. Deux thématiques emblématiques de l'année 2011, la forêt et l'outre-mer, ont été à l'honneur et ont fait l'objet de deux séances de présentations. Un spectacle naturaliste, "Comme un oiseau migrateur...", réalisé par la compagnie Plume en l'air, a aussi permis d'aborder les migrations de façon originale. Imitations, battements d'ailes et anecdotes étaient au rendez-vous !

Des expositions en tous genres

Des artistes naturalistes (peintres, dessinateurs, sculpteur), des libraires et des associations étaient présentés à cette occasion.



Le spectacle naturaliste

Cela a permis au public de découvrir quatorze stands d'exposition durant les temps de pause. Une exposition sur les oiseaux d'outre-mer était également disposée dans les galeries.

Les perspectives d'avenir du CFO

Le CFO laisse place en 2012 au "Festival Birdfair - De l'oiseau au tourisme de nature". Cet événement aura lieu à Paimboeuf sur les espaces naturels remarquables de la rive sud de l'estuaire de la Loire.

Réservez vos dates les 21, 22 et 23 septembre 2012 ! Site internet : www.birdfair.fr

Contact : contact.festival@lpo.fr

Benjamin Javaux



Les temps de pause

Appel à tous les propriétaires de fenêtres !

Vous avez un balcon ou une terrasse et vous souhaitez y inviter la nature ? La nouvelle formule "Refuge balcon LPO" est faite pour vous !

Grâce à ce nouvel outil, depuis fin mars, il vous est possible de rejoindre le réseau des Refuges LPO. Avec des gestes simples, vous pouvez, même au cœur des villes, accueillir la nature.

Si le balcon est agrémenté de quelques jardinières fleuries, de plantes sauvages et d'un ensemble bien aménagé, il sera alors fort agréable de s'y évader le temps d'un café ou d'y bouquiner paisiblement.

Le balcon peut même constituer un espace où vous pourrez tester vos gîtes pour chauves-souris, vos nichoirs pour oiseaux (moineaux, mésanges, hirondelles de fenêtres...), ainsi que vos plantations d'herbes aromatiques et sauvages pour les butineurs (abeilles, papillons...). N'hésitez pas à en parler autour de vous et faites vous aussi de votre balcon un refuge pour la nature.

Renseignements et inscriptions : refuges@lpo.fr

Service Refuges LPO 05 46 82 12 34

Olivier Paikine



Retour sur la vague de froid

Suite à la vague de froid conséquente subie au début du mois de février, le protocole "gel prolongé" a été déclenché par l'Office National de la Chasse et de la Faune Sauvage.

Pour bilan : La chasse a ainsi été suspendue pour les grands turdidés (grives et merles) et la bécasse des bois, du 7 au 20 février dans tous les départements de la grande couronne ainsi que le Val-de-Marne.

La vague de froid s'est arrêtée autour du 12 février. Cependant, la prolongation de la suspension de la chasse jusqu'à sa date de fermeture, fixée au 20 février, a permis à des espèces comme la bécasse des bois, de reconstituer ses réserves d'énergie en toute quiétude.

Certes, nous aurions apprécié une fermeture globale de la chasse car les colombidés n'ont pas été considérés dans ces arrêts

préfectoraux, mais il s'agit déjà d'une grande étape dans la préservation des espèces !

La LPO salue la collaboration des différents acteurs concernés (ONCFS, Directions Départementales du Territoire (DDT et DRIEE), Préfets de département, Fédérations de chasse, ainsi que les autres associations de protection de la nature tel que le Centre Ornithologique d'Ile-de-France).

Audrey Maurin



Parc des sources de la Bièvre



Bécasse des bois

Bilan "Oiseaux en détresse" 2011

La LPO Ile-de-France conseille et oriente les particuliers afin de porter secours aux oiseaux sauvages en détresse.

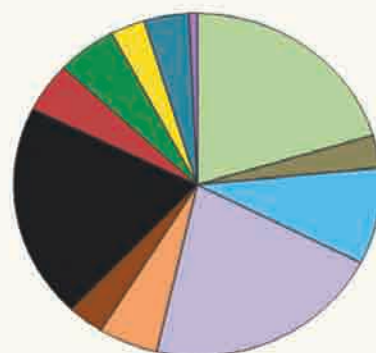
En 2011, sur les 540 appels reçus à l'antenne LPO Ile-de-France sur ce sujet, plus de 60% se concentrent entre mi-mai et mi-août. À cette période de l'année, le nombre conséquent d'appels est en fait lié aux jeunes tombés du nid (cf. en complément, le dossier sur les oisillons dans la rubrique "sensibiliser").

Les tendances de l'année passée

Par département : 25% des appels ont concerné des oiseaux provenant de Paris, tandis que tous les autres départements de la région avoisinent les 10%.

Par centre de Sauvegarde : en conséquence, le Cédaf (Centre de Sauvegarde pour la Faune Sauvage de Maisons-Alfort) accueille près de la moitié de ces animaux en détresse. Pour un quart, nous transmettons majoritairement des conseils sur le nourrissage et le relâcher (notamment en faveur des juvéniles), ou nous orientons vers des vétérinaires identifiés. Les autres oiseaux ont été confiés à la Société Protectrice des Oiseaux des Villes (14% -

Famille des espèces concernées



pigeons des villes), à l'association Chevêche 77 (7%), à l'Espace Rambouillet (5% - rapaces), à l'Association de Défense et de Sauvegarde des Cygnes (2% - cygnes), l'Envol (2%), et à des centres hors Ile-de-France (1%).

Par espèce : 690 individus ont été comptabilisés au total, pour 53 espèces différentes (50 d'oiseaux et 3 de mammifères). Sur le graphique, trois familles d'espèces vont se distinguer en représentant chacune 20% des

appels : le martinet noir, les colombidés et les passereaux de petite taille.

Remerciements

Enfin, nous profitons de cet article pour remercier l'ensemble des acteurs de la chaîne de soins qui contribuent quotidiennement à la préservation de notre patrimoine naturel (centres de sauvegarde, découvreurs/transporteurs, bénévoles, vétérinaires...).

Audrey Maurin

Animations pour tous à la RNR de Limay (Yvelines)

Un site riche à découvrir

La Réserve Naturelle Régionale (RNR) du site géologique de Limay est une ancienne carrière située à environ 50 km de Paris dans les Yvelines. Ce site a été classé RNR en octobre 2009. Il possède une grande richesse floristique et une grande variété d'espèces animales : oiseaux, reptiles, amphibiens, ... mais aussi chevreuils, sangliers, renards et blaireaux.

Pour faire découvrir la richesse de sa réserve, la ville de Limay met en place depuis de nombreuses années des animations avec différentes associations de protection de l'environnement, et notamment avec la LPO Ile-de-France.

Sensibilisation de tous les publics

Un dimanche matin par mois, une animation à thème saisonnier, est proposée au grand public. Pour découvrir la faune de la nuit, comme la chouette chevêche ou l'oedicnème criard présents sur la réserve, des sorties nocturnes sont également prévues.

Durant les vacances scolaires et aussi certains mercredis, un groupe d'enfants du centre de loisirs part à la découverte de la réserve. Des sorties nocturnes, des ateliers de construction de nichoirs, de mangeoires ou de refuges à chauve-souris leur permettent de s'impliquer



Observations dans la réserve.

un peu plus dans la protection de la faune sauvage voisine.

Dans le cadre du programme de cette année, les enfants de 18 classes des écoles de Limay, allant du CP au CM2, viennent explorer la réserve naturelle. Chaque classe s'intéresse à différents thèmes, tels que les traces de mammifères, l'observation des oiseaux, la vie

de la mare, l'écosystème forestier... Les plus calmes et/ou les plus chanceux y verront des renards ou des chevreuils.

Et pour la première fois cette année, les résidents en situation de handicap de la MAS (Maison d'Accueil Spécialisée) de Limay viennent aussi découvrir les richesses de la réserve.

Hélène Goossens

Prêts pour la nidification ?

Le mot d'ordre : observer avant de ramasser

Le ramassage des jeunes oisillons représente la première cause d'appel de mi-mai à mi-août auprès de la LPO Ile-de-France. C'est aussi la première cause d'accueil en centre de sauvegarde.

Ainsi croit-on les aider en les sortant de leur milieu naturel. Or il s'avère qu'il n'est pas toujours nécessaire de les recueillir. En effet, chez certaines espèces (merle, grive, hulotte et autres rapaces nocturnes...), les jeunes s'émancipent très tôt et poursuivent leur apprentissage au sol. Les adultes veillent sur eux et interviennent au moindre danger. D'autres, en revanche, glissent de leur nid rudimentaire (colombidés) ou en sont éjectés.

Comment assurer leur protection ?

Parce qu'ils sont plus vulnérables face aux prédateurs (les chats en particulier), nous invitons les découvreurs à les placer en hauteur, si possible dans leur nid ou à défaut dans un nid de substitution (cagette, boîte à chaussures...), non loin du lieu où ils ont été

trouvés. Rassurez-vous ! A l'inverse des mammifères, le fait de les toucher ne perturbera pas leur comportement. Surveillez-les ensuite à distance et, si les adultes poursuivent leur nourrissage, ils sont sauvés ! Dans le cas contraire, il sera nécessaire de confier l'oiseau à un Centre de Sauvegarde pour la Faune Sauvage, afin qu'il soit pris en charge. Si besoin est, notre antenne vous conseille pour les cas particuliers (animal blessé, martinets noirs...).



Jeune merle noir.



Poussin de hulotte.

Mais il faut savoir qu'en règle générale, les parents restent les meilleurs alliés des oisillons. Grâce à l'apprentissage inculqué, ils leur garantissent une meilleure survie !

Retrouvez notre brochure "pour secourir un oiseau en détresse" et les coordonnées des centres de sauvegarde franciliens sur notre site internet : <http://ile-de-france.lpo.fr>

Audrey Maurin

La Fête de la Nature : un rendez-vous à ne pas manquer !



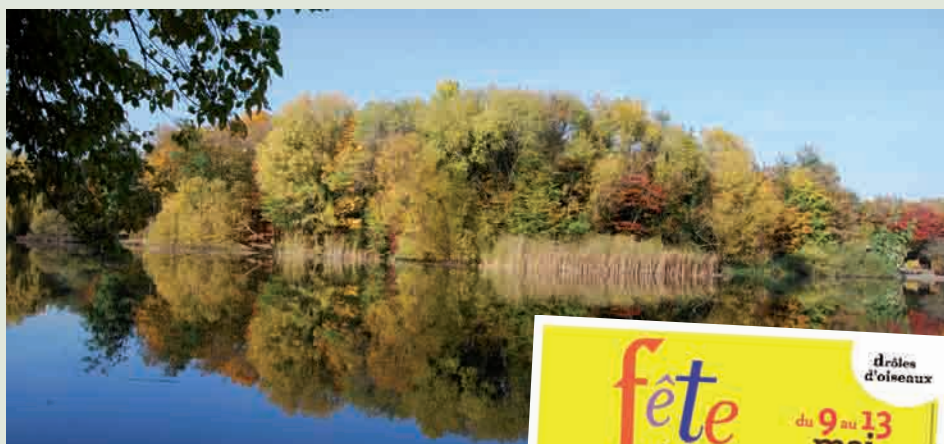
La Fête de la Nature a été imaginée par des amoureux de la nature pour donner à tous le plaisir de découvrir ou redécouvrir ses richesses naturelles et renouer des liens forts avec l'environnement.

Des milliers de manifestations

Pendant cinq jours, des professionnels et des bénévoles des réseaux de protection de la nature, dont la LPO, font découvrir gratuitement des espaces connus ou inconnus. Des centaines de sorties nature sont alors organisées. Petits et grands sont invités à partir à la découverte des territoires sous la conduite de guides naturalistes.

2012 : l'année des oiseaux !

Chaque année, une thématique fédératrice vous est proposée et en 2012, clin d'œil à la LPO et à ses 100 ans d'actions : la Fête de la Nature met les oiseaux à l'honneur ! Une grande partie des animations et des sorties mises en place permettront d'observer les oiseaux, de reconnaître leurs chants, de découvrir les aménagements nichés au fond des jardins ou en haut des immeubles... À l'occasion de cette édition 2012, les acteurs de la Fête de la Nature sont également invités à relever un défi : installer 10 000 nichoirs !



Parc des Chanteraines.

A vos agendas

Du 9 au 13 mai, la Nature vous invite en Ile-de-France. Immergez-vous au cœur des milieux et espaces naturels protégés franciliens. En famille ou entre amis, venez vivre cette grande Fête de la Nature !

Pour plus d'informations sur la Fête de la Nature et consulter les manifestations, rendez-vous sur www.fetedelanature.com

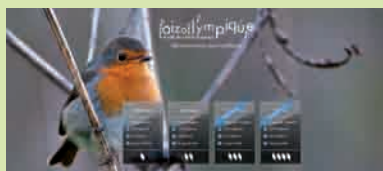


Sandrine Fernandez

Les oiseaux chantent, apprenez à les reconnaître !

Au printemps et tout au long de l'année, entraînez-vous de façon ludique à identifier les chants d'oiseaux avec la LPO.

- **Jeu Oizolympique** : oizolympique.lpo.fr



- **Jeu "concerto"** : site internet LPO Alsace, rubrique 'Jouer et s'entraîner'



La parole à ... Roger Cartret

AGIR



"Adhérent à la LPO depuis environ 6 ans, j'ai fait le choix de devenir bénévole depuis 4 ans pour rentrer dans une phase concrète. Etant retraité, la gestion du temps est devenue plus facile, malgré certaines obligations. J'ai décidé de participer au transport des oiseaux en détresse et d'aider activement aux différentes manifestations de la LPO (tenue de stand, CFO, Centenaire...).

J'ai toujours été sensibilisé par la vie des oiseaux, cela m'a été transmis par mon grand-père qui aimait les dessiner. Malgré cela je ne suis qu'un ornitho débutant (j'ai beaucoup à apprendre). L'ouverture à la

biodiversité de la LPO, depuis un certain temps, m'a séduit. Les oiseaux ne sont qu'un maillon de la chaîne de la complexité de la vie, et l'oiseau est un élément révélateur des nuisances faites par l'homme à l'environnement.

Le Centenaire de la LPO, par sa campagne médiatique tout au long de cette année, va permettre de marquer les esprits à la préservation de la biodiversité. Je contribuerai à son succès !"

Roger Cartret

Actualités départementales

Ça bouge dans les Yvelines !

Une ville nature

Située à quelques battements d'ailes de la réserve naturelle de St-Quentin-en-Yvelines, Guyancourt est une commune qui ne manque pas d'atouts pour accueillir nos amis à plumes. Forêts, bois, parcs, jardins, étangs, mares et friches sont largement représentés sur le territoire des sources de la Bièvre.

Le Parc des Sources de la Bièvre est d'ailleurs un bel exemple de diversité des milieux et par conséquent des oiseaux qui y sont observés.

L'éclosion d'un groupe

C'est dans cette ville qui fait la part belle aux espaces verts et bleus qu'est né le groupe local LPO de Guyancourt.

D'abord constitué d'un embryon de trois bénévoles au printemps 2011, le groupe s'est étoffé avec l'arrivée de deux nouvelles personnes.

À l'automne, une réunion a été organisée avec l'aide de la LPO Ile-de-France afin de rencontrer les adhérents et bénévoles LPO de l'agglomération de St Quentin-en-Yvelines. Une



Parc des Sources de la Bièvre à Guyancourt.

vingtaine de personnes a été accueillie et a exprimé son envie d'agir en faveur de la protection des oiseaux et plus généralement de la nature.

De nouveaux bénévoles viennent ainsi grossir les rangs et à ce jour, l'équipe est constituée d'une dizaine de membres.

Des projets plein la tête

Le groupe de Guyancourt se retrouve régulièrement pour des réunions de travail ou des sorties de terrain. Qu'il s'agisse de

recensements, d'enquêtes, d'animations ou de participation à diverses manifestations, les activités de la petite troupe sont nombreuses. Ces actions sont parfois menées avec le soutien et la collaboration des élus municipaux qui ont, dès le début de l'aventure du groupe, manifesté leur intérêt de voir s'installer une telle structure sur leur commune.



Sortie du groupe le 22 janvier.

Si vous êtes adhérent ou bénévole habitant sur le territoire de l'agglomération de Saint-Quentin-en-Yvelines et que vous souhaitez nous rejoindre, contactez la LPO Ile de France qui vous indiquera comment procéder.

Yannick Patis

La LPO en Seine et Marne : à l'Est du nouveau !

Deux rencontres dans le département

Pour la deuxième année consécutive, à l'initiative de deux sympathisant-es seine-et-marnais, Franck Rolland et Rose de la Fuente en lien avec l'antenne LPO Ile-de-France, deux rencontres ont été organisées. Samedi 11 février, une cinquantaine de personnes ont répondu présent dans le nord du département à Villeparisis et dans le sud à Bois le Roi.



Rencontre à Bois-le-Roi, Seine-et-Marne.

Au programme : une présentation de la LPO, une intervention de Jacques Dumand (Président de l'Association de Gestion et de Valorisation de la Réserve Naturelle de Vaires) et de Joël Savry (Président de l'association Pie Verte bio 77) sur le thème de la préservation de la biodiversité dans son lieu d'habitation et dans sa commune.

Une dynamique à construire

Trois objectifs ont été identifiés :

- renforcer les liens "amicaux" entre les différents membres seine-et-marnais LPO, plus de 400 à ce jour !

- déterminer de meilleures modalités à mettre en place afin de diffuser aux personnes intéressées du département de l'information sur les activités des bénévoles de la LPO,

- inciter les membres 77 de la LPO en complément et avec les associations présentes dans le secteur, à agir auprès de leurs concitoyens pour la préservation de la biodiversité.

Comment mieux communiquer et diffuser l'information ?

Jusqu'en septembre 2012, Sandrine, chargée de vie associative LPO IDF, compilera les activités transmises par les bénévoles de la LPO 77. Elle enverra un mail une fois par mois aux adhérents, aux propriétaires de Refuges et bénévoles de l'association.

À partir de septembre, des référents locaux diffuseront l'information aux personnes qui en auront fait la demande.

Si vous souhaitez nous faire part d'une sortie nature, d'une animation et/ou faire partie de la liste de diffusion LPO 77, contactez Sandrine (vieasso.idf@lpo.fr)

Grâce aux bénévoles de Seine-et-Marne, il y a bon espoir que le département profite de cette heureuse année du Centenaire de l'association pour développer et dynamiser son action locale !

Franck Rolland
Sandrine Fernandez

Partagez vos observations !

Participez à une enquête nationale

Chaque semaine et tout au long de l'année, participez à l'observatoire des oiseaux des jardins ! Rendez-vous sur : www.oiseauxdesjardins.fr



Oiseaux
des jardins

Une observation d'oiseau ?

Inscrivez-la sur
www.faune-iledelfrance.org !



Tous à vos jumelles pour les demoiselles du printemps !



Oiseaux migrateurs bien connus du grand public, les hirondelles ont longtemps été considérées comme très communes mais elles sont aujourd'hui sujettes à davantage d'interrogations. La situation des hirondelles est-elle encore si flatteuse ? Si l'on étudie les chiffres du Suivi temporel des oiseaux communs - programme coordonné par le Muséum National d'Histoire Naturelle – on constate une chute des populations de 41 % pour l'hirondelle de fenêtre et de 12 % pour l'hirondelle rustique. Et même si les effectifs sont encore très importants, ces tendances sont préoccupantes.

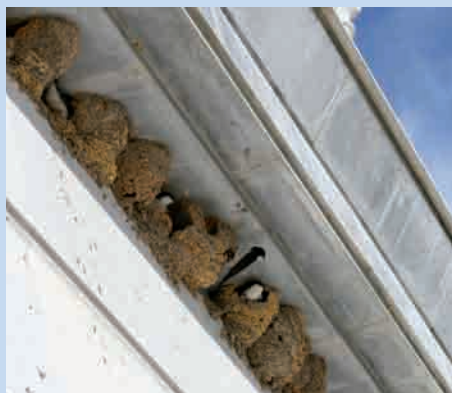
Une enquête nationale

C'est pourquoi la LPO lance une enquête nationale 'Hirondelles' en 2012 et 2013. L'objectif est de mieux connaître l'état de santé de la population française d'hirondelles, mais aussi de constituer un réseau d'observateurs susceptible d'alimenter un observatoire permanent des hirondelles. En effet, les hirondelles se nourrissant d'insectes en vol, elles sont un très bon indicateur biologique des secteurs les moins altérés par la pollution.

Trois degrés d'implication

L'enquête comprendra trois volets. Pour le grand public, elle se concentrera sur l'identification de colonies d'hirondelles de

fenêtres. Pour les amateurs éclairés, un protocole plus important cherchera à établir un inventaire exhaustif des nids occupés d'hirondelles rustiques et de fenêtres. Cet important suivi peut se faire à plusieurs. Toujours pour les amateurs éclairés, un inventaire des colonies d'hirondelles de rivage est également prévu.



Colonie d'hirondelles de fenêtre.

Lancez-vous en Île-de-France !

La LPO Île-de-France coordonnera en région ce programme. Elle proposera des formations, des rencontres, des sorties sur le terrain, des conférences et des restitutions de résultats de

l'enquête. Tout ceci se fera en collaboration étroite avec les coordinateurs nationaux.

Quel que soit votre niveau, vous pouvez participer, alors n'hésitez pas ! Faites-vous connaître auprès de la LPO Île-de-France et nous vous transmettrons toutes les informations et documents nécessaires. Enfin, si vous le désirez, nous vous mettrons en contact avec d'autres observateurs pour vous accompagner dans vos inventaires.

Julien Foussard



Hirondelle de fenêtre.



Envie d'agir avec la LPO ?



Vous souhaitez participer à la vie de l'association ? Selon vos disponibilités, vos savoir-faire et vos envies, vous pouvez rejoindre notre réseau de bénévoles !

De nombreuses missions peuvent vous être proposées en Île-de-France. Vous trouverez ci-dessous une partie de nos besoins en bénévoles.



Ornithologues :

La LPO Mission Rapaces recherche des ornithologues pour participer à des suivis d'espèces : balbuzard pêcheur, busards, faucon pèlerin et effraie des clochers. Plus d'informations sur le portail rapaces :

<http://rapaces.lpo.fr/>.



Féru de langues :

Vous maîtrisez parfaitement une langue (anglais, espagnol et/ou allemand) ? Vous pouvez nous aider pour des traductions.



Jardiniers amateurs :

Un grand potager dans un centre d'hébergement et de stabilisation est en cours de réalisation à Chennevières-sur-Marne. Au printemps, si vous souhaitez donner



un coup de main (bêcher, semer, désherber...) ou transmettre votre savoir-faire en la matière, contactez-nous !



Naturalistes : Si vous disposez de compétences naturalistes avérées dans un domaine particulier : la botanique, les chiroptères, les amphibiens...etc., faites-nous le savoir. Nous serons heureux de vous proposer de participer à nos inventaires. Faites-vous connaître !

Contact : Vieasso.idf@lpo.fr



Effraie des clochers.

AGENDA



Mai

Du 9 au 13 : 5ème Fête de la Nature

Lieu : partout en France

12-13 Timbre Centenaire LPO :

Avant-première. Lieu : partout en France

Juin

2-3 : Assemblée générale LPO

Lieu : Perros-Guirec – Côtes-d'Armor

4 : Présentation de l'ouvrage " 100 oiseaux des parcs et des jardins "

Lieu : Muséum National d'Histoire Naturelle, Auditorium Grande Galerie, Paris

17 : Projection du film Centenaire LPO

Allain Bougrain Dubourg

Lieu : Muséum National d'Histoire Naturelle, Auditorium Grande Galerie, Paris

25 : Présentation de l'ouvrage " L'oiseau au coeur "

Lieu : Muséum National d'Histoire Naturelle, Auditorium Grande Galerie, Paris

Septembre

21, 22 et 23 Festival Birdfair, Paimboeuf (44)

Vous possédez une voiture que vous n'utilisez plus ?

Donnez-la à la LPO ! Un reçu fiscal consécutif au don de votre véhicule pourra être délivré en déterminant sa valeur fiscale selon l'Argus automobile.



Le goût de la nature ...



Cramailotte : confiture de pissenlit

Il y a des moments de l'année qui vous redonnent du baume au cœur. Au retour du printemps, moment où les arbres n'ont pas encore de feuilles, dans le bocage, les bruants proyers vous invitent, du haut de leurs perchoirs, à remettre le nez dehors. Dans vos sorties, balades, ou enquêtes ornithologiques n'oubliez pas votre panier en osier et votre canif, car, au détour de vos pérégrinations, vous aurez sûrement l'occasion d'apercevoir une constellation d'étoiles jaunes. Les pissenlits vous attendent. Cette recette exige une certaine quantité de fleurs.

Conseils de cueillette : avant de franchir les barbelés demander l'autorisation du propriétaire. La personne pourra vous renseigner sur d'éventuels traitements aux pesticides, herbicides qu'il vaut mieux éviter. Oubliez aussi les abords des routes à forte fréquentation, cueillez des fleurs bien ouvertes. Préparation : laver les fleurs et enlever la partie verte. Cela rendra votre confiture de pissenlit aussi onctueuse que du miel.

Matériel et ingrédients :

- pour 6 pots de 175 ml
- les pistils de plus ou moins 370 fleurs
- 1 litre d'eau
- le jus de 2 oranges
- le jus de 2 citrons jaunes
- sucre cristallisé
- une bassine à confiture
- un tamis

Préparation :

Pressez les agrumes. Filtrez le jus et ajoutez l'eau. Jetez-y les pistils et remuez.

Amenez à ébullition en remuant souvent. Cuire pendant 45 min à petit bouillon. Laissez refroidir durant une nuit.

Tamisez et pressez l'ensemble.

Pesez la quantité de jus obtenu. Ajoutez en sucre 85 % du poids total du jus obtenu.

Remettez sur le feu.

Dès les premiers bouillons, écumez la mousse blanche. Dès qu'il n'y a plus de mousse blanche, baissez le feu et laissez cuire à petit bouillon pendant 50 minutes, en remuant. Mettez aussitôt en pots.

Propriétés : les feuilles de pissenlit sont de bons régulateurs du transit intestinal. C'est une plante qui accélère l'action des enzymes hépatiques. Elle permet de drainer les reins et donc de prévenir certaines maladies urinaires. De plus, le pissenlit permet de purifier la peau.

Christophe de Franceschi

En partenariat avec :



LPO Ile-de-France - 62 rue Bargue 75015 PARIS - <http://ile-de-france.lpo.fr> - Tél : 01.53.58.58.38 - Fax : 01.53.58.58.39



LPOInfo - Bulletin édité par la Ligue pour la Protection des Oiseaux - BP 90263 - 17305 ROCHEFORT CEDEX
Tél. 05 46 82 12 34 - Fax 05 46 83 95 86. Directeur de la publication : Allain Bougrain Dubourg.
Coordination éditoriale : Julien Foussard, Sandrine Fernandez - Auteurs : Allain Bougrain Dubourg, Roger Cartret, Christophe De Franceschi, Sandrine Fernandez, Julien Foussard, Hélène Goossens, Benjamin Javaux, Audrey Maurin, Olivier Paikine, Yannick Patis, Franck Rolland. Conception graphique et mise en page : Antoine Barreau et Cécile Rousse - service Editions ED1203006CR. © LPO 2012
Imprimé sur Cyclus offset par Imprimerie Lagarde - 17 Breuillet - Imprim'Vert. Dépôt légal avril 2012 - ISSN 1962-5855
La reproduction des textes et illustrations, même partielle et quel que soit le procédé utilisé, est soumise à autorisation.

