

## GENEVRIER OXYCÈDRE « CADE »

(*Juniperus oxycedrus* L.)

Famille des Cupressacées

**Arbuste** à feuillage persistant haut de 1 à 2 mètres, devenant arborescent avec l'âge pour atteindre 8 à 10 mètres.

Ses **fleurs mâles** réunies en **petits chatons** et ses **fleurs femelles** sont des **petits cônes écailleux** qui, une fois pollinisée deviendront des baies.

Les **feuilles** sont en forme d'aiguilles, à pointe fine et piquante, longues de 10 à 18 millimètres.

Les **fruits globuleux (baies)** ont 6 à 10 millimètres de diamètre. Ils arrivent à maturité la deuxième année, passant **du vert au brun-rouge**.

### PÉRIODE DE RÉCOLTE

- **Feuilles** : (usage médicinal) les jeunes pousses de février à avril
- **Fruits** : (usage médicinal ou culinaire) de novembre à janvier

### Anecdotes et informations

- Les cades sont **dioïque** : il y a des plantes femelles et d'autres mâles.
- **Étymologie** : du latin **juniperus**, du celtique **gen**, "buisson", et **prus**, "âcre".
- En **distillant le bois âgé du genévrier** cade et ses racines, on obtient l'**huile de cade** qui fut largement utilisée comme cicatrisant, antiseptique et désinfectant. Le parfum de l'huile de cade éloigne les insectes de la maison et des troupeaux. Elle est toujours assez largement utilisée pour soigner les bêtes de différentes atteintes parasitaires. Lorsque l'on brûle sa sciure, une odeur agréable se dégage, qui est également un excellent répulsif.
- L'**huile de cade** est utilisée par l'industrie cosmétique et notamment dans les produits de la **marque « Cadum »** dont le nom tire son origine de cette l'huile.
- Les baies du genévrier cade sont utilisées pour la fabrication d'alcool, du **gin** notamment.
- Le cade a un **bois très dur et quasiment imputrescible**. Il est utilisé comme **antimite naturel**. Les familles provençales en faisaient brûler dans la cheminée pour **désinfecter l'atmosphère et éloigner les insectes**.
- Lorsqu'ils étaient poursuivis par les soldats d'Hérode, **Marie et Jésus s'étaient réfugiés dans des branches de genévrier**. Depuis, cet arbre est devenu un **symbole d'asile**. Aujourd'hui encore, les lièvres se cachent dans les genévriers pour qui l'odeur des « baies » déroutent la meute des chiens.
- Le cade était désigné au **Moyen Âge** comme « **l'arbre des sorcières** » pour ses multiples vertus.

### Propriétés médicinales

- **Diurétique** les baies sont fortement diurétiques et très appropriées pour évacuer la rétention d'eau.
- **Désinfectant pulmonaire**. De plus, il est fluidifiant bronchique et expectorant. L'huile essentielle est excellente en inhalation pour les infections respiratoires rebelles.
- Le genévrier est surtout approprié dans le traitement **d'infections des voies urinaires**. Il est connu pour être l'un des **antiseptiques urinaires les plus puissants**.
- **Douleurs articulaires** : Le genévrier est un évacuateur de l'acide urique et autres toxines responsables des douleurs articulaires
- **Digestif** : Il agit sur les **digestions paresseuses**, les incapacités à digérer tout ce qui est un peu dense, les protéines et les graisses en particulier. C'est pour cela qu'il est utilisé en cuisine dans la préparation de plats riches, comme la **Choucroute**.

### Recette : Apéritif maison aux Baies de Genévrier

#### Ingrédients :

75 cl de vin blanc sec

10 cl d'alcool type Vodka

30g de baies de genévrier  
30g de sucre  
3 écorces d'orange préalablement séchées

Commencez par broyer les baies puis mettez-les dans un bocal d'une contenance de 1l. Ajoutez le sucre, les orange, l'alcool et le vin blanc Laissez reposer votre mélange durant une dizaine de jours environ. Filtrez et à l'aide d'un entonnoir et remplissez une bouteille que vous pouvez refermer.

**Il ne vous reste plus qu'à le dégustez, en toute modération, bien sûr !**

La cueillette sauvage est une pratique qui peut comporter des risques dont il est essentiel d'avoir conscience : **il n'est pas question de cueillir n'importe quoi, n'importe où, n'importe comment !**

Plante présentée par Cécilia MONTINI de Natur'Ame.

Photo d'Eric MONTINI

