



DESTINATAIRE  
**Animateur**

PUBLIC  
**À partir  
de 10 ans**

THÈME  
**Nature**

## Autour du jardin : créer un séchoir à plantes

**Après une bonne cueillette ou une récolte, c'est le moment d'utiliser au mieux son précieux butin ! Voilà l'opportunité idéale de créer un séchoir d'appoint ou de pro (ou presque...).**

### Qu'est-ce que c'est ?

- Un séchoir à plantes est un lieu où faire sécher des herbes, des fleurs, des fruits ou des légumes. Il doit être sec, sombre, chaud (environ 30° C) et aéré pour une déshydratation optimale.
- Le séchoir peut concerner un petit espace ou une pièce entière selon ses besoins. On peut aussi créer un séchoir solaire à chauffage direct ou indirect. L'été, on peut utiliser à cet escient un grenier, une roulotte, une yourte, ou tout autre espace chaud, aéré et sec que l'on peut assombrir.

*Classiquement, le séchage s'effectue sur des claies en bois sur lesquelles un tissu fin est tendu (ci-dessous). Les plantes peuvent aussi être séchées en petits bouquets suspendus (en haut à droite).*



### Comment sécher des plantes ?

- Il existe différents types de séchage : les plantes peuvent être en petits bouquets suspendus, la tête en bas (photo ci-dessus). Il est possible de faire un étalage fin sur claies en séchoir. Une claie ou treillis est un cadre de bois sur lequel on tend et fixe une toile (photo de gauche). Les claies sont disposées à l'horizontale comme des étagères (prévoir environ 15 cm entre chaque claie et à au moins 40 cm du sol pour laisser passer l'air). Elles peuvent se fabriquer à peu de frais à partir de toile, voile ou moustiquaire (non traitée). Pour un premier essai il est possible de s'entraîner en mettant des herbes à sécher sur des tissus fins (type torchon fait dans de vieux draps) disposés sur un étendoir (type tancarville) dans les conditions citées plus haut. Le volume des feuilles et des fleurs diminue fortement au séchage, il vaut donc mieux bien les serrer sur la claie. Un déshumidificateur peut aider à sécher l'air ambiant afin d'obtenir des conditions de séchage adéquates.
- La méthode de séchage des fruits et des informations sur le choix des fruits sont disponibles sur ce lien très détaillé. Plus ils sont épais, plus ce sera long. Pour ceux qui sont

### Pourquoi sécher des aliments ?

- Le séchage (ou déshydratation) est, avec la lacto-fermentation, l'une des méthodes de conservation les plus saines qui existent et c'est de loin la plus écologique puisqu'elle ne consomme pas d'énergie. Toutes les vitamines et les principes actifs de l'aliment sont conservés. De plus, il est facile de reconstituer les aliments en les faisant tremper. Enfin, il est très facile de transporter des aliments séchés car ils sont plus légers (environ 75 % d'eau en moins ça allège !) et prennent peu de place. C'est idéal pour les séjours itinérants !



Toutes photos © DR

bombés, placer le côté arrondi sur la claie. Les fruits acides donnent de meilleurs résultats.

- Les techniques pour bien sécher des plantes sont détaillées sur [ce lien](#) dont sont tirées les quelques informations ci-après. Les tiges épaisses comme celles du romarin sont plus difficiles à sécher et continuent à « donner de l'eau » aux feuilles et aux fleurs pendant le séchage. « Il est donc préférable de couper la plante en tronçons de 1 ou 2 cm, ou bien de la monder (séparer les tiges des feuilles et des fleurs) avant de les mettre à sécher ».

- Il est préférable de récolter les fleurs en début d'épanouissement (surtout les astéracées) car elles continuent leur maturation jusqu'en graine, même dans le séchoir.

- Les écorces ou les racines doivent être lavées (sans trop d'insistance) puis coupées en petits dés ou en tranches fines. Le test pour savoir si elles sont bien sèches consiste à les « casser » et vérifier le séchage à cœur.

- Le meilleur moyen pour apprécier la qualité du séchage est de toucher la plante. Si l'opération est réussie, elle doit se briser et ne plus donner de sensation d'humidité au toucher. La couleur se modifie en général mais ne doit en aucun cas devenir brunâtre ou noirâtre.

## Comment mener une animation autour du séchage ?

- Après une promenade qui aura servi à cueillir les plantes, regrouper les enfants avec leur récolte dans une pièce à l'abri de la lumière extérieure. Y installer un étendoir à linge de



En ACM, le plus simple est de réaliser le séchage sur un étendoir à linge recouvert de torchons.

type tancaurville sur lequel des torchons auront été posés. Les adultes placent les torchons du haut, les plus petits ceux du bas.

- Il suffit ensuite de déposer les récoltes en vrac mais bien étalées sur les torchons. C'est le moment d'ôter les insectes éventuels, feuilles abimées par des champignons ou cocons... Pour un meilleur séchage, mettre les plantes qui contiennent le plus d'eau (souvent les plus volumineuses) en haut et celles qui en ont le moins en bas. Si les cueillettes sont étalées sur plusieurs jours, placer les der-

nières récoltes en haut, les plus anciennes en bas. Venir régulièrement avec le groupe surveiller le séchage. Une fois les plantes séchées, demander aux enfants de les récolter puis de les stocker dans des pots en verre, sinon dans des sacs en papier épais, des cartons ou d'autres récipients alimentaires bien fermés. Elles doivent toujours être à l'abri de l'air et de la lumière. Ainsi, les plantes gardent leurs qualités nutritives, médicinales, gustatives ou aromatiques. Les fleurs se conservent 1 an, les feuilles et fleurs 18 mois, et les écorces ou racines 2 à 3 ans. Si les plantes sont faites de grandes tiges, les couper en petits morceaux.



## Que faire de la cueillette ?

- Les plantes peuvent être :
  - prises en tisane ou en décoction ;
  - utilisées comme aromates dans des plats ;
  - utilisées pour faire des macérats huileux. Par exemple, on met des fleurs de calendula dans une huile neutre bio (huile d'olive par exemple) pendant 21 jours au soleil, en remuant une fois par jour. À la fin, filtrer et c'est prêt ! L'huile aura pris toutes les spécificités des plantes ;
  - à la base de jeux de kim : goût, odorat, vue...)

### Pour aller plus loin

- Des infos générales sur tous les types de séchages :

<http://bit.ly/JDAsechoir1>

- Une fiche pour créer un séchoir solaire direct :

<http://bit.ly/JDAsechoir2>

- Un modèle de séchoir indirect : <http://bit.ly/JDAsechoir3>

- Un modèle de séchoir en briques d'argile :

<http://bit.ly/JDAsechoir4>

- Un modèle de séchoir indirect pro : <http://bit.ly/JDAsechoir5>

- Un modèle détaillé de séchoir artisanal pour plantes médicinales :

<http://bit.ly/JDAsechoir6>

- Récit d'expérience de séchoir indirect : <http://bit.ly/JDAsechoir7>