

Balade gourmande au paradis des fleurs

*De La Comballaz au col des Mosses, en traversant **la réserve du Larzey (VD)**, se dessine un chemin sous le Mont d'Or. Ce versant méconnu, entre prairies sèches et cirque rocheux, cache un trésor de plantes comestibles à cueillir avec modération. Suivez le guide.*

Texte: Patricia Brambilla **Photos:** Christophe Chammartin

L'entrée dans la réserve du Larzey sous le cirque rocheux du Mont d'Or a des airs grandioses.



L'envie de marcher est intacte, malgré la «rebase» de juin, le ciel fermé et les nuages bas qui charrient un air frais. Les fleurs sont là, hautes, fraîches, folles dans les champs. L'occasion inédite de croquer les prairies avec Pascale Fesquet, accompagnatrice en montagne qui affectionne particulièrement la cuisine avec les plantes sauvages.

Un couteau en poche et un sac en tissu au poignet, on emprunte le sentier pédestre direction la Pierre-

du-Moëllé, qui démarre une cinquantaine de mètres en contrebas de l'arrêt de bus de La Combballaz. Quelques marches et, tout de suite, la montée sans concession, le temps de prendre un peu de hauteur avant de rejoindre le sous-bois et son ruisseau. Déjà, Pascale Fesquet se penche sur une corolle mauve foncé: «C'est une raiponce orbiculaire. Elle a un goût sucré, mais elle est tellement belle qu'elle ne mérite pas d'être cueillie. J'en prends juste quelques-unes, de quoi décorer une salade.»

Alors qu'on se penche sur ces petites merveilles de fraîcheur, un chevreuil profite de fuser du bois, un trait brun souple et bondissant, tout entier concentré dans sa course tendue.

Trésors de la forêt

Impossible de le suivre, nos vies n'avancent pas au même rythme... Déjà, on se penche sur une touffe de menthe des ruisseaux, au feuillage aromatique, mais qui perd toute saveur à la cuisson. Les raiponces en épi, un peu plus loin, sont plus inté-

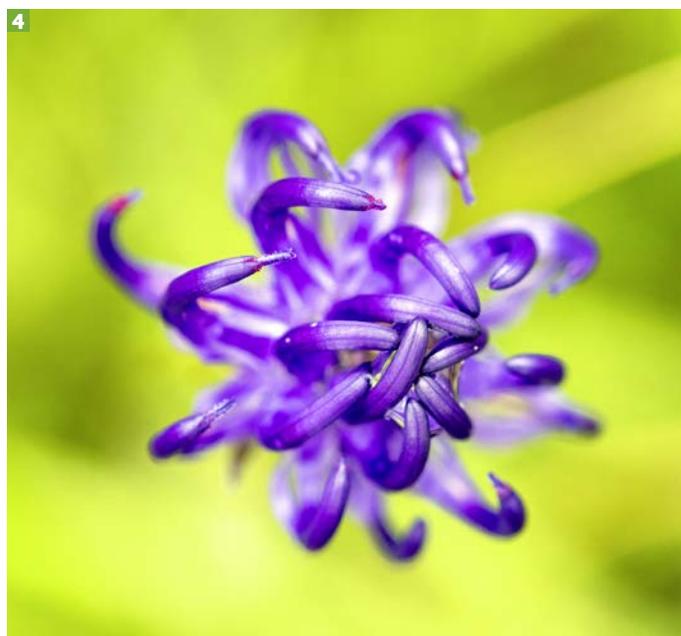
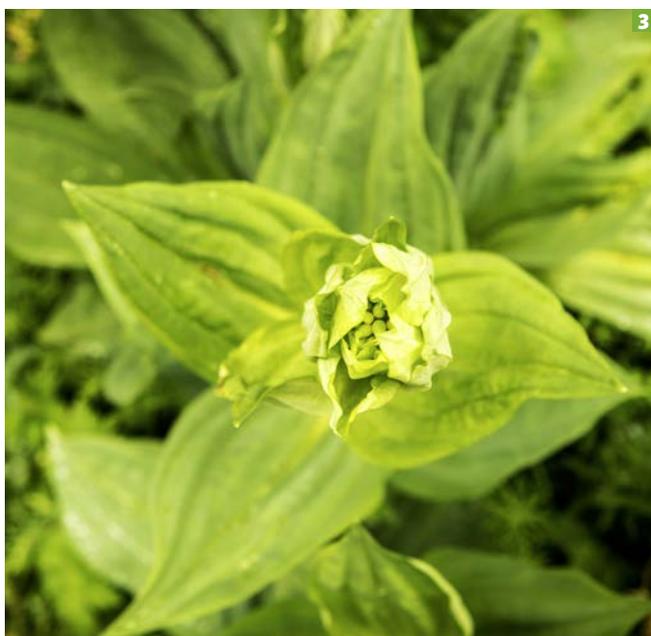


1
Non comestible, l'ancolie est une fleur qui ne se cueille pas.

2
Avec son jaune éclatant, le bouton-d'or porte bien son nom. Si la belle se laisse volontiers admirer, elle n'en est pas moins toxique!

3
La grande gentiane jaune entre dans la composition d'un spritz de montagne. Santé!

4
Avec sa belle couleur et sa forme en couronne, la rai-ponce orbiculaire fait bel effet dans une salade.



ressantes pour la table: «On les appelle asperges sauvages. Il suffit de blanchir les boutons floraux et de les servir avec un peu de sel et un filet d'huile d'olive», explique l'accompagnatrice, qui donne aussi des ateliers de cuisine avec les plantes.

Le temps de longer un petit pâturage aux ormes immenses, on s'engouffre en lisière d'une forêt d'épicéas, avec leur charge de branches toutes levées d'un seul côté. Des fougères lumineuses s'ébrouent dans une clairière de silence, transpercée par les chants d'oiseaux. Il y a toujours de la magie dans ces conciliabules de plantes préhistoriques, apparues au Dévonien, bien avant les dinosaures...

Un spritz de montagne

Au sortir du bois, on aperçoit la crête du Mont d'Or emmitoufflé dans les nuages, tandis que le sentier traverse

un pré incliné couvert de gentianes. De quoi servir l'apéro! «On peut infuser la tête de cette fleur dans un mélange de vin blanc, limonade et jus de citron. C'est un excellent spritz de la montagne», sourit l'accompagnatrice, qui en profite pour nous faire goûter encore une fleur de compagnon rouge ou silène enflé, tout en sucre, et humer quelques feuilles d'épiaire des bois: «Elles ont un parfum de champignon assez prononcé. Cette lamiacée, que l'on reconnaît à sa tige carrée et à ses feuilles légèrement poilues, est parfaite pour agrémenter un risotto.» Avec Pascale Fesquet, sûr que l'appétit vient en marchant!

On contourne un chalet d'alpage abandonné et l'on rejoint une petite route goudronnée. À la bifurcation, il faut suivre la direction «La Lécherette par Sonna» pour continuer l'ascension. Le chemin s'élève, surplombe la

vallée en frôlant de splendides prairies sèches. Scabieuses, sarriette, hélian-thèmes aux fleurs froissées, le tout se mélange dans un bouquet de velours d'une infinie douceur, entre le mauve des géraniums et le gris des menthes. Ce paysage, riche en biodiversité, est désormais inventorié au niveau national. De même les murgers, ces empilements de pierres propices à la vipère péliade et à l'hermine, font partie des compensations écologiques imposées sur les terrains agricoles.

Pique-nique bucolique

On prend un grand virage sur la gauche pour suivre le chemin Vent-Debout, à travers la brume qui monte en se déchirant. À l'alpage de Chaudet, avec sa ferme typiquement ormonanche retranchée derrière les ombellifères, l'emplacement est un balcon parfait pour le pique-nique. Ce dernier



«Cette montagne est une zone sédimentaire vieille de 250 millions d'années»

Pascale Fesquet
accompagnatrice en montagne

se laisse agrémenter de quelques jeunes feuilles de berce au goût de céleri. Le Pic-Chaussy est prisonnier des cumulus, mais on devine au loin la Dent-de-Valerette, bastion oriental des sept cimes du Midi. On repart en emportant tout, papiers, trognons, déchets, d'autant que l'on se trouve sur les terres du Parc naturel régional Gruyère et Pays-d'Enhaut.

Le cirque du Mont d'Or

On continue sur la droite, par un chemin alpin balisé rouge et blanc, avec son poteau Pro Natura, réserve naturelle Le Larzey. À partir de là, plus question de cueillir quoi que ce soit.

On suit le sentier de forêt, dans un décor enchanteur, verdoyant à souhait, rempli d'un silence intact, percé par le seul cri d'un coucou. Et très vite, on rejoint le haut lieu, le point d'orgue du jour: à 1703 m, tout à coup, on se retrouve sous le Mont d'Or, dans cet incroyable cirque, où s'attardent petits névés et tabliers d'éboulis. «Cette montagne est une zone sédimentaire du début de l'ère secondaire, le Trias, il y a 250 millions d'années. Entièrement constituée de dolomie, une roche jaunâtre friable, le Mont d'Or cache sous son pierrier sud un glacier rocheux fossilisé, apparemment immobile. Mais la glace interstitielle, →



Les trésors de la forêt n'ont pas de secret pour Pascale Fesquet, accompagnatrice en montagne et passionnée de plantes comestibles.

par le jeu du gel et du dégel, fait avancer la langue par reptation», explique Pascale Fesquet. Sous nos pas, la moraine est désormais emprisonnée par la végétation conquérante des aulnes et des genévriers rampants.

Une dernière halte gourmande

Un dernier coup d'œil au Gros-Van et à Dorchaux, les deux pointes visibles ce jour-là, le temps d'espérer voir un chamois ou le vol coloré d'un tichodrome, et il faut attaquer la descente. Une descente accélérée par la pluie, qui nous fera couper au plus court plutôt que de longer jusqu'au col des Mosses. Mais qui sera récompensée par une halte à la ferme d'Esther et Jean-Claude Ginier à La Comballaz, havre gourmand de produits authentiques. Difficile de ne pas repartir sans une tranche (ou une meule!) de l'original Serpolait, un fromage à pâte dure, cuit au feu de bois, dont la croûte est parsemée de thym serpolet séché. **MM**



Pas de risque de se perdre, le sentier est balisé sur tout le parcours.

Carnet de route

En train: changer à Aigle, puis au Sépey. Un bus prend le relais jusqu'à La Comballaz.

En voiture: autoroute jusqu'à Aigle, puis monter en direction du col des Mosses. Après Le Sépey, laisser la voiture à La Comballaz. Quelques places de parc gratuites à côté de l'arrêt de bus.

Départ: La Comballaz (VD)

Arrivée: col des Mosses. Retour en car postal (un par heure) jusqu'à La Comballaz.

Distance: 7 km

Dénivelé: 383 m positif/289 m négatif

Durée: 2 h 30 (hors pause de midi)

Difficulté: sentier pédestre puis alpin, une bonne paire de chaussures de marche est recommandée.

À noter: l'itinéraire peut être rallongé ou raccourci à volonté. Notamment après la réserve du Larzey, possibilité de redescendre directement sur La Comballaz.

Plus de randos avec Pascale Fesquet sur www.aster-rando.ch

Publicité

Action



jusqu'à 12h

de protection intégrale



à partir de 3 pièces

33%

Toutes les couches Pampers (sauf Pampers Pure Protection tailles 4 et 5) à partir de 3 pièces, 33% de réduction

MIGROS

M comme Meilleur.

En vente dans les plus grands magasins Migros.

OFFRE VALABLE DU 23.6 AU 6.7.2020, JUSQU'À ÉPUISEMENT DU STOCK