



## Argousier

### DESCRIPTION

Famille : Eleagnacées

Genre, espèce : Hippophae Rhamnoides. Ne pas confondre avec l'arbusier (Arbutus Unedo).

Noms vernaculaires : faux nerprun, bourdaine marine, saule épineux, grisnet, olivier de Sibérie, épine marante, ananas de Sibérie....

Origine : L'argousier serait apparu à la fin de l'Ère glaciaire. Originaire des hauts plateaux d'Asie, notamment du Tibet et des steppes de l'Altaï, le végétal s'est propagé au fil des siècles à travers l'Europe, les pays de l'ex-Union soviétique et le Canada. Il apprécie particulièrement les régions froides. Gengis Khaan, (fondateur de l'empire Mongol) l'employait couramment pour prendre soin de ses chevaux, d'où l'appellation botanique de l'argousier « Hippophae rhamnoides » ou « arbre qui fait briller les chevaux ».

Les baies procureraient à ce qu'il paraît, un pelage brillant à ces animaux.

Présentation générale : L'argousier est un arbuste rustique fortement épineux, dioïque, au feuillage argenté et caduque. Ses petits fruits, des baies orangées à la saveur acidulée, s'installent en grappes compactes sur les branches. Ils comptent parmi les fruits les plus nutritifs et vitaminés recensés dans tout le règne végétal. Riches en vitamines C, A et E, en oméga 7 ainsi qu'en minéraux (silice, magnésium, fer, calcium..).



## DESCRIPTION

**Répartition en France :** Implanté dans le Sud-Est de la France, il est présent de manière sauvage dans la vallée du Rhône, les vallées des Alpes (Ubaye, Durance, Drac...) et sur les plages maritimes (littoral de la manche notamment). Il est également cultivé, notamment dans les Hautes Alpes, sur des surfaces réduites (sans doute une vingtaine d'hectares tout au plus).

**Port :** Généralement arbrisseaux de 2 -3 m mais parfois petit arbre jusqu'à 10 m. Très épineux, touffu, à rameaux étalés.

**Sol :** Réussit dans n'importe quel sol perméable et de n'importe quel pH, mais préfère les sols sablonneux ou calcaires. L'argousier est aussi un arbuste pionnier dans la nature. Il affectionne les terrains pauvres, sablonneux ou calcaires sur le littoral, au bord des torrents de montagne, ... mais en tout cas bien drainés. Il consolide les berges et possède la capacité de fixer l'azote atmosphérique dans le sol.

**Climat/altitude/exposition :** Parfaitement rustique, l'argousier résiste en hiver à - 45°C. On le trouve jusqu'à 1800 m dans les Alpes. Il ne redoute ni le vent, ni les embruns, ni l'humidité et résiste à la sécheresse. Il a besoin de soleil, surtout pour fructifier.



**Mise à fruit :** 4 – 5 ans

**Longévité :** Quatre-vingt ans au maximum.

**Fleur :** Les fleurs apparaissent avant le feuillage entre mars et avril. Elles sont apétales, minuscules, verdâtres et possèdent un abondant nectar pour les abeilles.

-> L'argousier est dioïque, plantes des deux sexes nécessaires pour la fructification : 1 pied mâles pour 6 à 9 femelles. Les mâles doivent être plantés plutôt en pourtour de parcelle car la pollinisation se fait principalement par le vent. Toutefois, il existe des variétés autofertiles.

**Feuille :** Feuilles caduques, petites, longues et argentées.

**Fruit :** Sur les pieds femelles, petits fruits jaune orangé de 8 à 10 mm, très riches en vitamine C, autres vitamines et minéraux. Persistent longtemps, de septembre à novembre.

## GESTION

**Entretien :** Arbre extrêmement rustique, l'argousier nécessite très peu d'entretien. Il faut veiller à arroser les plants, si besoin, la première année et ensuite seule une taille légère d'éclaircissage est nécessaire. Celle-ci a lieu idéalement en août. L'argousier produisant sur du bois de deux ans, il s'agit de tailler les arbres récoltés de l'année et de ne pas tailler les autres arbres. Ainsi un même arbre est récolté et taillé un an sur deux seulement. La taille permettra également d'éliminer les branches basses mortes faute de soleil et les drageons trop nombreux.

Pas de maladie ni ravageur connus pour le moment.

**Récolte :** Le fruit se récolte vers Septembre. Les argouses sont portées par du bois de 2 ans. La récolte se fait en coupant des rameaux de 25 cm environ dans la zone la plus chargée en fruits. De fait, sur un même arbre, la récolte n'a lieu qu'un an sur deux.

Les rameaux étant très épineux, l'extraction des baies n'est pas facile. Traditionnellement on presse les rameaux entiers pour extraire le jus. La méthode moderne consiste à congeler les rameaux entiers afin de pouvoir les passer peu de jours après dans une machine qui séparera facilement mécaniquement les fruits des rameaux.

**Densité de plantation :** exemples de plantations en PACA : 4\*1.5 ; 4\*1

**Rendement :** 1,5 tonne de baies par hectare et par an. Le rendement en jus varie de 50 à 75%. Celui en huile est très variable selon le procédé d'extraction. Les pépins produisent entre 7 et 11% d'huile et la chair des fruits donne entre 2 et 3 % d'huile.

### **Multiplication :**

-De toutes les techniques c'est la multiplication par bouturage qui est la plus judicieuse. C'est la seule méthode qui puisse garantir le sexe du plant dès son plus jeune âge et qui est la mieux adaptée à la production de plants à des fins de mise en culture.

-La multiplication par semis est facile pour l'argousier (laisser les graines se flétrir, semer tôt au printemps), mais elle est assez hasardeuse car on ne sait pas quelle proportion mâle/femelle on obtiendra et il faut attendre au moins 3 années pour pouvoir reconnaître les plants. Cette technique reste toutefois très intéressante pour une plantation à vocation lutte contre l'érosion des rives, dunes, etc...

## **UTILISATIONS**

### **- Fruit :**

- **Jus :** Le pur jus d'argousier est considéré comme un « alicament » très riche en vitamine C (concentration très supérieure à celle du citron ou de l'orange, 10 fois celle du kiwi...). Il se boit à raison d'une cuillère par jour environ, en mélange avec un autre jus de fruit par exemple, car il est très astringent. Le jus d'argousier est produit de différentes façons : soit par pressage des rameaux entiers portant les baies (méthode traditionnelle – le rendement est alors de 1 litre de jus pour 5 kg de rameaux/baies), soit par congélation des rameaux puis séparation mécanique des baies (méthode moderne).
- **Huile :** Les graines du fruit produisent entre 7 et 11 % d'une huile riche en substance grasse polyinsaturée, tandis que la chair des fruits donne entre 2 et 3 % d'une huile qui a une forte teneur en acides gras mono-insaturés. Les deux sources d'huile ont une teneur élevée en vitamine E (tocophérol), en vitamines A, C, en flavonoïdes, en caroténoïdes et en stérols végétaux. Contenant pas moins de 190 phytonutriments, l'huile d'argousier reste la plus importante source des rares acides gras oméga-7. Cette variété de vitamines et de minéraux essentiels fait de l'huile d'argousier un ingrédient aux usages multiples. En phytothérapie, l'huile de cet arbuste est un composant essentiel au traitement de l'arthrite, de la goutte, des éruptions cutanées, des ulcères gastro-intestinaux et pour diminuer le cholestérol. Elle peut servir également pour soigner des brûlures et des plaies infectieuses. Elle protège la peau contre les agressions des rayons solaires.
- Baies séchées d'argousier
- Bonbons, pastilles de poudre séchée d'argousier
- Savon
- Sorbets
- Gelées, confitures
- Vinaigre, liqueur

**-Feuille :** teinture pour laine, couleur noisette rosée

### -Végétalisation des sols pauvres :

De par ses qualités drageonnantes, l'argousier est idéal pour maintenir des sols instables, des berges, des talus, ... Sa capacité à maintenir les berges et les sols instables, ainsi que le fait qu'il puisse fournir abri et nourriture à bon nombre d'animaux (abeilles, oiseaux et micro-mammifères) font de lui l'une des espèces les plus replantées dans les zones naturelles du littoral en France comme en Belgique.



© Didier Legaré



© Didier Legaré

-**Plante améliorante** : Ses racines ont des nodosités fixant l'azote comme les légumineuses, elles enrichissent donc les sols pauvres. De plus les racines traçantes peuvent fixer les dunes, les berges des torrents, les terrains nus.

-**Haies et jardins** : Très à son aise en haie libre non taillée et défensive grâce à ses nombreuses épines, il pourra aussi trouver place en isolé ou au sein d'un massif d'arbustes car il est très décoratif avec son feuillage argenté, son aspect tortueux et ses nombreuses baies oranges vifs en automne.

## COMMERCIALISATION

### Valorisation :

Le pur jus d'argousier français se vend entre 40 et 55 euros le litre.

L'huile d'argousier se vend aux alentours de 300 euros le litre.

L'argousier français trouve sa place dans les magasins spécialisés bio, la vente en ligne ou dans les boutiques. Au niveau de la cosmétique et la phytothérapie, l'argousier français est sans doute fortement concurrencé par l'argousier des pays de l'est (Roumanie...) mais il a certainement un bel avenir, les entreprises de transformation souhaitant de plus relocaliser leurs approvisionnements.



© Didier Legaré

Fabricants de produits à base d'argouses locales (liste non exhaustive) :



© Didier Legaré

Maison REYNIER – GAYRAL 05 260  
Le pont du Fossé ST JEAN ST NICOLAS  
Tel : 04 92 55 93 56 ;  
mail : sarl-gayral@orange.fr ;  
Site : www.gayralreynier.fr



© Didier Legaré

NATVIT : Mr Cabanes Emmanuel 05 110 CLARET  
Tél : 04 92 68 31 41 ;  
mail : info@natvit.fr ;  
site : www.natvit.fr

## VARIÉTÉS ET PÉPINIÈRES

Variétés :

Dans la bibliographie nous avons trouvé :

- Angustifolia : de plus grande taille que les autres
- Moldovia : vigoureux d'adaptation facile, dioïque, relativement épineux, très nombreux fruits orangés, très riche en vitamine A
- Pollmix : Variété mâle (donc pour polliniser), presque sans épine, port beaucoup plus compact au feuillage très argenté, 3/4m
- Salicifolia : jusqu'à 15m, rameaux pendants (Himalaya)
- Friesdorfer : variété autofertile

Chez les pépiniéristes, nous avons trouvé :

- Variétés Argalp700, de NATVIT. Elles ont été sélectionnées pour leur productivité et de fortes teneurs en Vitamine C (700mg/100 ml de jus).

Pépiniéristes du Sud de la France :

Pépinière NATVIT (M Cabanes) : Mr Cabanes

Emmanuel 05 110 CLARET

Tél : 04 92 68 31 41 ; mail : info@natvit.fr ;

site : www.natvit.fr

Produit environ 10000 plants d'argousiers mâle et femelles en conteneurs de 1 litre pour vente en ligne

ou amateurs sur place. 2 Variétés femelles et une

variété mâle sont cultivées sous la marque

Argalp700. Elles ont été sélectionnées pour leur

productivité et de fortes teneurs en Vitamine C

(700mg/100 ml de jus). Les plants sont issus de bouturage et de bonne qualité.

Plants de 1 an et 2 ans à la vente. Prix du plant en 1 litre : 10 euros.



© Didier Legaré

Pépinières TUTTIFRUTTI Edouard Allasseur 84420 La Tour d'Aigues 06 95 23 19 95

Possède une belle collection d'une dizaine de variétés, dont une particulière sans épines !



## SOURCES

### Livres :

- L'ARGOUSIER par Sylvia Luetjohann (éditions Médecis 2002)
- « Plantez les saveurs de Provence » Maison de la biodiversité, la Thomassine
- Ouvrages du Centre de Pomologie d'Alès

### Sites internet :

- Boutique en ligne de la maison Gayral-Reynier (argousier des Hautes Alpes)  
<https://gayralreynier.fr/>
- [www.promessedefleurs.com](http://www.promessedefleurs.com)
- <https://biokhaan.com/pages/quest-ce-que-largousier>

## MERCI.....

**.....À LA MAISON REYNIER-GAYRAL, À NATVIT, À LA TOMASSINE ET A SABINE RAUZIER DU CENTRE DE POMOLOGIE D'ALÈS, QUI NOUS ONT COMMUNIQUÉ LES INFORMATIONS PERMETTANT DE RÉALISER CETTE FICHE.**

**.....À LAURE GICQUEL ET DIDIER LEGARE, QUI ONT COLLECTÉ UNE GRANDE PARTIE DE CES INFORMATIONS.**

*Cette fiche est évolutive en fonction des rencontres et découvertes, n'hésitez pas à nous faire remonter toute information utile à son amélioration.*



**Vous souhaitez participer au projet ? Contactez-nous !**

### **CONTACT Région PACA :**

Anne-Laure DOSSIN - Bio de PACA

04 90 84 43 64 - [annelaure.dossin@bio-provence.org](mailto:annelaure.dossin@bio-provence.org)

### **PLUS D'INFOS SUR LE PROJET :**

Site de Bio de Provence :  
<https://www.bio-provence.org/Bio-de-Provence-Alpes-Cote-d-Azur>

Réalisation : Janvier 2022

Rédaction : Anne-Laure Dossin

Mise en page : Matthis Garnier