Récolter et conserver vos feuilles de pommier : le guide complet

Les règles d'or pour une cueillette responsable

• Récoltez en fin de matinée ou début d'après-midi (entre 11h et 15h), par temps sec et ensoleillé, après évaporation totale de la rosée.

• Sélectionnez des feuilles épanouies à pleine croissance, idéalement avant la floraison de l'arbre.

• Ne prélevez jamais plus de 10% des feuilles présentes pour assurer la pérennité de l'espèce.

• Utilisez un sécateur ou un couteau propre pour éviter de blesser la plante lors de la coupe.

• Évitez impérativement les zones situées près des routes, des usines ou des champs traités chimiquement.

Le transport des feuilles fraîches

• Utilisez un panier en tissu, un sac en papier ou une taie d'oreiller pour le transport.

• Proscrivez absolument les sacs en plastique, qui provoquent une montée en température et font noircir les feuilles.

Réussir le séchage pour préserver les propriétés

• Coupez les feuilles épaisses en petits morceaux pour optimiser et accélérer le séchage.

• Installez les feuilles à l'ombre, dans un endroit sec, aéré et à l'abri de la lumière.

• Maintenez une température modérée (25-30°C) pour éviter que les feuilles ne jaunissent et ne perdent leurs vertus.

• Surveillez le séchage : les feuilles doivent être prêtes en 2 à 5 jours.

• Le séchage est terminé lorsque les feuilles s'effritent facilement sous la pression des doigts.

Stockage et conservation longue durée

• Utilisez des boîtes en fer blanc, des bocaux en verre teinté ou des poches en papier kraft.

• Étiquetez chaque contenant avec le nom de la plante, l'année de récolte et ses propriétés médicinales.

• Conservez vos contenants à l'abri de la lumière pour une durée de vie optimale de 1 à 2 ans.