

La sortie était programmée par Claude Guichard accompagnateur montagne, mais aussi mycologue et botaniste dont l'expertise est largement reconnue. Le thème retenu était «les plantes comestibles». Il avait invité, pour l'accompagner, André Gruaz de la Société Mycologique et Botanique du Chablais expert dans ce domaine.

Au départ, nous avons appris que Claude avait une indisposition (guérie depuis) qui l'empêchait de venir nous guider. C'est Marie-Ange Emiry, elle-même accompagnatrice montagne qui a pris l'encadrement du groupe avec André Gruaz comme botaniste.

Nous étions 21 (et 21 au retour) pour une première étape aux alentours de la forêt de Larringes vers le Maravant. Après 10 heures, une forte pluie nous a généreusement arrosés. En fin de matinée, sous une halle couverte à Bernex, nous avons trouvé un abri et des sièges pour le casse-croûte.

André nous a proposé en hors d'œuvre une préparation d'épinards composée de 15 espèces de plantes sauvages, servie froide sur des canapés avec ou sans œuf dur. Au dessert il nous a fait déguster du réglisse des bois. Cette surprise a eu un grand succès.

Le temps s'étant arrangé, nous avons continué notre promenade d'herborisation du col de Creusaz vers les Memises en direction du lieu-dit « les Echelles ».

Vers 15 heures, les têtes étaient remplies des noms français et latin des espèces observées, souvent agrémentés d'anecdotes relatives au nom, à la forme ou à l'usage de la plante.

Sous un beau soleil d'été nous avons apprécié un rafraîchissement à une terrasse d'un bistrot de Bernex. C'était, enfin, le retour à notre point de co-voiturage habituel.

Les listes qui suivent sont destinées aux personnes qui souhaitent poursuivre leur recherche (livres, Internet ...). Il en est de même d'une brève bibliographie présentée par André lors de notre sortie.

Tous nos remerciements et félicitations aux acteurs de cette journée très appréciée de tous.

Liste des plantes cuites en épinards et servies froides sur cacnapé (avec ou sans œufs durs)

Nom vernaculaire	Nom latin	FH
Ortie dioïque	<i>Urtica dioica</i>	273
Herbe aux goutteux, Podagraire	<i>Aegopodium podagraria</i>	1453
Patte d'ours, Berce des prés	<i>Heracleum sphondylium</i>	1489
Raiponse en épi	<i>Phyteuma spicatum</i>	1925
Chénopode blanc	<i>Chenopodium album</i>	301
Moutarde des champs, M. sauvage	<i>Sinapis arvensis</i>	763
Mouron aux oiseaux, Stellaire intermédiaire	<i>Stellaria media</i>	361
Oxalis petite oseille	<i>Oxalis acetosella</i>	1399
Préanthe pourpre	<i>Prenanthes purpurea</i>	2308
Plantain lancéolé	<i>Plantago lanceolata</i>	1721
Epilobe à feuilles étroites	<i>Epilobium angustifolium</i>	1269
Alliaire pétiolée	<i>Alliaria petiolata</i>	616
Ail des ours	<i>Allium ursinum</i>	2870
Achillée millefeuille	<i>Achillea millefolium</i>	2117
Epiaire des forêts, Epiaire des bois	<i>Stachys sylvatica</i>	1667

Plante dégustée en fin de casse-croûte

Nom vernaculaire	Nom latin	FH
Réglisse des bois, Polypode commun	<i>Polypodium vulgare</i>	78