

*Amaranthus caudatus*

# Pseudocéréales ornementales

**Le nom populaire de cette plante en allemand: queue-de-renard des jardins. En floristique, *Amaranthus caudatus* est surtout utilisé à la fin de l'été et en automne. De plus, cette ancienne plante cultivée joue également un rôle en cuisine..**

TEXTE **Regula Lienin** ILLUSTRATION **Jasmin Hofmann**

**E**lle attire l'attention dans nos jardins: cette plante ornementale pouvant atteindre 120 centimètres de hauteur, avec ses grandes feuilles et ses fleurs d'un genre un peu particulier. Car au lieu de se dresser vers le soleil, celles-ci retombent en cascade. Ces inflorescences en forme de queue, pouvant mesurer jusqu'à un demi-mètre de long – souvent plusieurs par branche – lui ont valu en allemand le nom de «Garten-Fuchsschwanz», scientifiquement *Amaranthus caudatus*. On en trouve en vert, jaune, rose ou brun. Mais c'est surtout le rouge foncé qui domine. Une nuance de rouge porte d'ailleurs son nom: un rouge intense, lumineux, tirant sur le bleu – l'«amarante».

D'autres noms de cette plante sont «blé des Incas», «amarante à grains» ou encore «kiwicha» – des appellations qui en disent long sur son origine. Elle provient à l'origine des régions tempérées et chaudes d'Amérique du Sud. Déjà les Aztèques, les Incas et les Mayas cultivaient l'amarante. Ses graines, semblables à celles des céréales, constituaient pour eux une source importante de protéines. Elles servaient également d'offrandes lors de cérémonies religieuses.

Comme le genre *Amaranthus* appartient aux plantes dicotylédones, alors que les

véritables céréales sont des monocotylédones, l'amarante est considérée comme une pseudo-céréale. Pour en faire du pain, il est donc nécessaire d'ajouter des céréales contenant du gluten, comme l'épeautre ou le seigle. Les graines au goût de noisette peuvent être transformées en mini-popcorn. Les feuilles du jeune queue-de-renard des jardins se consomment comme des épinards ou comme condiment. Pour cela, il faut toutefois les récolter avant la floraison. Aujourd'hui, en plus de sa richesse en lysine, sa teneur en nutriments et en oligo-éléments tels que le fer, le calcium, le magnésium ou le zinc rend *Amaranthus caudatus* intéressant pour les véganes comme pour les astronautes. Redécouverte récemment, cette plante possède, pour reprendre un mot dans l'air du temps, les qualités d'un super-aliment.

## Informations contradictoires

La plante était tombée dans l'oubli pendant longtemps. En cause: les Espagnols en avaient interdit la culture sous peine de mort. Il semble que la forte signification religieuse de l'amarante leur ait posé problème. La date de son introduction en Europe reste incertaine. Selon une source, *Amaranthus caudatus* est cultivée en Europe depuis 1568. Une autre affirme

qu'elle n'y serait arrivée qu'au XVIII<sup>e</sup> siècle. En Allemagne, la première mention daterait de 1815. Malgré ces contradictions, il est avéré que Carl von Linné a été le premier à classifier *Amaranthus caudatus* sur le plan taxonomique, en 1753.

Au sein du genre *Amaranthus*, qui appartient à la famille des Amaranthacées, environ une centaine d'espèces sont connues. Elles se rencontrent pratiquement partout dans le monde. Leur apparence varie, certaines présentant des fleurs dressées. En floristique, *Amaranthus cruentus*, une espèce de ce type, est également utilisée. L'amarante fait partie de ces plantes qui se prêtent très bien au séchage.

Et enfin, deux dernières anecdotes: pour un hectare d'*Amaranthus caudatus*, seulement 100 grammes de graines sont nécessaires. De plus, cette plante fait partie des rares à être résistantes au glyphosate. Comme son nom grec l'indique, l'amarante est en effet immortelle. ♣

## TRADUCTION AUTOMATIQUE

*Cette traduction de l'article «Dekorative Pseudogetreide» de Fleuriste 9/2025 a été réalisée avec ChatGPT.*