

La 5ème proposition de cueillette en hiver n'est pas un fruit : il s'agit des chatons mâles du noisetier.
Dans le Tarn nord, c'est la pleine saison de leur cueillette en ce moment même (début février 2026).
Vous voyez ici ces inflorescences mâles à cueillir :



Le noisetier

Corylus Avellana



Les inflorescences mâles (ou chatons) du noisetier sont comestibles!

On peut les cueillir (en ce moment même) lorsqu'elles sont jaunes (comme sur cette photo), avant qu'elles ne fanent, et les consommer poêlées. Il est idéal de les accompagner d'une sauce ou d'un coulis de chocolat pour masquer leur légère âpreté.



On peut également cueillir les chatons de noisetier et les faire sécher, posés à plat et bien étalés sur une cagette ou dans un panier en osier. *Idéalement, le séchage doit se faire dans une pièce ventilée, à l'abri de la lumière et de l'humidité.*

Une fois que les inflorescences sont bien sèches, on peut les pulvériser au mixeur pour les transformer en farine, que vous pourrez ajouter à vos pâtes à pains, à gâteaux, ou à tartes...



Chez les Celtes les noisettes qui succèdent aux chatons, étaient le symbole de la Connaissance. Dans la mythologie nordique, elles étaient associées au Dieu Thor, comme symbole de patience et de développement mystique. Elles sont cueillies en Europe depuis plus de 7000 ans et étaient déjà utilisées dans l'Antiquité comme remède contre la toux.

Aujourd'hui, les bourgeons de noisetier, sont utilisés en gemmothérapie, en synergie avec d'autres macérats glycinés, contre les problèmes respiratoires, veineux ou l'anémie.

(Le noisetier est fortement déconseillé pour les femmes enceintes).

Les feuilles des noisetiers sont également utilisées en tisanes pour lutter contre les sensations de jambes lourdes, certaines affections buccales (en gargarismes) et les diarrhées.

L'utilisation doit être précautionneuse : le prendre à distance des repas ou de la prise de remèdes. Ne l'utilisez pas en cas de grossesse ou d'allaitement ou si vous êtes allergiques à son pollen.