

Docteur nature : la laitue militante de la chasteté

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **18 (1988)**

Heft 7-8

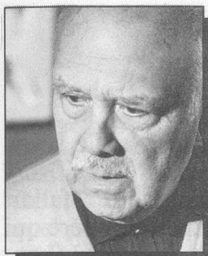
PDF erstellt am: **22.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Notre pays est une auberge trois étoiles et un hôpital gratuits: avec les plantes. Paul Vincent, qui a écrit la saga des végétaux – notamment avec «Docteur Légume» et «Docteur Arbre», éditions France-Empire – vous montre de mois en mois, avec les légumes, les arbres, les fleurs, les herbes sauvages, comment se régaler et se guérir avec la Nature.

Passer sa vie dans «un panier à salade», quand on est une militante de la chasteté, ce n'est pas une erreur judiciaire.

C'est la laitue.

Cette salade du peuple excelle à calmer l'éréthisme sexuel. Les Pythagoriciens la considéraient, dédaigneusement, comme la «plante des eunuques». Au moyen âge, les moines devaient en consommer beaucoup – pour ne pas s'intéresser aux «frisées». Elle contient, en effet, un suc laiteux qui calme l'excitation sexuelle!

Pourtant, elle fait fructifier, entre autres, ses mines de cuivre, de fer, de manganèse, de zinc, ses phosphates, son sodium, son potassium, sa chlorophylle et épèle tout un mini-alphabet de vitamines: A, B, C, D, E. La laitue de la vertu n'en trône pas moins sur les tables du gourmet des quatre saisons, dès le mois de juin-juillet.

En salade, braisée au beurre-noisette, à la crème, farcie, en frittot – trempée dans une pâte à frire légère, en gratin – en chapelure et beurre fondu, en soufflé, à l'italienne, à la hollandaise – alternée avec croûton frit au beurre, en soupe – avec pom-

militante de la chasteté

mes de terre à la Colbert, étuvée, passée à l'anglaise et frite – ou simplement braisée au maigre, la laitue se retrouve partout. D'ailleurs, les Hébreux faisaient entrer la laitue, en même temps que l'agneau, dans les agapes pascales et c'est depuis l'empereur Domitien, que la laitue, alors prévue en fin de repas, prit la première place en entrée. Que ceux qui la dégustent seulement avant le fromage nous jettent la première soupière!

L'art de la laitue de dissuader les érotiques l'a fait entrer, tout naturellement dans la médecine.

Légèrement hypnotique, antispasmodique, propre à tarir le priapisme de la blennorragie, la laitue, heureusement, ne se contente pas de donner aux adultes le culte du sédatif.

En médicament de Nature, la salade ignore la cuisson au beurre ou à la crème: elle se prend crue – feuilles, jus, semences.

Les feuilles sont utiles, aussi bien contre l'insomnie que l'éréthisme nerveux. Elles sont également béchiques. Faites cuire à feu doux pendant une heure 75 à 80 g de laitue dans un litre d'eau. Prenez 3 verres par jour de cette décoction, entre les repas.

La décoction de feuilles de laitue est souvent utilisée en lotion contre l'acné.

Si elles sont cuites avec un peu d'huile – de préférence d'olive ou de noix – les feuilles de laitue préparent des cataplasmes contre les abcès, les furoncles, les brûlures – peu profondes.

Le jus, plus encore que les feuilles, dissuade les «obsédés». Avec du lupulin, il adoucit les spermatorrhées. Mêlé à de l'hydrolat de marjolaine, de tilleul et de valériane, il efface les insomnies nerveuses.

Des guérisseurs de campagne font encore sucer du suc blanc de laitue pour guérir l'asthme, la bronchite, la coqueluche. C'est un sirop naturel contre la déminéralisation, l'arthrite, la congestion hépatique et la constipation. Le suc de laitue n'est pas à négliger pour les diabétiques.

Les semences sont calmantes, elles aussi. Elles soulagent l'ophtalmie en bains d'yeux ou en lotion. Une cuillerée à café par tasse, en décoction. Contre l'asthme et la pleurésie, elles ne sont pas à négliger: une cuillerée à café par tasse, deux fois par jour, à la dose de 5 g.

Si elle peut être décevante la nuit, la laitue est toute fraîche dans l'assiette de la journée. La laitue est une bonne fille qui sait soulager bien des affections.

P.V.

Prochain numéro: le poireau