

**Zeitschrift:** Revue suisse d'apiculture  
**Herausgeber:** Société romande d'apiculture  
**Band:** 128 (2007)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Miel de pissenlit : produit d'une plante aux multiples facettes  
**Autor:** Bogdanov, Stefan / Bieri, Katharina / Kilchenmann, Verena  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1068000>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 26.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Miel de pissenlit – Produit d'une plante aux multiples facettes

Stefan Bogdanov<sup>1</sup>, Katharina Bieri<sup>2</sup>, Verena  
Kilchenmann<sup>1</sup>, Peter Gallmann<sup>1</sup> et Franz-Xaver Dillier  
<sup>1</sup>Centre de recherches apicoles, station de recherches  
AGROSCOPE LIEBEFELD-POSIEUX ALP, 3003 Berne  
<sup>2</sup>Institut biologique d'analyse du pollen, 3122 Kehrsatz

**Les fleurs de pissenlits marquent de leur empreinte nos campagnes en recouvrant au printemps les pâturages de ses fleurs d'un jaune intense. Il s'agit d'une plante populaire, aux multiples facettes. Parmi les miels monofloraux produits en Suisse, le miel de pissenlit est d'importance moyenne. Il est récolté dans toute la Suisse à l'exception du Tessin. Une part minime seulement de nectar de pissenlits suffit à conférer au miel une couleur jaune intense et un arôme marqué. C'est pourquoi, dans beaucoup de miels de mélange du printemps, on perçoit du nectar de pissenlits sans qu'il s'agisse de miel de pissenlit.**

Le pissenlit ou dents-de-lion (*Taraxacum officinale*) est une plante populaire depuis la nuit des temps. Il appartient aux plantes à fleurs les plus connues



Miel de pissenlit du canton de St-Gall.



Photo: GERRI THONEN

Prairies jaunes recouvertes de pissenlits avec arbres fruitiers en fleurs au printemps.



Le pissenlit (*Taraxacum officinale*) est une plante mellifère importante.

En temps de guerre et de crise, les racines du pissenlit étaient déterrées et rôties pour en faire un ersatz de café. Le jus laiteux de ses racines contient du caoutchouc, la matière première utilisée pour produire la gomme. En Russie, pendant et après la première guerre mondiale, une variété de pissenlit (la variété est-européenne, *Taraxacum Kog Saghys*) a été cultivée à grande échelle pour la production de pneus. L'armée allemande a tenté, après la campagne de Russie, de s'approprier cette technologie dans les fabriques ukrainiennes.

et les plus répandues de nos campagnes. Avec sa couleur jaune, il marque de son empreinte prés et prairies. Le pissenlit est l'une des fleurs mellifères les plus importantes au printemps. Il est donc d'une grande importance pour l'apiculture. Mais il a encore d'autres usages: A la fois médicinal et culinaire, le pissenlit se mange en salade. Dans la Pâque juive, les feuilles de pissenlits sont les herbes amères dont parle la Thora: «Ensuite, ils doivent dans la même nuit manger la viande, rôtie au feu, avec des azymes et des herbes amères.»



Pendant la guerre et les périodes de crise, on préparait un ersatz de café avec les racines du pissenlit. Le jus laiteux contient du caoutchouc avec lequel on peut produire de la gomme.

### Plante et aire de distribution

Le pissenlit (*Taraxacum officinale* – Asteraceae) croît dans les montagnes jusqu'à 2500 m d'altitude. Il s'agit d'une plante de diverses conformations, formant des rosettes à racine pivotante. Il aime les sols riches et appartient à la famille des composées. Jusqu'à 200 fleurs sont réunies dans un capitule qui se présente comme une seule fleur. Le pissenlit fleurit en plaine, d'avril à mai et jusqu'en juin dans les zones plus élevées.

### Le miel de pissenlit

Pour la caractérisation du miel de pissenlit, 27 échantillons ont été récoltés. Ils proviennent de rucher situés à des altitudes très variables (386–1108 m), la moyenne s'élevant à 757 m. Les cantons d'origine des échantillons étaient

BE (4), GR (1), FR (5), NE (3), LU (1) et SG (3). Les miels des échantillons ont été récoltés dans les années 1998 (4 échantillons), 1999 (5 échantillons), 2000 (5 échantillons), 2002 (6 échantillons) et 2003 (6 échantillons). Tous ces miels de pissenlit avaient une teneur en eau relativement basse, dans tous les cas inférieure à 18,5 g / 100 g. Le rapport glucose/eau était sensiblement supérieur à 1,7. Le miel de pissenlit cristallise donc très rapidement. Normalement, il a totalement cristallisé 2 à 4 semaines après la récolte. Il forme le plus souvent des cristaux très fins. Les miels avec une teneur en eau basse peuvent cristalliser très durement.

La part de pollen de pissenlit dans le miel varie fortement et est parfois minime, car ce miel contient souvent du pollen de colza et du saule. Le pollen de pissenlit est sous-représenté, on trouve en moyenne 33'600 grains de pollen dans 10 g de miel. Le sédiment microscopique est très clair, souvent teinté de jaune par la couche d'huile jaune entourant les grains de pollen.

*Traduction: Evelyne Fasnacht (ALP)*



Photo: FRANZ-XAVER DILLIER

Cette abeille butine une fleur de la grande famille des composées dont fait partie le pissenlit. Les composées sont une famille de plantes comportant un très grand nombre d'espèce qui sont très difficiles (même pour les botanistes spécialisés) à distinguer les unes des autres. Beaucoup de ces espèces, comme le pissenlit automnal (*Leontodon autumnalis*), sont aussi des plantes mellifères importantes, mais aucune d'entre elles n'atteint l'importance du pissenlit commun.

## Recette pour faire du «miel de pissenlit» selon une recette de grand-mère

**Ingrédients:** donne 7-8 petits bocaux

- env. 300 g de fleurs de pissenlit
- jus de deux citrons
- 1/2 kg de sucre

Enlever les feuilles enveloppant les fleurs. Cuire les fleurs de pissenlit dans 1 1/2 l. d'eau et laisser bouillir 5 min. Enlever de la plaque et laisser reposer 24 heures, passer à la passoire. Cuire ce jus avec le jus de citron et le sucre. Laisser cuire à feu doux à moyen jusqu'à ce que le jus épaisse et prenne une consistance sirupeuse. Remplir dans des petits bocaux et bien fermer.

### Notre expérience

*Important: s'assurer que les fleurs ne proviennent pas d'une prairie sur laquelle on a épandu de l'engrais.*

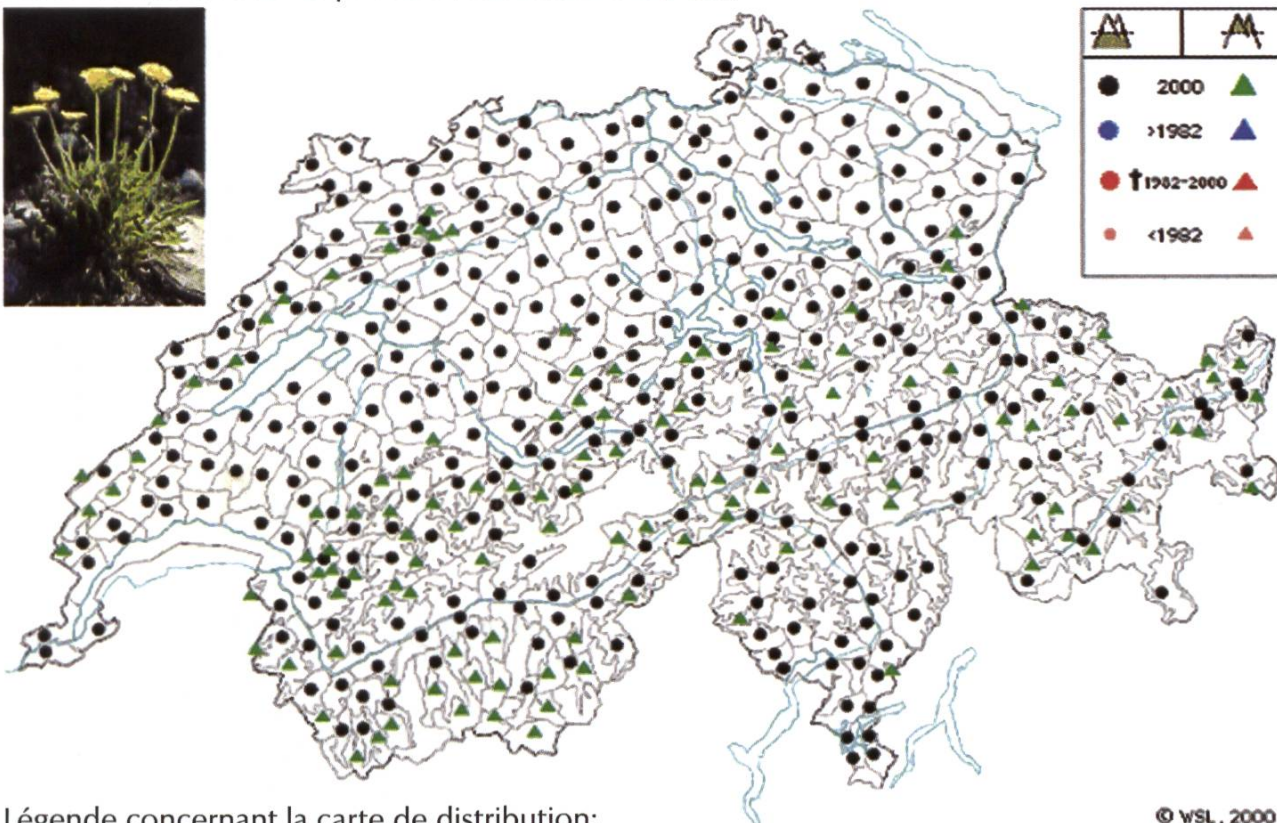
*La raison pour laquelle, lors de l'entreposage, le sucre cristallise parfois est due à une trop forte cuisson du «miel de pissenlit», ce qui modifie le sucre. Le jus doit toujours cuire en ne formant que de petites bulles.*



Photo: GERRI THONEN

Le «miel de pissenlit» ne provient pas toujours de nos abeilles.

Carte de distribution du pissenlit (*Taraxacum officinale*)<sup>2</sup>



Légende concernant la carte de distribution:

© WSL, 2000

		2000	>1982	↑ 1982-2000	<1982
Vallée	Montagne	Présent	Annoncé après 1982	Eteint depuis 1982	Littérature//Herbarbelege

## Fiche signalétique

### Caractérisation:

- couleur jaune vif (intensité moyenne)
- intense en goût et en arôme
- goût animal, fruité
- moyennement doux et acidité moyenne, sans amertume,
- long en bouche
- sensation en bouche: fraîche



Photo: K. BIERI

**Vue microscopique d'un miel de pissenlit avec deux grains de pollen de pissenlit (huile jaune, agrandissement 400x, contraste d'interférence).**

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| - Pollen de pissenlit dans le miel:                    | 25 (11-68) %                   |
| - Quantité de nectar / fleurs / jours                  | 7,4 mg                         |
| - Valeur mellifère du pissenlit par saison et hectare: | 20-200 kg                      |
| - Teneur en sucre dans le nectar:                      | 26-40 g/100 g                  |
| - Sortes de sucre dans le nectar:                      | 45% de fructose<br>55% glucose |

### Propriétés physico-chimiques:

- |                            |                          |
|----------------------------|--------------------------|
| - Teneur en eau:           | 15,7 (14,2-17,7) g/100 g |
| - conductivité électrique: | 0,49 (0,37-0,62) mS /cm  |
| - Acidité libre:           | 10,5 (6,5-17,7) meq /kg  |
| - Fructose / glucose:      | 1,05 (0,90-1,15)         |
| - Glucose / eau:           | 2,26 (1,95-2,60)         |

**Dans le prochain article, nous présenterons le miel de colza.**

### Littérature:

Bogdanov, S.; Bieri, K.; Kilchenmann, V.; Gallmann, P. (2005) Miels monofloreaux suisses, ALP Forum 23: 1-55.

WSL (2000) Swiss Web Flora. <http://www.wsl.ch/land/products/webflora>

Oetker AG (1987), Konfitüren hausgemacht, Aargauer Tagblatt, Aarau.



Photo: BORIS BACHOFEN

Rucher dans une prairie de pissenlits, canton de Neuchâtel.