

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 21 (1991)

Heft: 3

Rubrik: Docteur nature : la rhubarbe : querelles intestines

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](#)

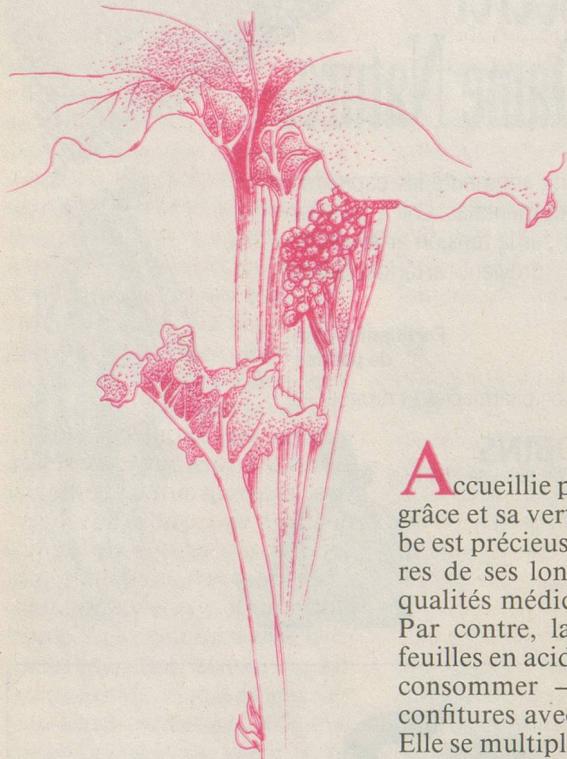
Terms of use

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: 15.01.2026

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

La rhubarbe: querelles intestines



Dessin de Lizzie Napoli.

La rhubarbe, qui revit dès le mois de mars dans les jardins, est une Asiatique du nord qui a débarqué en Europe dès le XIV^e siècle avec ses trésors des Mille et une Nuits souterraines de fer, de magnésium, d'amidon, ses acides gallique, cinnamique, tannique, oxalique.

Accueillie par les moins séduits par sa grâce et sa vertu (médicinale), la rhubarbe est précieuse pour les qualités culinaires de ses longs pétioles charnus et les qualités médicinales de son rhizome. Par contre, la richesse de ses grandes feuilles en acide oxalique empêche de les consommer – encore qu'on fasse des confitures avec les côtes.

Elle se multiplie dès ce mois-ci en terrine par semis de graines en pépinières. On a intérêt à supprimer les hampes florales dès leur apparition et à cueillir le plus bas possible les pétioles adultes – sans oublier de laisser 3 ou 4 feuilles sur le pied.

La rhubarbe est un apéritif, à la fois rafraîchissant et tonique amer. Tout aussi astringente que cholagique et anti-putride, elle sait être laxative.

En cuisine – et en médecine – la rhubarbe s'accommode en pâté – la «pie à la rhubarbe» anglais, mais surtout en compote et en confiture qui sont reconstituantes et antiputrides.

La pie à la rhubarbe, même suisse, est une tarte très britannique. Les tiges du légume sont lavées, ép杵chées, coupées en taillons de 3 centimètres, saupoudrées de sucre, mouillées d'eau et enveloppées de pâte, avant d'être cuites trois quarts d'heure au four. On peut dorner la tarte à l'oeuf avant de la mettre au chaud ou l'accompagner de crème fouettée lorsqu'elle a refroidi.

La compote est le plus rafraîchissant et le plus efficace des remèdes. Il convient de filander les pétioles, coupés en sections plus grandes que pour la tarte – 7 à 8 cm – et de les mouiller avec un sirop de sucre

dans une bassine en cuivre. On les fait pocher au four, couverts et on les nappe de sirop quand ils se reposent dans un compotier.

La confiture prévoit 800 grammes de sucre pour un kilo de pétioles émincés, pochés et cuits, en remuant constamment.

Ce sont surtout le rhizome et les tiges à utiliser en médecine.

Le rhizome ne doit pas être employé en cas de goutte, d'hémorroïdes ou d'hyperchlohydrie: à cause de ses acides, il ferait plus de mal que de bien.

En infusion, le rhizome a des qualités stimulantes. A raison de 20 g de racine bouillis et infusés 10 minutes dans un litre d'eau, à la dose d'une tasse avant le repas de midi et d'une avant le repas du soir.

La rhubarbe n'est pas à dédaigner pour redonner l'appétit, pour lutter contre les diarrhées chroniques, l'hapatisme et l'atonie gastrique, les parasitoses intestinales.

Elle s'emploie alors en poudre, en sirop laxatif – adoucie de chicorée pour les enfants.

Les guérisseurs de campagne de nos amis et voisins savoyards préconisent la rhubarbe en mélange stomachique avec de la noix vomique et de la badiane.

Les tiges ont des propriétés analogues. Elles s'utilisent surtout en compote, avec plus de douceur que le rhizome.

De la famille des Polygonacées, cette plante aussi vivace que rustique a des variétés privilégiées: la «rhubarbe grosseille», la «rhubarbe ondulée» et une rhubarbe cultivée plus pour ses qualités artistiques que médicinales: la «rhubarbe du Thibet» au feuillage très ornemental.

En conclusion, la rhubarbe est une savoureuse dont la vocation essentielle est d'être purgative. Avec une réserve: il convient d'en user avec décence si l'on ne tient pas à provoquer l'exode intestinal.

En effet, la rhubarbe est une originale. Elle déclenche la constipation peu après la diarrhée, si elle est utilisée avec trop d'entrain. Ce qui on en conviendra est d'un humour particulier dans la contradiction, même si on s'appelle rhubarbe. Le purgatoire de la constipation.