

# *L'histoire de l'AVEZE*

*Alain et Catherine Reynaud*

Cette idée est née au cours d'une promenade au pied du Puy Mary de Emile REFOUVELET (grand père de Catherine) parmi les gentianes en fleurs. Pourquoi ne fabriquerait-on pas une liqueur de gentiane sur son lieu d'origine alors que les apéritifs à la gentiane connus sont réalisés à PARIS ou en CORREZE.



Après de nombreux tâtonnements liés à la recherche pour insérer d'autres plantes venant corriger la saveur un peu terreuse de la gentiane, la formule définitive apparut largement satisfaisante. La fabrication se fait à partir des racines fraîches à la différence de la Suze racines sèches. Les racines de gentiane sont récoltées entre fin mai et mi-octobre, entre 900 et 1700 mètres d'altitude. Elles sont triées puis lavées à la main. Elles sont ensuite disposées de façon inclinée pour un égouttage optimal. Après avoir été découpées en cossettes, elles subissent une macération dans de l'alcool pendant au moins neuf mois. Enfin, viennent les étapes de la filtration et l'embouteillage. C'est au cours de l'année 1930 que fût déposée la marque "**AUVERGNE Gentiane**" et non gentiane d'Auvergne qui est du domaine public. **AUVERGNE Gentiane** est conditionné en bouteille d'un litre avec un verre teinté en jaune foncé afin de la protéger des rayons U.V. La bouteille possède un médaillon gravé pour éviter le réemploi et est habillée d'une étiquette principale aux angles biseautés représentant un paysage des montagnes d'Auvergne.



L'Avèze est élaborée à partir de racines de gentiane jaune, cueillies exclusivement dans le territoire du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne.

La Gentiane - *gentiana lutea* - est une plante de la famille des Gentianacées. Herbacée vivace peuplant les prairies riches et les pelouses montagneuses entre 500 et 2500 mètres d'altitude, Les fleurs sont regroupées en verticille tout au long de la grande tige, les pétales jaunes d'or s'ouvrent en étoile. Les grandes feuilles possèdent des nervures parallèles et s'opposent deux à deux sur la tige. La plante met dix ans avant de fleurir et ses racines peuvent atteindre 1,50 mètre de long et dépasser 10 kg. La récolte demande de la force et du temps puisque ce sont les racines qui sont principalement utilisées en herboristerie traditionnelle, extraites du sol en fin d'été ou à l'automne selon les régions, une fois la floraison terminée. La grande gentiane peut être confondue avec le vératre blanc (*Veratrum album*) qui est une plante commune également en montagne mais très toxique, entraînant une hypotension pouvant entraîner la mort selon la dose ingérée. Pour cette raison, il est plus prudent de se procurer la racine de gentiane en pharmacie ou en herboristerie.

La cueillette sauvage ayant été autrefois trop intensive, elle fait aujourd'hui l'objet d'une réglementation. On l'appelle aussi la Gentiane jaune, Gentiane officinale, Quinquina d'Europe, Quinquina du pauvre ou encore Jouvence



La fourche du diable pour arracher  
les racines de gentiane

La gentiane possède plusieurs vertus. Par voie orale, on peut l'utiliser comme :

- Fortifiante : les racines de gentiane sont un remède majeur des massifs montagnards. Elle aide à reconstituer l'énergie vitale et à remettre d'aplomb.
- Immunostimulante : elle est leucocytogène, c'est-à-dire qu'elle accroît le nombre de globules blancs, mais cela est sans gravité. Il vaut mieux avertir son médecin avant une analyse sanguine ;
- Tonique amère et digestive : elle ouvre l'appétit et aide à la digestion en stimulant les sécrétions salivaires, gastriques et intestinales ;
- Carminative : elle diminue la formation des gaz et aide à leur expulsion ;
- Antispasmodique : la gentiane soulage les maux d'estomac, les nausées, les flatulences et divers autres troubles digestifs comme les diarrhées et la dysenterie ;
- Dépurative : les principes amers qui la constituent lui valent ses propriétés de nettoyage de l'organisme. On l'utilise traditionnellement en cure aux intersaisons, au printemps ou à l'automne pour purifier le foie ;
- Hépatoprotectrice : ses effets antiradicaux libres sont intéressants en cas d'hépatite ou nécrose du foie ;
- Antipyritique : elle fait baisser la fièvre, action reconnue dans la médecine populaire depuis le XVIIe siècle ;
- Antiparasitaire et antifongique : elle agit contre la leishmaniose viscérale ;
- Antipaludique.

### Usage externe

Dans certaines régions de France, les médecines traditionnelles locales utilisaient les fleurs en infusion, appliquées pour faire mûrir les panaris, par exemple. On pouvait aussi utiliser les feuilles fraîches ou la décoction de racines en cataplasme pour les douleurs aux tendons ou soulager les contusions et les ecchymoses.

### Composition

La racine de gentiane contient :

- des sécoïdoïdes, responsables de l'amertume (gentiopicrine 2-3% active contre le paludisme, swertia-marinine, amarogentioside) ;
- des xanthones colorants jaunes (gentisine, isogentisine, gentioside) ;
- des sucres (gentiobiose, gentianose) et des pectines (mucilages sucré) ;
- des flavonoïdes et des phytostérols ;
- des traces d'huile essentielle.