

COMMENT RÉCOLTER LA SÈVE

Le matériel dont j'ai besoin :



Une perceuse



Une mèche de 6 mm



Un couteau



Un marteau

Option 1



Un seau alimentaire
en plastique
préalablement percé
(diamètre 6 mm)



Un tuyau alimentaire
(diamètre 6 ou 8 mm
longueur 1,50 m)



Une bouteille



De la ficelle



Un tube en bois ou bambou

1ère étape : je choisis mon arbre
(voir fiche n°1)

COMMENT RÉCOLTER LA SÈVE

2ème étape : je fais un trou dans l'arbre

À une hauteur d'environ 1 m, percez un trou dans l'arbre avec un biais d'environ 10 degrés.

La profondeur du trou doit être de 2 à 3 cm maximum.



3ème étape : j'insère le tuyau ou le tube en bois dans le trou

Insérez le tuyau ou le tube en bois dans le trou, il n'est pas nécessaire de l'enfoncer profondément.

La sève va commencer à couler toute seule dans le tuyau ou le morceau de bois.



COMMENT RÉCOLTER LA SÈVE

4ème étape : j'insère le tuyau dans le seau

Insérez le tuyau dans le seau et attendez qu'il se remplisse.

Ou fixez une bouteille à l'aide d'une ficelle sur le tube en bois afin que la sève s'écoule dans celle-ci.

Attention, la sève fraîche se conserve seulement quelques jours au frais. Ne récoltez pas plus de sève que nécessaire pour préserver l'arbre.

Il faut compter environ 5 L par personne pour une cure de 25 jours.



COMMENT RÉCOLTER LA SÈVE

5ème étape : je rebouche le trou

Le bouleau est hémophile. Si vous ne rebouchez pas le trou, la sève va continuer à couler, et l'arbre va finir par pourrir.

Fabriquez une cheville à partir d'un bout de bois sec de bouleau, ou de noyer en taillant la pointe.

Repercez un tout petit peu plus gros le trou pour enlever les impuretés

Enfoncez la cheville en bois dans le trou à l'aide d'un marteau. Il faut que la cheville dépasse légèrement du tronc.

L'arbre va cicatriser tout seul, mais faites bien attention à ne pas faire de trous trop proches les uns des autres sur un même arbre. Sur la photo à droite, vous pouvez voir à quoi ressemble un arbre qui a cicatrisé.



COMMENT RÉCOLTER LA SÈVE

Les petits plus à connaître

La sève se récolte au printemps lorsque la sève monte des racines vers les feuilles. Il faut la récolter **avant l'éclosion des premiers bourgeons**, car après l'éclosion la sève devient opaque et toxique.

La température idéale pour récolter est **entre 0 et 10 degrés**, au-delà de 13 degrés, la sève fermente aussitôt après être sortie. Vous le remarquez à sa couleur un peu jaunâtre.

Afin que la sève reste fraîche et consommable, il est conseillé de **la récupérer tous les jours** et de la mettre au frais dès que le contenant est rempli. S'il fait chaud, il sera alors recommandé de la récolter plusieurs fois par jour. En effet, la sève de bouleau **contient de nombreuses bonnes bactéries** bénéfiques pour la santé, mais avec la chaleur, de **mauvaises bactéries peuvent se développer rapidement**.

