



Morus alba

Nom vernaculaire : mûrier blanc

Famille : Moraceae

Type biologique : arbre

Origine géographique : nord de la Chine

Introduction : en Europe, dans l'Antiquité, pour nourrir les vers à soie

Habitat : bords des chemins, talus, lieux ensoleillés

Répartition géographique : surtout dans la moitié sud de la France

Fréquence : assez commun

Risque d'invasion : semble faible, mais la plante figure sur les listes des espèces potentiellement invasives

Parties utilisées : fruits

Période de récolte : juin-juillet

Étymologie

Morus était le nom des mûriers chez les Romains.

Présentation générale

Cet arbre aux affinités méridionales peut atteindre 15 m de hauteur. Il renferme un suc laiteux.

Le mûrier blanc possède des feuilles alternes de belle taille, vert foncé et luisantes, glabres, de forme ovale et pointue, en cœur à la base et bordées de dents arrondies. Elles sont munies d'un pétiole. Les minuscules fleurs verdâtres ou jaunâtres sont les unes staminées, les autres pistillées, sur le même arbre. Elles sont groupées en courts épis sur les pousses de l'année, les fleurs staminées à leur base, les fleurs pistillées au-dessus. La floraison a lieu d'avril à mai. Les faux fruits, connus sous le nom de « mûres », sont formés par la réunion des nombreux fruits individuels produits par chaque fleur de l'épi, soudés par les calices charnus qui les enveloppent. Il s'agit donc, en fait, de fruits composés nommés « soroses ». Ils mûrissent d'août à septembre et sont selon les cas, blancs, noirs ou rosés, peu aromatiques et très sucrés.

Espèces voisines

Le genre *Morus* comporte une quinzaine d'espèces, originaires d'Asie et d'Amérique. Dans la région méditerranéenne, on plantait souvent comme arbre fruitier le mûrier noir (*Morus nigra*), originaire de l'Asie centrale.

Confusions possibles

Avec le mûrier noir (*Morus nigra*), du moins pour les variétés de mûrier blanc à fruits noirs. Mais les véritables mûres noires, fruits du mûrier noir, sont très juteuses et acides.

Utilisations et vertus culinaires

Bien que ses fruits soient souvent tenus pour fades, le mûrier blanc est digne de figurer au nombre de nos fruitiers. Les mûres blanches sont en fait de couleur pâle, nacrée ou rosée, parfois assez foncée, allant jusqu'au violet et au noir. Il n'est d'ailleurs pas rare que des pépiniéristes vendent pour des mûriers noirs des mûriers blancs à fruits sombres ! Elles sont juteuses et très sucrées, très bonnes crues, telles quelles, surtout lorsqu'elles ont séché un peu au soleil, sur l'arbre ou après récolte. Au Moyen-Orient, en Inde et en Afghanistan, on cultive des variétés au goût plus marqué, dont on fait souvent sécher les fruits pour les conserver. Chez l'une d'entre elles, la « mûre royale », de couleur blanche, est dépourvue de graines. En Sicile, on prépare de la confiture avec les mûres du mûrier. En Crète, on les laisse fermenter puis on en distille un alcool, le *mournoraki*. Le mûrier noir donne des fruits de couleur sombre, juteux et acidulés, très parfumés. En Sicile, on en fait de la confiture, et dans le Latium, du sirop. Le sirop de mûre noire est courant au Moyen-Orient, où il sert à colorer et parfumer des sorbets.

Les jeunes pousses et les inflorescences des mûriers noirs et blancs, qui se développent au printemps, peuvent être récoltées et consommées comme légumes cuits. On les prépare à la vapeur, sautées dans une poêle ou de diverses autres façons. Leur saveur est très douce et agréable. Les chatons remplis de pollen ont une texture un peu farineuse très curieuse et nullement déplaisante.

En Inde, des essais concluants ont été menés pour sécher les feuilles de mûrier blanc, les pulvériser et les mélanger à de la farine de blé pour préparer des galettes nutritives (*paratha*). En Australie, dans l'importante communauté grecque, les jeunes feuilles servent à préparer des dolmades (feuilles de vigne farcies).

Autres utilisations

Les feuilles servent à nourrir les vers à soie. Elles ont des propriétés hypoglycémiantes. Les mûres sont dépuratives, laxatives et rafraîchissantes. Le sirop de mûre est efficace contre les affections de la gorge et de la poitrine. L'écorce du mûrier est vermifuge et laxative.

Crumble de mûres de mûrier

Ingrédients pour 4 personnes

2 pommes (type boskoop), 2 cuillerées à soupe de miel, 200 g de mûres, 30 g de cerneaux de noix, 20 g de farine, 20 g de sucre, 20 g de beurre

Préparation

Videz et pelez les pommes, coupez-les en morceaux et disposez-les dans des ramequins. Faites-les cuire 10 min dans un four à 180 °C.

Sortez les ramequins du four et mettez un peu de miel sur les pommes. Complétez chaque ramequin avec des mûres.

Hachez finement les noix et mélangez-les avec la farine, le sucre et le beurre. Disposez ce mélange sur une plaque allant au four et faites cuire environ 10 min à 180 °C jusqu'à coloration.

Saupoudrez le crumble sur les ramequins et servez tiède.