



> Dr Jacques Pothier,
pharmacien, Tours

Ail des ours, attention aux confusions !

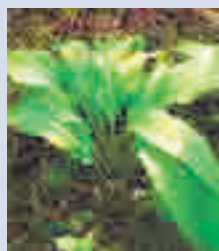
INTRODUCTION

L'ail des ours, *Allium ursinum* très goûteux et de plus en plus consommé est délicieux en pesto mais attention à la cueillette car il peut être confondu avec des plantes toxiques, voire léthales.

Confusions possibles avec d'autres plantes

Une erreur fatale. À Deutsch-Wagram, en Basse-Autriche, un couple est mort après avoir ingéré une soupe à ce qu'il pensait être de l'ail des ours, rapporte le journal autrichien *Kleine Zeitung*.

Les deux personnes âgées avaient cueilli elles-mêmes cette plante aromatique, qui se récolte entre mars et la fin du printemps dans les sous-bois, pour préparer une soupe. Mais quelques heures après avoir mangé, les victimes ont dû être transportées à l'hôpital. « Nous soupçonnions qu'il s'agissait d'une intoxication alimentaire. Lorsque nous avons transporté les deux personnes à l'hôpital, leur état était stable », explique au média local un représentant de la Croix-Rouge. Mais la santé des deux victimes s'est dégradée. Le couple est décédé quelques jours plus tard.



Avant floraison, l'ail des ours peut être confondu avec le muguet de mai, l'ornithogale en ombelle, le colchique d'automne ou le sceau de Salomon qui sont tous très toxiques (éventuellement mortels).

La distinction peut facilement se faire grâce à l'odeur alliée propre uniquement aux feuilles froissées des espèces de la famille des *Allium*, ainsi que par la consistance des feuilles, coriaces chez le muguet et encore plus chez le colchique, l'ornithogale ou

le sceau de Salomon. De plus, l'ail des ours a deux feuilles par pied dont la face supérieure est luisante, la face inférieure mate, alors que le muguet a toujours deux feuilles par pied dont la face supérieure est mate, la face inférieure brillante.

Le colchique contient de la colchicine, un alcaloïde toxique. Les valeurs des doses toxiques et létales sont variables, en raison de la variabilité individuelle :

- doses toxiques :	5,0 mg de colchicine chez l'adulte 0,1 mg/kg chez l'enfant
- pronostic vital en jeu :	à partir de 10 mg, chez l'adulte
- dose létale :	5 g de graines chez l'adulte, de 1,2 à 1,5 g chez l'enfant 11,14.

En 1999, la confusion du colchique et de l'ail des ours a conduit à la mort d'un des consommateurs d'une omelette assaisonnée par cet « ail » récolté dans la forêt alpine autrichienne.

En avril 2020, un Alsacien d'une cinquantaine d'années meurt d'intoxication après avoir consommé un pesto du colchique qu'il avait cueilli en le confondant avec de l'ail des ours.

Intoxication animale

Il arrive aussi fréquemment au bétail d'être intoxiqué. Pr Bruneton rapporte un cas d'ingestion de feuilles et de capsules par des vaches (démonstrée post-mortem) qui s'est traduit par la mort de cinq animaux en trois jours sur un troupeau de sept. En Allemagne, les vétérinaires ont rapporté des diarrhées chez trois chevaux et le décès de l'un d'entre eux, à la suite de la consommation de foin contaminé par 1,48 % de colchique. Des moutons et des truies ont aussi été victime de cette plante.

Partie de la plante	Ail des ours	Colchique
Feuilles	• L'ail des ours a des feuilles larges, ovales et pointues, avec une texture douce et une • Odeur d'ail lorsqu'elles sont froissées.	• Le colchique a des feuilles plus étroites et allongées, • Sans odeur particulière • Feuilles plus rigide
Bulbe et tige	• Bulbe allongé et blanc	• Bulbe rond et foncé • Pas de tige
Flieurs	• L'ail des ours produit des fleurs blanches en forme d'étoile, regroupées en ombelles	• Le colchique produit des fleurs roses ou violettes en forme de coupe, souvent solitaires
Période de floraison	• L'ail des ours fleurit au printemps	• Le colchique fleurit à l'automne
Habitat	• L'ail des ours pousse souvent dans les sous-bois humides et ombragés.	• Le colchique préfère les prairies et les zones herbeuses