



Produced during the artist-in-residence with petites singularités by Yoshinari Nishiki, July 2023, Osserain-Rivareyte, FR

Thanks to Natacha Roussel & Hellekin

Typeface: Grotesk by Frank Adebaiye+ Ariel Martín Pérez (Velvetyne)
Software used: Inkscape, GIMP

Un Guide Pratique pour La Fabrication d'une Boisson Energétique à Partir de Renouée du Japon



Introduction

La renouée du Japon (イタドリ) est une plante envahissante omniprésente en Europe, qui a été introduite pour la première fois à des fins ornementales au 19ème siècle par Philipp Franz von Siebold, un médecin allemand qui prétendait être hollandais^[1]. Malgré cette image négative, les racines de la renouée du Japon sont traditionnellement utilisées comme remède contre la toux au Japon^[2], et les jeunes pousses ont des caractéristiques similaires à celles de la rhubarbe, avec une amertume fraîche. La renouée du Japon détruit certainement le béton, mais la plante elle-même n'est pas toxique. Elle convient donc à l'invasivorisme^[3].



1. Autrefois les Hollandais étaient les seuls étrangers non asiatiques autorisés à commercer avec le Japon.
2. En association avec la réglisse chinoise
3. L'invasivorisme est l'acte de manger des espèces invasives comme méthode de contrôle de leur population.

Extra

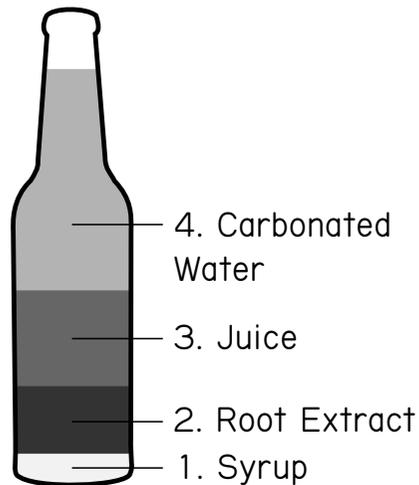
Design du Label

Une fois la boisson mise en bouteille, vous pouvez y apposer votre propre étiquette. Dans mon cas, j'ai utilisé des autocollants de 102 x 70 mm imprimés par une imprimerie.



Composition de la boisson énergétique

Préparer une bouteille (par exemple, 330 ml) et ajouter du sirop jusqu'à 2 cm. Ensuite, ajoutez l'extrait de racine jusqu'à 4 cm. Ensuite, ajoutez une quantité suffisante de jus. Enfin, ajoutez de l'eau gazeuse pour compléter une bouteille de boisson énergétique à la renouée du Japon. Vous pouvez boucher la boisson à l'aide d'une capsuleuse manuelle de table.



Comment identifier la renouée du Japon

Il existerait plusieurs types de renouée du Japon en Europe, mais toutes ont une forme de feuille facilement reconnaissable et des points rouges particuliers sur les tiges. Les jeunes pousses n'ont pas toujours beaucoup de feuilles, elles ressemblent à des asperges. Lorsque l'on casse les jeunes pousses, elles émettent un son creux, "pong". Comme la renouée du Japon s'étend grâce à sa forte structure racinaire, on la trouve toujours en groupe. Cette nature "forestière" est une caractéristique que l'on ne peut pas manquer une fois que l'on s'est familiarisé avec son apparence.



Saison de récolte

Les jeunes pousses constituent le principal ingrédient de la boisson énergétique à base de renouée du Japon. Elles peuvent être transformées en deux composants distincts : le jus et le sirop. La renouée du Japon commence généralement à germer à partir de la fin du mois de mars et conserve son état saisonnier jusqu'à la fin du mois de mai. Une fois que l'on a repéré un bon point de récolte, les jeunes pousses peuvent être récoltées en continu jusqu'à la fin de la saison.



L'autre ingrédient de la boisson énergétique est la racine. Une fois nettoyée et séchée, elle devient un actif végétal Hu Zhang (虎杖根). La principale "énergie" dans la boisson, le resvératrol^[4], est à son maximum dans les racines en octobre^[5]. Cependant, elles peuvent être récoltées dès que la saison de croissance est terminée, c'est à dire à partir du mois de juillet.

4. "The highest concentrations of resveratrol are found in the Japanese knotweed *Polygonum japonicum*"
– Resveratrol: How Much Wine Do You Have to Drink to Stay Healthy? - PMC

5. in Quality assessment of Japanese knotweed (*Fallopia japonica*) grown on Prince Edward Island as a source of resveratrol



Fabrication de l'extrait de racine

Une fois les racines de la renouée du Japon déterrées, elles doivent être soigneusement nettoyées à l'eau courante et séchées au soleil pendant au moins deux semaines. La plante médicinale qui en résulte, Hu Zhang, peut être cassée en petits morceaux à l'aide d'une pince et d'un étau. Placez une quantité suffisante de racines dans une casserole, ajoutez de l'eau et faites-les cuire pendant environ 10 minutes. Lorsque la couleur rouge vif^[12] est entièrement libérée, l'extrait est complet. Il suffit maintenant de filtrer les racines et l'extrait est prêt à être utilisé. Les racines peuvent être conservées telles quelles à température ambiante.



12. Si la couleur semble trop pale, vous pouvez soit ajouter plus de racines ou les cuire pendant plus longtemps

Fabrication du sirop

Les jeunes pousses peuvent également être utilisées pour la fabrication de sirop. Pour la macération, il faut laver les pousses et les hacher en morceaux de 1 cm ou moins avant de les transférer dans un récipient de stockage. Ajoutez-y une grande quantité de sucre^[10]. Laissez reposer pendant un certain temps et ajoutez encore du sucre. Une fois que tous les morceaux de renouée sont complètement recouverts de sucre, laissez-la à température ambiante ou à l'intérieur d'un réfrigérateur. Le processus est plus rapide à l'extérieur du réfrigérateur, mais c'est une question de préférence. Le liquide est prêt lorsqu'il acquiert une couleur rose pâle. Filtrez les tiges pour transférer le sirop dans un récipient de conservation^[11]. Faites chauffer le mélange pour tuer les germes éventuels, puis conservez-le au réfrigérateur.



10. J'utilise du sucre de betterave pour la fabrication de ma boisson énergétique en Hollande pour conserver l'origine locale de l'ensemble du produit.

11. Comme un bocal "Le parfait" (200 ml)

Outils de récolte

La faucille à renouée est un outil spécial conçu pour la récolte de la renouée du Japon, qui permet à la fois de couper et de creuser. Les fonctions de la faucille peuvent être imitées en utilisant des outils traditionnels. Le tablier à renouée est un autre outil spécialement conçu pour la renouée du Japon. Il comporte trois poches pour les pousses, les feuilles et les racines. Il peut être remplacé par de grands sacs poubelles.



Fabrication de jus

Les jeunes pousses de renouée du Japon peuvent être récoltées entre la fin du mois de mars et le mois de mai, environ. Lors de la récolte, il est conseillé de cisailer les feuilles sur place. Il est cependant important de les ramasser et de ne pas les laisser sur place, car elles favorisent la propagation de la plante. Après avoir ramené les pousses à votre base, lavez-les à l'eau courante à l'aide d'une bassine. Empilez-les pour les préparer à la centrifugation. Vous avez besoin d'un extracteur à jus doté d'un moteur puissant ; n'importe quel extracteur à jus Bosch^[6] peut suffire à la tâche. Hachez les pousses en morceaux de 5 à 6 cm et jetez-les dans l'appareil^[7]. Lorsque le résidu est plein, mettez-le sur une assiette et passez-le à nouveau dans la machine, morceau par morceau. Répétez l'opération 3 à 4 fois.



Lorsque vous avez suffisamment de liquide "vert épais", vous pouvez le transvaser dans des bouteilles résistantes à la chaleur^[8]. Portez une grande casserole d'eau à ébullition et placez-y les bouteilles. Faites-les cuire pendant environ 10 minutes jusqu'à ce que la partie "rose vif" soit complètement séparée de la partie verte. Une fois le feu éteint, filtrez la partie verte et transférez le jus dans une autre bouteille pour le conserver. La congélation étant le meilleur moyen de conservation, il est recommandé d'utiliser une bouteille en plastique^[9]. Conservez le jus dans un congélateur et décongelez-le si nécessaire.

6. Un extracteur à jus dont le moteur est moins puissant risque de se casser facilement. Les extracteurs à jus Bosch de la dernière décennie sont compatibles entre eux, ce qui permet d'interchanger les pièces. On peut en trouver sur le marché de l'occasion pour environ 20-30 euros.
7. Attention de ne pas en mettre trop à la fois, autrement la fibre de renouée se coince entre la lame et le fond du récipient en plastique, et risque de brûler.
8. Comme Mio Mio Mate (500 ml)
9. Une bouteille d'eau minérale nouvellement ouverte par exemple (500 ml)