

Le mode de consommation actuelle nous a habitués à boire chaque jour et en quantité du café, thé, jus de fruits et autres sodas qui s'avèrent néfastes pour la santé. Les tisanes traditionnelles 100 % naturelles, à base de racines et de feuilles d'écorce, sont des alternatives qui ont un franc succès chez ceux qui se soucient de leur santé en évitant la médecine chimique autant que faire se peut. Cependant, trouver une tisane dont le goût plait au palais pour remplacer le café ou autres boissons, une ou deux fois par jour, peut être comparé à la recherche d'une aiguille dans une botte de foin.

Nous avons rencontré Nathalie Baissac Daruty de Grandpré, à Goodlands, qui fabrique des tisanes naturelles sous la marque 'Feuilles et Fleurs'. C'est dans ce petit commerce que cette ex-enseignante en histoire, à l'École du Nord, vient de se lancer par passion. Ainsi, elle propose tout un assortiment de tisanes préparées à partir de plantes cultivées pour la plupart dans son jardin et sans produits chimiques. Elles sont en sachets de 40 et 48 g (20 à 25 tasses) au prix de Rs 300.

Romarin, curcuma, gingembre, mélisse, thym, sauge, ayapana et menthe, entre autres, sont les plantes phares dont elle recueille les feuilles qui sont utilisées pour la composition des tisanes qu'on retrouve en plusieurs déclinaisons. Nathalie Baissac Daruty de Grandpré a établi toute une liste dont elle agrémente la composition avec des épices tels que la cardamome, la badiane, la cannelle, etc. afin d'en rendre le goût plus agréable. Dans la gamme, on retrouve les Detox, Apaisante, Antifatigue, Digestion légère, Infusion du soir, Bien-être des articulations, Tisane de sauge, Tisane fraîcheur et Délice d'été et on en passe et des meilleures...

Des racines et des plantes



Voici des feuilles et des fleurs. Et puis, voici des tisanes. A 100% naturelles et dont les nombreuses propriétés thérapeutiques apportent bien-être et santé. Elles sont multiples et gorgées de vertus qui soulagent les petits maux de la vie quotidienne.



Romarin, curcuma, gingembre, mélisse, thym, sauge, ayapana et menthe, entre autres, sont les plantes phares dont Nathalie Baissac Daruty de Grandpré recueille les feuilles.

L'utile à l'agréable

"Les feuilles sont séchées à faible température dans une armoire, que j'ai fait fabriquer, dit-elle, et j'utilise un petit déshydrateur pour les écorces car ce processus est important pour maintenir la fraîcheur des ingrédients le plus longtemps possible." Ensuite elle les conserve soigneusement dans des bocaux et ce n'est que

lorsqu'elle reçoit des commandes ou qu'elle participe à une expo vente qu'elle concocte ses tisanes. Nous avons le plaisir de la voir à l'œuvre. Sur une balance et d'un tour de main, Nathalie Baissac Daruty de Grandpré mélange feuilles, écorces et épices. On dirait bien une druidesse préparant ses potions magiques. Pour agrémente le goût des tisanes, afin de



joindre l'utile à l'agréable, elle y incorpore des écorces de combas et de la noix de coco séchée mais la formule varie selon sa créativité.

C'est en 2012 qu'elle a vendu ses premières tisanes lors d'un marché de Noël à l'École du Nord. Tout récemment, elle a participé à un bol d'air au Domaine de Chazal. Elle a aussi placé ses sachets de tisane dans les éditions de Pop Up Store d'Elizabeth de Marcy-Chellin. Sa clientèle se fait

de bouche à oreille et sur sa page Facebook 'Feuilles et Fleurs' pour les commandes.

Cette aventure a commencé en 2009, explique Nathalie Baissac Daruty de Grandpré, après sa décision de mettre un terme à sa carrière, débutée en 1996, d'enseignante d'histoire aux petits élèves de l'École du Nord. "Au fait, j'ai choisi des études en histoire pour devenir archéologue mais au final, j'ai atterri dans l'enseignement, ajoute-t-elle. J'avais

l'habitude de me dire qu'est-ce que j'allais faire lorsque j'aurai 70 ans et comme j'ai toujours voulu créer quelque chose, l'idée a germé en faveur de la fabrication des tisanes."

Avec nostalgie, elle confie que sa maman, qui était fleuriste, lui avait offert un livre sur les plantes médicinales réunionnaises et qu'avec la fabrication des tisanes, elle a retrouvé sa passion d'autrefois. Soit celle des plantes, un univers qui la fascine toujours autant!

Créter des tisanes, n'est pas chose facile, loin de là. Cela a nécessité une connaissance approfondie des plantes, dit Nathalie Baissac Daruty de Grandpré, et pour cela, elle s'est adonnée régulièrement à des recherches. Parallèlement, elle a suivi des cours sur la phytothérapie et l'aromathérapie dans un centre professionnel en France. Actuellement, elle poursuit sa formation avec le 'Food Processing' au centre social de Plaines-Papayes car elle veut tout faire dans les normes afin de proposer des tisanes de qualité sur le marché.

"Il n'y a pas de gros investissements pour 'Feuilles et Fleurs' car c'est par rapport à mes ventes que je me procure de ce qu'il faut pour mes tisanes, indique Nathalie Baissac Daruty de Grandpré. A l'avenir, j'espère que mon commerce fleurira de toutes ses feuilles et ses fleurs pour être digne d'une herboristerie à la française comme autrefois." Entre-temps, réaliste, elle ne se presse pas et elle fait les choses à sa façon. Ayant obtenu un certificat professionnel de conseils en plantes médicinales et aromatiques, Nathalie Daruty de Grandpré peut aussi accommoder des tisanes spécifiques pour des problèmes précis, dépendant bien sûr des plantes disponibles.

Jenna Ramoo



La sauge, plante merveilleuse...



Nathalie Baissac Daruty de Grandpré raconte que jadis, la sauge était utilisée partout d'autant que selon les croyances, on était assuré de vivre longtemps si l'on en cultivait dans son jardin... "La sauge est connue pour être la plante des guérisseuses et on peut aussi la sécher et la rassembler en petits fagots qu'on fait brûler pour purifier l'atmosphère, ajoute-t-elle. Elle est fortement déconseillée pendant la grossesse et l'allaitement, en cas de fibromes et en période de pré-

