

**MOU, VISQUEUX ET MANDCHOU, VOICI LE
CHAMPIGNON DE JOUVENCE QUE LE TOUT-HOLLYWOOD CONSOMME.
NOTRE REPORTER L'A TESTE...**

Ya bon kombucha !

etsy Prior, la star du kombucha, dans son ranch de L.A., la Laurel Farm. Sur la table, les ustensiles et ingrédients nécessaires à la culture : saladier en Pyrex, cuillère en bois, sucre et thé. etsy présente ici le petit dernier de l'élevage.



Oliver Stone, Madonna, Ronald Reagan et cinq millions d'Américains boivent trois fois par jour un verre de « kombucha juice ». Un breuvage magique qui, selon ses adeptes, guérirait les affections les plus graves et aurait des vertus revitalisantes...

DE NOTRE ENVOYEE SPECIALE A LOS ANGELES : VERONIQUE DUBOIS.

A 49 ans, Betsy Prior affiche une mine radieuse. Un teint de pêche, une opulente chevelure blonde, un corps de jeune fille et un moral d'acier. Dans son ranch, perdu dans les montagnes de Santa Monica, règne une tenace odeur de vinaigre. Dans un grenier, des centaines de récipients recouverts d'un linge blanc. Mystère... La « fermière » retire quelques torchons. Fascinant spectacle. A la surface flotte une galette brunâtre et gluante. Un nom : kombucha. Il s'agit du champignon qui fait courir le Tout-Los Angeles, des nantis de Bel Air aux familles new age de Santa Monica, et qui colonise l'Amérique petit à petit. Le *New York Times* vient de recenser quelque cinq millions d'adeptes.

En deux ans, cette ancienne directrice artistique est devenue une star outre-Atlantique. Elle a eu la révélation divine en méditant dans un ashram de West Hollywood. Après la séance, son maître lui fit boire une tasse d'un thé miracle. Coup de foudre. Elle affirme que, avant de boire régulièrement la boisson miracle, sa peau était couverte d'acné, ses cheveux ternes, ses mains pleines de taches de son, qu'elle se sentait souvent fatiguée et déprimée. Elle décide de se lancer dans la production.

« Tous les dix jours, la mère qui baigne dans du thé sucré produit un petit kombucha », explique Betsy. Sous l'omelette aussi épaisse qu'un pancake qui flotte à la surface du saladier, une deuxième omelette identique à la première. Ce clone visqueux, c'est le « baby » tant attendu. Depuis, un millier de bébés kombuchas naissent toutes les semaines à la Laurel





La Laurel Farm est la plus grande ferme d'élevage. Des centaines de saladiers recouverts d'un linge blanc où fermentent les kombuchas.



Margaret, 53 ans, boit du jus de kombucha trois fois par jour. Malgré une opération d'un cancer du sein, elle ne s'est jamais sentie aussi en forme.

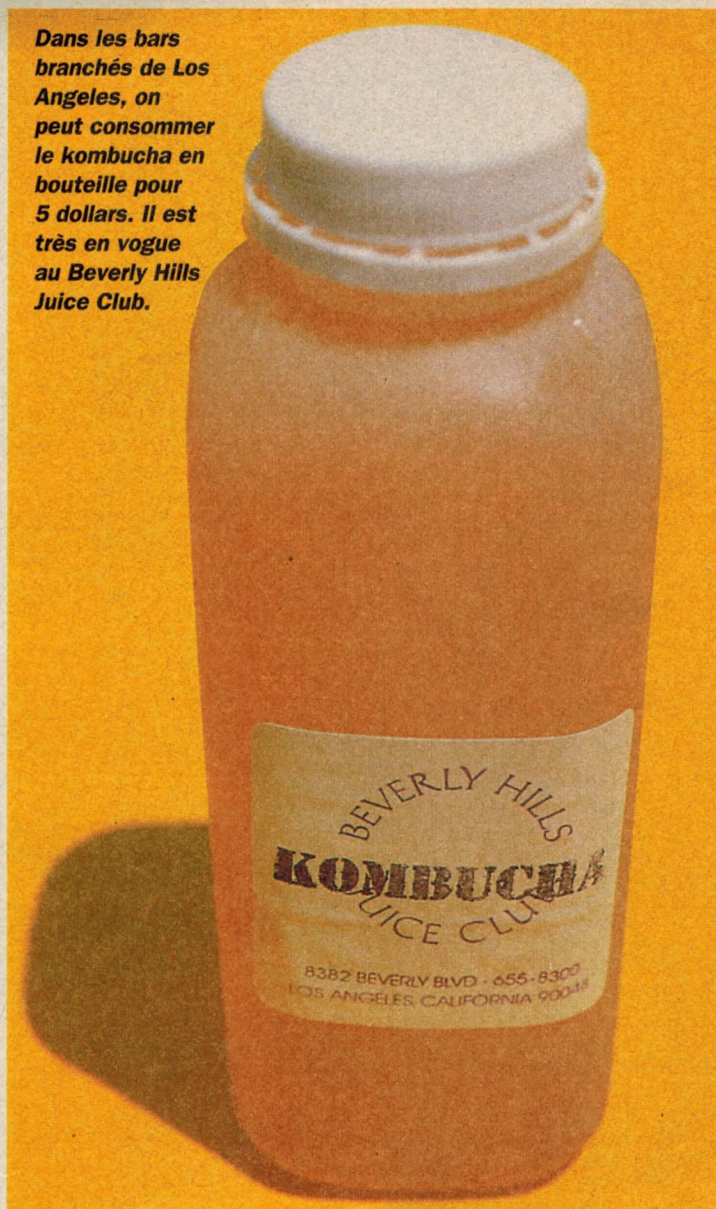
Farm (*). Ils sont expédiés aux quatre coins du monde dans un paquet cadeau accompagné de la recette pour faire sa potion à la maison. Le tout pour 70 dollars, avec la bénédiction de Betsy. « D'accord, je fais du business, mais je suis sincèrement convaincue que ce champignon est un cadeau de Dieu, dit-elle en caressant son chat persan, qu'elle a mis lui aussi au régime kombucha. Je veux aider la planète. D'ailleurs, je l'envoie gratuitement aux malades du cancer ou du sida. »

Dans le bureau, des milliers de lettres, témoignages, remerciements, dûment répertoriés par Lisa et Leslie, 27 et 23 ans, fans du kombucha et assistantes de Mrs Prior. Des timides qui sourient maintenant à des inconnus dans la rue. Des malades de la sclérose en plaques qui débordent d'énergie. Des déprimés qui revivent. Arthrite, stress, constipation, excès de poids, maladies de peau, perte de cheveux, diabète, cholestérol, pro-

blèmes de vue, allergies, migraines, etc., selon les accros, la décoction guérirait presque tous les maux.

Ce n'est pas Margaret Souders, 53 ans, qui nous contredirait. Santiags blanches et minijupe, elle nous reçoit dans son appartement de Wilshire Boulevard. Canapés blancs, moquette crème, elle sourit en passant devant les innombrables miroirs de son luxueux intérieur. « Mes champignons ? explique-t-elle attendrie, en désignant les saladiers en Pyrex alignés sur le bar du salon pour l'occasion. Je leur parle. Je leur passe de la musique relaxante. Je les dorlote. Il y a quelques mois, on m'a décelé un cancer du sein. Les séances de chimiothérapie me laissaient complètement à plat. Puis un jour, un ami architecte m'a donné un kombucha. Attention, je ne dis pas que le champignon m'a guérie du cancer – je viens d'être opérée et la tumeur a disparu –, mais ça m'a donné une extraordinaire énergie qui m'a permis de

Dans les bars branchés de Los Angeles, on peut consommer le kombucha en bouteille pour 5 dollars. Il est très en vogue au Beverly Hills Juice Club.



surmonter cette terrible épreuve. »


Margaret sort deux coupes à champagne, verse le thé ambré dans lequel trempait la moisissure pâteuse quelques secondes auparavant. Elle lève son verre. On porte un toast. On boit en silence. L'élixir ressemble à du jus de pomme légèrement vinaigré. Le visage de Margaret s'illumine. Trois verres par jour et à chaque fois, c'est la même extase. Elle feuillette un bloc-notes où elle reporte les naissances et les prénoms des « nouveau-nés ».

« Dans l'hôtel que je dirige, tout le monde s'y est mis. Si les gens ne sont pas intéressés, j'enterre le champignon au pied d'un arbre ou je le mets dans mes plantes vertes. C'est un excellent compost. » Elle m'entraîne ensuite dans sa salle de bains. Sur les étagères, pas une crème de beauté. Le matin, Margaret s'enduit la face de jus de kombucha. Le soir, elle s'allonge pour un coup de fougère facial, la tranche de moisissure sur la figure. Effet *Alien* garanti. Elle est tel-

lement dingue du breuvage acide qu'elle se baigne dedans. D'après elle, les résultats seraient surprenants. Visiblement, le produit lui réussit. Elle n'en prend que depuis janvier et sa peau est parfaite, légèrement rosée, incroyablement lisse pour son âge.

Joe Lock, un décorateur à la retraite à Los Angeles, affirme, quant à lui, qu'il a retrouvé le tonus de ses 20 ans grâce au kombucha, qu'il absorbe depuis deux ans. « En quelques jours, j'avais envie de grimper aux arbres », raconte-t-il. J'ai 72 ans. Je bricole, jardine. Je viens même de réparer ma toiture. Dans ma chevelure grisonnante réapparaissent des cheveux noirs. C'est incroyable ! »

Dans les librairies américaines, les ouvrages sur le phénomène poussent comme des champignons. Des simples guides, qui ressemblent à des livres de cuisine pour préparer la propre mixture dans les règles de l'art, aux thèses scientifiques, qui livrent les origines mystérieuses de



La fermentation de nombreuses levures et bactéries contenues dans cette galette, visqueuse et gluante, donnera un jus riche en acide hyaluronique et en vitamines du groupe B.

ce lichen mandchou vieux de 2 000 ans, tous retracent le voyage extraordinaire d'un champignon aquatique passé de génération en génération en Asie et qui a fini par atterrir à Hollywood, en 1992, grâce à Tom Valente, éditeur de la revue *Search on Health*, qui publia un article dithyrambique sur ses propriétés.

Devant l'ampleur du phénomène, la Food and Drug Administration, l'équivalent américain de notre ministère de la Santé, a publié une brochure expliquant que le jus de kombucha est le fruit d'une fermentation de levures et bactéries, produisant au final des acides en grande quantité, notamment hyaluronique, et une large variété de vitamines B (B1, B6, B12, PP). Aucune réglementation spécifique n'est encore appliquée. Un vide juridique qui favorise la multiplication des producteurs clandestins. Certains médecins disent simplement que le processus de croissance, la fermentation, ne peut qu'être bénéfique à la santé.

« Tous les produits fermentés ont tendance à favoriser les bactéries saines dans les intestins, affirme le docteur Jim Blechman, généraliste à Los Angeles, qui boit du thé une fois par semaine. De plus, les enzymes sont des catalyseurs de vie. On en a besoin pour digérer les aliments, pour dissocier les protéines et les graisses et pour le processus de la digestion. Lorsque la digestion de quelqu'un ne fonctionne plus, toutes les autres fonctions du corps suivent. En fait, les bienfaits du thé, comme l'énergie, l'amélioration de la peau, peuvent être mis sur le compte d'une meilleure digestion. De plus, quand vous retrouvez une digestion normale, le visage se détend. Un visage plus détendu, c'est peut-être moins de rides... »

Le kombucha a réussi ce qu'aucun autre produit diététique n'a pu accomplir à Los Angeles : rassembler des new agers aux riches fatigués des liftings faciaux, des personnes âgées aux alcooliques et aux

drogués, des personnes atteintes de maladies graves aux quartiers des minorités et des médecins de Santa Monica à ceux de Los Felix. Tous consentent à avaler la mixture juste pour voir ce qui va se passer. Boire du kombucha est devenu une mode. Et le show-biz, toujours en quête de cure de jouvence, n'a pas échappé à la « kombumania ». Oliver Stone, Daryl Hannah, Madonna en sont devenus accro. Linda Evans découpe le champignon en morceaux qu'elle applique en masque de beauté tous les matins. Ronald Reagan en boit un verre par jour, car il est convaincu que cela lui évite de développer un cancer. Rosanna Arquette et Herbie Hancock rêvent d'en cultiver à la maison. Ils parlent tous de la formidable énergie (de l'euphorie même !) que procure le kombucha.

Pour l'instant, le champignon n'est pas commercialisé en France. Si par chance vous arrivez à vous en procurer un (*), voici la marche à suivre.

Versez 25 centilitres de sucre blanc dans 3 litres d'eau minérale ou distillée. Faites bouillir cinq minutes. Hors du feu, laissez infuser quatre sachets de thé noir pendant dix minutes. Otez les sachets. Laissez refroidir vingt minutes. Puis versez le thé dans un large saladier en Pyrex. Attention, pas de cristal, de métal, de céramique ou de plastique, qui peuvent être toxiques pour votre kombucha. Placez le champignon face foncée sur le liquide. Recouvrez d'un linge de coton et fermez hermétiquement avec un élastique. Placez le tout dans un endroit calme et chaud pendant sept à dix jours. Séparez alors la mère et son bébé. Filtrez la décoction obtenue. Placez au réfrigérateur dans un récipient incolore. Dégustez frais trois fois par jour. Et comme le dit la carte que Betsy Prior joint au champignon magique, il ne vous reste plus qu'à « espérer un miracle »... ■

(*) Laurel Farm, PO Box 7405, Studio City, California 91619.