

Notes sur quelques plantes aromatiques et médicinales du jardin à Basseville.

Achillée millefolium, Salvia officinalis ssp.officinali, Artemisia vulgaris

Une légende attribue à certaines plantes une efficacité exceptionnelle le matin du 24 juin, fête de Saint Jean-Baptiste. C'est à ce moment-là qu'il conviendrait de les cueillir, pour capter leurs pouvoirs en de précieux breuvage, ou en pendre dans sa maison pour se protéger des maladies. Il s'agit des sept plantes sacrées de la Saint-Jean comme l'achillée, l'armoise, la sauge...

Pour les cueillir, il vous faudra avoir le cœur aussi frais et léger que vos mains.

Levisticum officinale

Au Moyen-Âge, on faisait usage de la livèche, non seulement pour aromatiser les plats, mais encore comme plante médicinale aux propriétés multiples. On lui prêtait différentes vertus calmantes. Les médecins de l'époque l'utilisaient aussi pour soigner les bubons, les furoncles, les ulcères; ou encore pour soulager la lithiase et les coliques néphrétiques.

On pense que ce sont les moines bénédictins qui l'auraient introduite en France au début du IX^e siècle. Il en est fait mention parmi les variétés de plantes potagères qui poussaient dans le jardin de l'empereur Charlemagne à l'abbaye de Saint-Gall (Suisse).

Myrrhis odorata



Au printemps, les hampes florales se garnissent d'ombelles chargées de myriades de petites fleurs blanches qui constituent le premier grand festin des abeilles. Le feuillage et les tiges très tendres sont délicieusement parfumées, elles pourront être utilisées pour réaliser la plus atypique et la plus étonnante des omelettes. Plus tard, après la floraison, les graines encore vertes, de forme allongée, pourront également être consommées donnant aux préparations un léger goût de noix très subtile. Lorsqu'elles seront arrivées à maturité, ces graines serviront d'ingrédient incontournable à

comme la Chartreuse.

la préparation de plusieurs liqueurs réputées,

Humulus lupulus



Son nom vient du mot slave *khmel'* et du latin *lupulus* qui veut dire « petit loup », car les Romains pensaient que la liane suçait la sève de l'arbre sur lequel elle grimpait. Le houblon est une plante dioïque dont seuls les plants femelles produisent les cônes parfumés. C'est aussi une plante médicinale aux vertus multiples que l'on utilise en infusion, poudre et teinture.

On se sert du houblon pour parfumer la bière depuis le XII^e siècle, date à laquelle Hildegarde von Bingen, abbesse bénédictine du monastère de Rupertsberg près de Bingen en Allemagne, découvrit les capacités de cette plante à

aseptiser et conserver le malt fermenté.

Au Moyen-Âge, il fut longtemps interdit de cueillir le houblon à l'état sauvage sans autorisation.

Ce sont les inflorescences femelles qui sont reconnues pour leurs vertus sédatives, digestives, fébrifuges, stomachiques, galactogènes et toniques.

Melissa officinalis



Son nom vient du mot grec *melisophyllon*, feuille d'abeille, *méli* signifiant miel.

Dédiée à la déesse Diane, cette plante mellifère est nommée *piment des abeilles*, sa présence près des ruches garantissant une bonne récolte. Au Moyen-Âge, on trouvait la mélisse dans tous les potagers de simples des monastères. Elle était cultivée pour son arôme et surtout pour ses vertus médicinales.

- Pour parfumer et éloigner les mites, glissez les feuilles séchées dans vos armoires à linge.
- Pour préparer du vin de mélisse : 1 litre de vin blanc et 20 grammes de fleurs et de feuilles, porter à ébullition, laisser refroidir et passer.

- On utilise ses tiges fleuries, ses feuilles fraîches ou sèches en infusion : 60 grammes de feuilles et de tiges sèches dans 1 litre d'eau bouillante, laisser infuser pendant 10 minutes.

- Pour se relaxer, le bain de feuilles de mélisse est calmant.
- Pour purifier l'haleine, il est recommandé de mâcher une feuille.
- La mélisse favorise la digestion et le sommeil, calme les spasmes et l'anxiété, chasse les sombres pensées et égaye la vie.

L'eau de mélisse des Carmes Déchaux est réputée depuis plus de 400 ans. Un couvent fut fondé à Paris en 1661.

Partager :

[Imprimer](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Pocket](#)