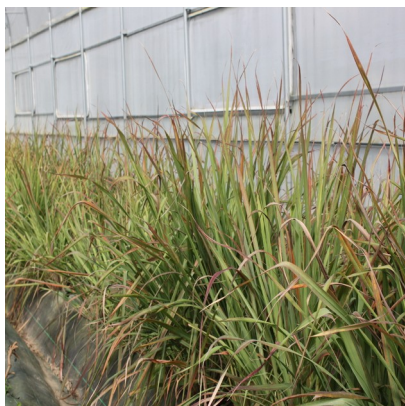


Verveine des Indes

Cymbopogon citratus



Plante, dont la popularité au Portugal qui a fait deux marques portugaises gagné étoiles d'or, dans la compétition internationale "Great Taste Awards", à savoir, Hands on Earth, avec sa tisane biologique, Amália.

Lorsqu'elle est cultivé dans la production biologique peut représenter une source de revenu intéressante, parce que ses feuilles sèches sont très populaires en Europe en plusieurs industries.

Il est une plante herbacée de la famille Poaceae, originaire des régions tropicales d'Asie, en particulier l'Inde. Il pousse dans un buisson de pousses de plantes (de cespitosa) et se propage par stolons (donc est appelé estolonífera). Ils ont linéaires-lancéolées amplexicaules feuilles. Leurs inflorescences sont composées de panicules jaunies.

Plus d'informations à:

https://www.amu.bio/_verveine_des_indes

Cultivation

En extérieur, la citronnelle est une belle plante ornementale, extrêmement aromatique et facile à entretenir.

Il préfère les sols bien drainés, mais avec un certain degré d'humidité car son origine est tropicale et il a besoin de plein soleil ou de mi-ombre.

Il est facile de le propager par la division des tiges et des racines car elles sont peu profondes.

Il ne tolère pas les températures inférieures à 0 °C et peut même mourir. Dans les climats froids, elle peut facilement être cultivée en pots, de sorte qu'elle puisse être récoltée ultérieurement lors des saisons les plus défavorables.

Histoire

La verbaïne des Indes est originaire d'Asie, plus spécifiquement sud de l'Inde, où il pousse spontanément, mais est particulièrement utilisé en cuisine thaïlandaise, indonésienne et indienne.

Au Brésil, il est connu pour "capim santo". Traditionnellement utilisé en Indonésie et en Malaisie à des fins médicinales, il est également, depuis des siècles, utilisés dans la médecine ayurvédique de l'Inde pour lutter contre la fièvre, la dépression et les problèmes digestifs.

Utilisation

Deux de ses ingrédients actifs sont l'huile essentielle à la citronnelle et le limonène, avec l'action répulsive des insectes.

En raison de son odeur très agréable, citronnelle est également utilisé dans la fabrication de parfums, de savons et d'autres produits cosmétiques.

Utilisé dans le thé avec une saveur de citron forte, qui fonctionne comme un digestif et peut accompagner les repas. Lutte contre la mauvaise humeur et les brûlures d'estomac.

Elle a également une action antispasmodique hépatoprotecteur et du tube digestif.

Aide dans le traitement de la gingivite, ulcères de la bouche et de la candidose orale, peut être combiné avec calendula.

Elle a des propriétés apaisantes et est donc consommée pour améliorer le sommeil avec la linden. En outre, diminue la fièvre et augmente la transpiration.

Selon une enquête, le thé de Verveine des Indes aide dans le traitement de la candidose orale chez les patients atteints du VIH. Dans cette étude, menée en Afrique du Sud, 90 patients ont été divisés en 3 groupes: ceux qui ont pris infusion de Verveine des Indes, ceux qui prennent le jus de citron et, dans ce dernier groupe, on pris gentiane antifongique violet. Tous les traitements ont été efficaces, avec un léger avantage pour le jus de citron.

Comme insectifuge, il était le plus efficace de 38 huiles essentielles par rapport, de patchouli et de clou de girofle, clou de girofle.



La demande de cette plante au Portugal a fortement augmenté, en particulier pour les éleveurs de chiens qui ont utilisé comme répulsif insectes piqueurs (planté autour du chenil) , les émetteurs d'une maladie mortelle terrible, leishmaniose.