

ABSINTHE

Artémisia absinthium
Famille des Composées



NOMS COMMUNS :

Grande Absinthe, Aluine, Alvine, Herbe sainte, Armoise amère, Absinthe suisse, Herbe aux vers

CONSTITUANTS PRINCIPAUX :

Deux principes amers, une huile essentielle , des résines, du tanin....

PARTIES UTILISÉES :

Les feuilles et les sommités fleuries.

DESCRIPTION :

C'est une plante vivace dont la tige rameuse, qui peut atteindre 1 mètre de hauteur, est couverte d'un duvet blanchâtre, lui donnant un aspect gris cendré. Les feuilles de la partie inférieure sont découpées en lanières étroites, blanchâtres et cotonneuses, surtout en dessous. Les fleurs, divisibles de juillet à août, jaune verdâtre, sont petites, mais très nombreuses. Elles se regroupent en petits capitules globuleux, pendants, réunis en grappes à l'extrémité des rameaux.

CULTURE ET RÉCOLTE :

L'absinthe se trouve plus ou moins partout dans le monde. Elle préfère les endroits incultes, rocaillieux, pierreux, atteignant quelquefois 2000 mètres d'altitude. Pour sa culture, l'absinthe demande une terre souple, légère, une exposition chaude et du soleil. On la multiplie par le semis des graines ou la division des touffes qui se font au printemps. L'hiver, dans les endroits froids, il est nécessaire de la protéger au pied par des pailis. On la récolte au tout début de la floraison, à une dizaine de centimètres du sol. On l'attache en paquets que l'on fait sécher en les suspendant dans des endroits secs et aérés.

PROPRIÉTÉS :

- Tonique amer
- Stimulante
- Vermifuge
- Digestive

INDICATIONS :

- Fièvres
- Ascari, oxyures
- Régles insuffisantes
- Atonie digestive
- Gastrites

UN PEU D'HISTOIRE :

Gaulois et gauloises s'en ceinturaient les reins, les premiers pour lutter contre les rhumatismes, les secondes pour faire venir les règles.

Traditionnellement, lorsqu'un jeune homme aimant et honnête offrait au 1er mai un rameau d'absinthe à une jeune fille, cela signifiait qu'elle avait tort de refuser ses propositions.

Dans le Midi, bourrer son matelas de feuilles d'absinthe favorise, paraît-il, les nuits oniriques.

ATTENTION :

L'absinthe ne doit pas être utilisée plus de 8 jours consécutifs car ses effets deviendraient nuls et, d'autre part, elle risquerait de provoquer une irritation de la muqueuse gastrique et d'influencer le système nerveux, comme le faisait autrefois cette fameuse "Fée Verte".

Vous ne devez jamais la préparer dans un récipient en fer, en zinc ou en plomb : il y aurait danger d'intoxication.

Une nourrice ou une femme allaitant ne doit jamais utiliser la tisane d'absinthe, le lait serait amer.

Ne pas utiliser en cas de grossesse : effet abortif.

Cette fiche ne constitue en aucun cas un manuel d'exécution ni une référence et ne peut remplacer l'expérience et le savoir-faire d'un professionnel.