

Agastache *Agastache sp.*

Famille des *Lamiaceae*

Le genre *Agastache* comprend environ 30 espèces.



PRÉSENTATION

Les Agastaches sont des espèces herbacées, vivaces à port buissonnant, pouvant mesurer de 30 centimètres à 4 mètres. Leurs fleurs tubulaires, aux couleurs vives allant du rose au bleu, sont regroupées en épis terminaux.

Agastache foeniculum est une plante rustique de 1,2 mètre de hauteur. Elle commence à se ramifier lorsqu'elle atteint 30 centimètres. Les fleurs, bleu-violet, se condensent en épis terminaux.

Agastache mexicana est beaucoup moins haute, de 60 centimètres à 1 mètre. Elle fleurit plus tardivement et ses épis floraux sont beaucoup moins denses. Les couleurs des fleurs varient du rose au violet. Beaucoup moins facile à trouver que ses cousines, elle est souvent considérée, cependant, comme la plus délicieuse quant à son parfum et sa saveur.

Agastache nepetoides peut atteindre 1,5 mètre de hauteur. Ses épis floraux denses varient du blanc au jaune.

Agastache scrophulariafoliae, appelée l'Hysope Géant Pourpre aux USA, est une Agastache aux fleurs mauves et de très haute taille.

Agastache rugosa est une plante vivace de 1,2 mètre de hauteur. Ses fleurs, bleu-mauve, se regroupent en épis terminaux.



Épis floraux d'*Agastache foeniculum*

USAGES

Propriétés

Les Agastaches sont des plantes ornementales, aromatiques, condimentaires et médicinales.

Le fait que les tribus d'Indiens des USA et les populations d'Asie avaient recours à deux espèces différentes d'Agastaches pour traiter les mêmes problèmes de cœur est sûrement une piste intéressante de recherche pour le futur.

Agastache foeniculum était utilisée par les Indiens des plaines du nord dans les boissons et les infusions édulcorantes, ou comme condiment dans les salades. Les Indiens Cree les incluaient souvent dans leurs sacs à médecine. Les Indiens Chippewa employaient les racines pour la toux et les problèmes respiratoires. Les Indiens Cheyenne en faisaient une infusion pour les maux de poitrine en relation avec la toux, les refroidissements, les fièvres et surtout pour harmoniser les problèmes de cœur : faiblesse, tristesse.

Agastache rugosa est l'une des cinquante plantes les plus essentielles de la pharmacopée chinoise traditionnelle. Elle est utilisée pour tout ce qui est en lien avec la sphère digestive et plus particulièrement les fonctions de la rate, de l'estomac et du pancréas. Cette Agastache s'emploie notamment pour traiter les problèmes gastriques, les nausées, les vomissements, les fièvres et les refroidissements.

Préparations

Ce sont ses parties aériennes : tiges, feuilles et fleurs qui sont utilisées. Elles peuvent être cueillies au début de la floraison lorsque les fleurs commencent à s'ouvrir.

Réaliser la cueillette le matin, avant les heures les plus chaudes, lorsque la plante aura évacué un maximum d'humidité de la nuit, mais n'aura pas évaporé ses huiles essentielles.

Les tiges fleuries peuvent être réunies en bouquet puis mises à sécher, en les suspendant tête vers le bas, dans un endroit ventilé et à l'abri de la lumière. Une fois sèches, les feuilles et les fleurs sont récupérées puis conservées dans un bocal hermétique.

L'Agastache est généralement prise sous forme d'infusion de feuilles fraîches ou sèches.

Utilisations et posologies

Les Agastaches agrémentent très bien de nombreuses préparations culinaires comme les salades, gâteaux, poissons ou salades de fruits. Les fleurs peuvent également être consommées ou aider à la confection de sirops.

Pour lutter contre les inflammations et l'encombrement des bronches :

Déposer une cuillère à soupe pleine de feuilles sèches dans une tasse d'eau bouillante. Couvrir et infuser 5 minutes. Boire 1 à 3 tasses par jour.

Pour faciliter la digestion :

La dose recommandée par la médecine chinoise est de 10 à 20 g de feuilles fraîches (5 à 10 g de feuilles sèches), à prendre en infusion.

Pour un apéritif rafraîchissant et anisé :

Dans 1 litre de vin, faire macérer au soleil 2 poignées de feuilles d'Agastache et 100 g de sucre pendant 20 jours. Filtrer puis laisser reposer 20 jours à l'ombre. À déguster frais.

CONSEILS DE JARDINAGE

Les Agastaches s'accommodent d'à peu près tous les sols, y compris les sols argileux ou calcaires. Elles préfèrent tout de même les sols riches et bien drainés et demandent une exposition ensoleillée pour bien s'épanouir.

Semer en caissette, sous abri bien lumineux. Couvrir légèrement les semences et maintenir le substrat humide. La levée nécessite une température constante de 20°C et requiert une période de 1 à 3 semaines.



Semis d'Agastache



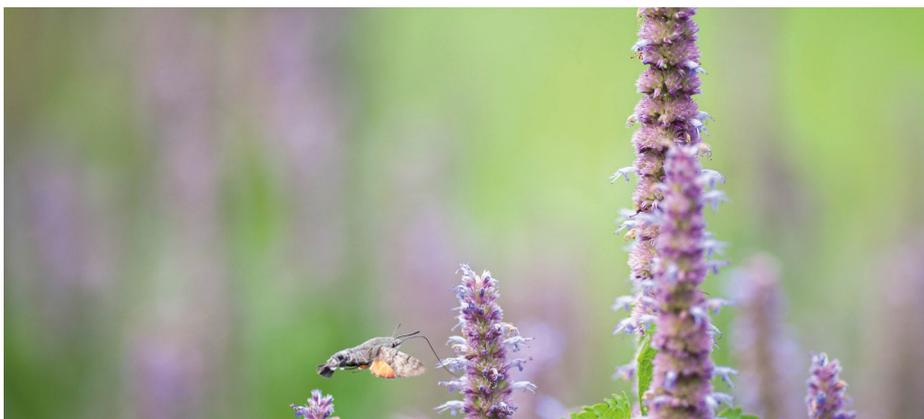
Jeunes plants d'Agastache prêt à être repiqués

Lorsque les 2 à 4 premières feuilles se sont développées, repiquer les jeunes plants en pot ou en godet individuel et les conserver au chaud. Une fois que ces plants atteignent de 10 à 12 cm de hauteur et que les dernières gelées sont passées, les transplanter en pleine terre en enterrant la tige jusqu'aux premières feuilles. Incorporer une bonne dose de compost ou de fumier bien décomposé dans les trous de plantation.

Humidifier la motte avant la transplantation, qui s'effectue à raison d'un plant tous les 30 cm en tout sens.

REPRODUCTION ET MULTIPLICATION

Les fleurs d'Agastaches, riches en nectar, et l'odeur de leurs feuilles attirent de très nombreux pollinisateurs favorisant ainsi une pollinisation croisée entre différents plants et donc un meilleur brassage génétique.



Moro-sphinx, en vol stationnaire, butinant les fleurs d'Agastaches

La pollinisation, c'est le transport des grains de pollen libérés par l'organe reproducteur mâle; l'étamine, jusqu'à l'organe reproducteur femelle; le pistil. L'étamine est constituée d'un filet et d'une anthère portant le pollen alors que le pistil est formé par l'ovaire, le style et le stigmate. La mise en contact du pollen et du stigmate permet la fécondation des plantes et ainsi la production des précieuses semences.

L'Agastache peut également être multipliée par bouturage. Pour cela, couper 15 à 20 cm d'une tige non ligneuse, hors période de floraison. Enlever les feuilles sur les deux tiers de la partie basse, placer cette tige dans la terre et bien tasser autour de la bouture. Arroser généreusement et garder le substrat humide jusqu'à formation de nouvelles racines, généralement après quelques mois.

RÉCOLTE DES SEMENCES

Les tiges florales d'Agastache mûrissent progressivement pour devenir brunes et sèches. La récolte des semences a lieu lorsque ces tiges sont au moins à moitié sèches.



Tiges florales commençant à être mûres

Couper alors ces tiges à la base et les suspendre, tête en bas, dans un endroit sec et ventilé durant une dizaine de jours. Placer un linge en dessous afin de récupérer les semences qui viendraient à tomber.

Les semences peuvent ensuite être extraites de leur calice en frottant vigoureusement les tiges entre les mains. Ce mélange de semences et de débris peut être trié par tamisage ou vannage.

Les semences d'Agastaches ont une durée germinative de 3 à 4 années. Un gramme contient environ 3 500 graines.



Récolte des tiges florales



Extraction des semences

Semences Sans Frontières

..... ASSOCIATION KOKOPELLI

Forêt de Castagnès, route de Sabarat 09290 Le Mas d'Azil - 05 61 67 69 87 - ssf@kokopelli-semences.fr - www.semences-sans-frontieres.fr