

Tagètes *Tagetes sp.*

Famille des *Asteraceae* — Tribu des *Tageteae*.

Le genre *Tagetes* comprend environ 55 espèces dont la moitié sont vivaces.



Dans l'horticulture moderne, les variétés annuelles de Tagètes proviennent, avant tout, des espèces *Tagetes patula*, *Tagetes erecta*, *Tagetes tenuifolia* et *Tagetes lunulata*.

PRÉSENTATION

Le nom Tagètes viendrait du personnage mythique Etrusque Tages, un prophète shaman qui enseigna aux humains l'art de la divination — dont l'aruspicine, la divination à partir des entrailles d'un animal.

Originaires de l'Amérique Centrale et de l'Amérique du Sud, quelques espèces de Tagètes sont natives de régions plus au nord, comme l'Arizona et le Nouveau-Mexique.

Les Tagètes offrent de nombreuses qualités médicinales et sont principalement vulnérinaires, emménagogues, diurétiques, digestifs, carminatifs, antibactériens, antirhumatismaux, mais aussi aphrodisiaques et anthéogénique — pour *Tagetes lucida* — ou anticancéreux — pour *Tagetes minuta*.

Tagetes lucida présente des tiges dressées de 30 à 40 centimètres de hauteur. Ses feuilles linéaires, finement dentées de 5 à 10 millimètres de long, offrent un goût anisé proche de l'estragon. Elle porte une abondance de fleurs jaune orangé vif au parfum puissant.



Inflorescences de *Tagetes lucida* "Estragon du Mexique"

Tagetes minuta présente un port érigé et mesure de 60 à 180 centimètres de hauteur. Ses feuilles fines et très découpées dégagent des parfums de pamplemousse, de citronnelle et de pomme. Ses petites fleurs blanc crème forment des grappes. Cette espèce entre dans la composition de plat et de condiment et l'on extrait une huile essentielle utilisée en parfumerie.

Tagetes erecta, plus connue sous le nom de Rose d'Inde, est une espèce buissonnante mesurant de 30 centimètres à 1 mètre de hauteur selon les variétés. Les feuilles, aux bords dentés, sont découpées en folioles linéaires à lancéolées. Les fleurs, le plus souvent doubles, forment de beaux pompons jaunes, orange ou bruns. Au Mexique, cette espèce est utilisée depuis l'époque précolombienne pour la célébration du Jour des Morts, elle est aussi appelée "Flor de Muertos".

Tagetes patula, aussi appelée Œillet d'Inde, présente une tige dressée et ramifiée de 15 à 30 centimètres de haut. Ses feuilles, finement découpées et dentées sont aromatiques. Les fleurs, simples ou doubles, varient du jaune au brun rouge. Cette espèce est utilisée, au même titre que *Tagetes erecta*, pour la célébration du Jour des Morts au Mexique.



Plants de *Tagetes erecta* "Jack's Crackers" en pleine floraison



Fleur double de *Tagetes patula* "Oregon Lei Mix"

USAGES

Propriétés

Tagetes lucida

C'est une plante apaisante également utilisée dans les techniques de rêve lucide. Cette espèce est l'une des plantes majeures de la pharmacopée des Mayas des hauts plateaux du Mexique. Elle est avant tout utilisée pour soigner les douleurs abdominales, les douleurs épigastriques, la diarrhée, les troubles mentaux, les rhumatismes, l'arthrite. Ce sont surtout les sommités fleuries qui sont utilisées et parfois les racines. Selon de très nombreux auteurs, cette espèce possède des propriétés médicinales antitussives, antispasmodiques, analgésiques, emménagogues, digestives, fébrifuges, utéro-tonique et enthéogénique.

Elois Ann Berlin, auteur de *Medical Ethnobiology of the Highland Maya of Chiapas, Mexico*, a elle-même mis en valeur, l'activité d'une teinture mère de fleurs de *Tagetes lucida* à l'encontre de *Staphylococcus aureus*, d'*Escherichia coli* et de *Candida albicans*. Cette même activité était induite par les racines, les feuilles, et les tiges.

Chez les Mayas K'iché du Guatemala, elle fait partie des 7 plantes cérémonielles présentes dans les rituels et on la brûle en particulier pour soigner des maladies (avec une Rue, *Ruta chalepensis*), telles que la toux, l'asthme, les problèmes gastriques et intestinaux, les douleurs menstruelles et post-partum, ainsi que pour améliorer la lactation. Chez d'autres peuples Mayas du Guatemala, cette plante est utilisée pour soigner la malaria ainsi que pour confectionner une teinture végétale jaune-rouge grâce à la lutéine — un carotène très antioxydant¹.

Chez les Tarahumaras du Mexique, qui l'appellent "basigo", c'est l'espèce prédominante dans leur terroir. Le terme "basigochi", un vocable très largement utilisé, signifie que les Tagètes couvrent toute leur sierra. Ils l'utilisent pour les problèmes gastriques, les gripes et les refroidissements. Elle possède des effets calorifiques, diurétiques et

1. *Plantes Médicinales des Mayas K'iché*, Jean-Pierre Nicolas, page 263

diaphorétiques². Pour les Mexicains de Chihuahua, consommée en boisson, cette espèce est tout aussi populaire que le thé noir, la camomille ou la menthe.

Tagetes minuta

Cette espèce est traditionnellement utilisée pour soigner les pathologies urinaires, intestinales et gastriques et, en règle générale, comme plante antimicrobienne avec des qualités antibactériennes, biocides, antifongiques, antiseptiques et anthelminthiques.

En Amérique latine, ses feuilles entrent dans la préparation d'une sorte de pesto avec de l'huile d'arachide et des piments forts, souvent servi avec des pommes de terre. Les peuples des Andes l'utilisent contre les douleurs gastriques, mais également en infusion pour atténuer les effets des substances abortives.

Des études récentes démontrent que cette espèce constitue un excellent bioaccumulateur et peut être utilisée pour dépolluer des terrains contaminés par la chimie.

Tagetes erecta

Selon l'Atlas de *Las plantas de la medicina tradicional mexicana*, cette espèce a été traditionnellement utilisée pour traiter les problèmes gastriques, les diarrhées, les refroidissements et les gripes, les affections hépatiques, les vomissements, les parasites intestinaux, les problèmes urinaires, les bronchites, les insomnies, les troubles du système nerveux, le diabète, les rhumatismes, les affections dermatologiques, etc.

Considérée comme plante abortive, cette espèce est conseillée pour les soins post-partum des femmes après l'accouchement et pour faire cesser la lactation. Selon James A. Duke, cette espèce possède des propriétés analgésiques, anthelminthiques, anticancéreuses, antitumorales, anti-mutagéniques, bactéricides, diaphorétiques, nématocides, sédatives, stimulantes, pectorales, insecticides, dépuratives, carminatives, laxatives, vermifuges.

Tagetes patula

Les peuples Andins utilisaient sa racine sèche ou fraîche, en mélange avec celle de *Colignonia weberbaueri*, comme contraceptif³. Cette plante était également utilisée pour traiter les rhumes, les toux, les blessures, les problèmes gastriques et comme plante diurétique et emménagogue.

Les fleurs de *Tagetes patula* et *Tagetes erecta* contiennent de la lutéine, pigment caroténoïde, présent naturellement en très forte concentration dans la rétine de l'œil. Ce pigment possède des propriétés antioxydantes et filtre la lumière bleue, prévenant ainsi la dégénérescence de la rétine.

Utilisations et posologies

Tagetes lucida

Les feuilles et les fleurs ont une saveur rappelant celle de l'estragon avec un goût anisé et gardent tout leur arôme après séchage. Elles peuvent être utilisées pour aromatiser les plats, les sauces, les salades ou encore les desserts.

Contre les maux d'estomac :

Verser 1/2 litre (2 tasses) d'eau bouillante sur 6 grammes de feuilles, fleurs, tiges. Couvrir le récipient et laisser reposer pendant 5 à 10 minutes avant de filtrer. Boire une tasse 3 fois par jour, de préférence après le repas.

Contre les maux de gorge :

Faire bouillir une poignée de feuilles dans 1 litre d'eau pendant 12 minutes. Utiliser cette décoction en gargarisme.

2. Tarahumara Medicine, de Fructuosos Irigoyen-Rascon, page 169

3. Kallaway, Guérisseurs itinérants des Andes, Louis Girault, 1984, page 465

Tagetes patula

Toutes les parties de la plante sont comestibles et peuvent être utilisées crues, cuites ou séchées. Fleurs et feuilles peuvent être utilisées comme condiment ou en tisane.

Également appelé "Safran du pauvre", ses fleurs possèdent des propriétés colorantes. Son goût sucré se rapproche de celui du fruit de la passion. Les pétales peuvent être utilisés dans les soupes, les beurres aromatisés, les salades, etc.

CONSEILS DE JARDINAGE

Les Tagetes apprécient une exposition bien ensoleillée et un arrosage modéré.

Semer en caissette, sous abri lumineux, 4 semaines avant la mise en place et maintenir le substrat humide jusqu'à la levée. Repiquer à 15cm en tous sens. Il est également possible de semer clair, directement en place, dans un sol suffisamment réchauffé et de ne garder que le plant le plus vigoureux tous les 15 cm.



Jeunes plants de Tagète "Estragon du Mexique" prêts à être transplantés

Pincer les hampes florales dès leur apparition, limite l'épuisement de la plante, favorisant ainsi la production de jeunes pousses.

REPRODUCTION ET MULTIPLICATION

Dans le cas des Tagètes, ce que nous appelons "fleur" est en réalité une inflorescence, appelée capitule, constituée de plusieurs fleurs minuscules réunies sur un même réceptacle.

Bien que chacune de ces fleurs soient hermaphrodite (une même fleur porte à la fois les organes reproducteurs mâle et femelle), un mécanisme d'auto-incompatibilité empêche l'autofécondation au niveau de la fleur.

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.

Dans la grande famille des Astéracées, les anthères arrivent à maturité avant les stigmates. De plus, sur un capitule, les fleurs du pourtour se développent avant les fleurs centrales, ce qui implique que les stigmates situés vers l'extérieur seront matures au même moment que les anthères des fleurs situées au centre.

Les fleurs de Tagètes produisent du nectar et attirent ainsi de nombreux insectes pollinisateurs. Les visites de ces insectes assurent la fécondation et la production de semences.



Visite d'un Souci, *Colias crocea*, sur les nombreuses petites fleurs de Tagète "Jack's Crackers"



Abeille solitaire sur une inflorescence de *Tagetes lucida*

RÉCOLTE DES SEMENCES

Après pollinisation, chacun des fleurons fécondés laisse place à une graine. Il y a donc autant de graines que de fleurons sur une même inflorescence. Cependant, ce que nous appelons ici «graine» est en réalité un fruit sec, l'akène, qui contient une graine unique.

La récolte s'effectue lorsque les inflorescences sont totalement sèches sur pied. Le plus souvent, elles ne sont pas mûres au même moment et plusieurs passages sont nécessaires.

Les semences des Tagètes, à l'aspect de petits pinceaux noirs et blancs, sont bien à l'abri dans le calice (l'ensemble des sépales). Pour les récolter, pincer l'extrémité de l'inflorescence pour attraper les semences puis tirer.



Plants de *Tagetes erecta* "Jack's Crackers" en pleine floraison



Semences triées de Tagète "China Cat Mix"

Il est préférable de réaliser la récolte par temps sec, en fin d'après-midi afin d'éviter que les graines humides ne pourrissent une fois stockées.