

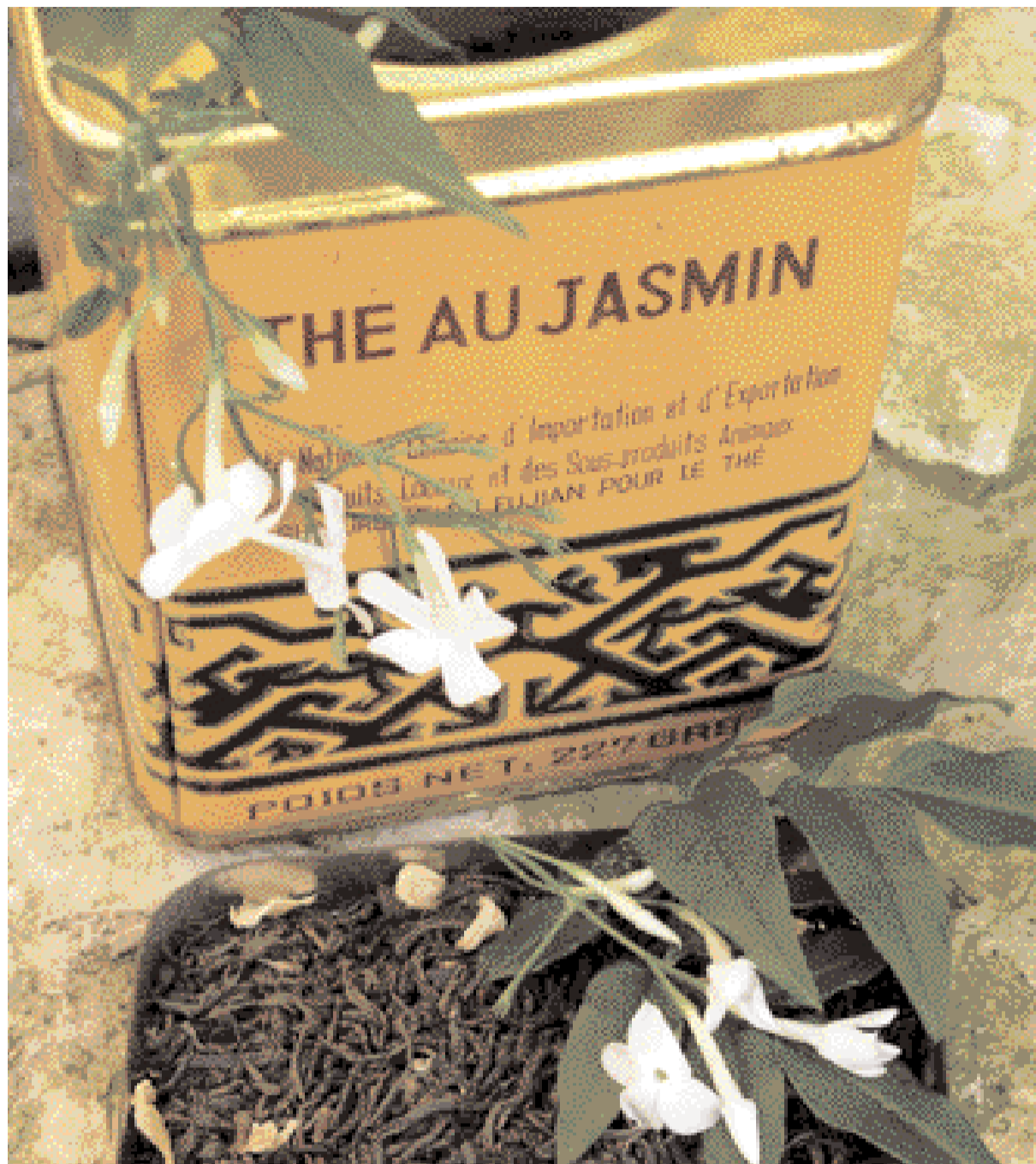
Les vagabondages de Floradiane

textes et photos Pierrette Nardo



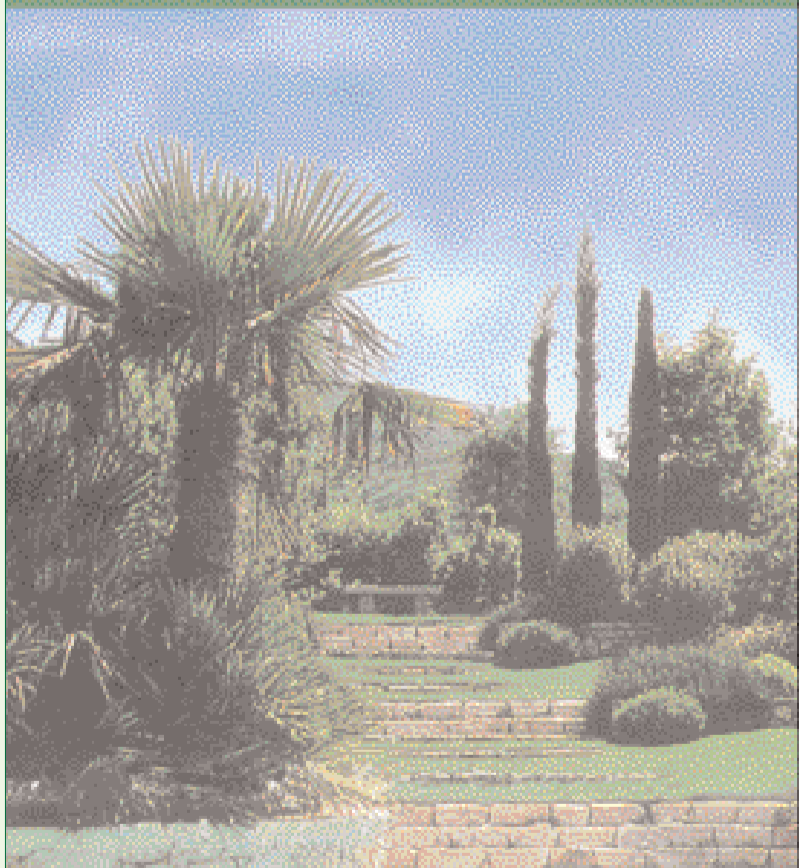
Depuis quelques années, dans un coin de mon jardin, je cache un faux jasmin, et dans le salon, un deuxième faux, mais la maréchale ne pourra guère m'accuser de recel: les « copies » étant un *Trachelospermum*, connu aussi sous le nom de « jasmin étoilé », et *Stephanotis floribunda*, surnommé « jasmin de Madagascar ». Eh oui, ils en ont le sublime parfum, les mêmes fleurs blanches mais... leur sève est toxique et ce ne sont pas des jasmins! Heureusement, un authentique, *Jasminum Sambac*, nommé aussi « jasmin d'Arabie »

pousse gentiment dans la maison l'hiver, pour être ressorti dès que les gelées sont passées. Ce jasmin, qui parfume les thés de Chine depuis plusieurs siècles, est hélas un peu trop frileux pour la Charente Maritime. L'année prochaine, c'est décidé, je tente de planter un officinal: le long d'un mur orienté plein Sud, en protégeant la base l'hiver, il devrait pouvoir s'installer... et me donner une profusion de fleurs pour mes préparations diverses: le merveilleux Sambac, vivant en pot, ne suffisant pas à ma gourmandise!



Pépinières de Gaudissart

Création Parcs et Jardins



ARBRES • ARBUSTES D'ORNEMENT • AGRUMES
PLANTES GRIMPANTES
VENTE AUX PARTICULIERS

261, chemin des Colles - 06140 VENCE

☎ 04 93 58 10 40

Fax 04 93 58 65 47

E-mail : gaudissart@free.fr

Parfums d'Orient

par une Charentaise à la goule beunaise*

Au fil des siècles, les belles ne s'y sont pas trompées: Néfertiti, beauté égyptienne d'il y a plus de 3000 ans se baignait dans de l'eau de jasmin. Cléopâtre, mille ans plus tard, faisait parfumer les voiles de son bateau de jasmin et de rose, imitant en cela les Perses qui utilisaient l'extrait de jasmin pour parfumer l'air ambiant.

Précieuse, l'huile de Jasmin était employée pour oindre les rois et personnages de haut rang de l'Inde ancienne. Ces fleurs tenaient et tiennent toujours une place importante dans rituels religieux et offres votives, surtout les variétés doubles consacrées au dieu Vishnou. Les prêtres hindous utilisaient aussi le jasmin médicalement (bains d'yeux, brûlures, maux de tête...). Chez les Tamouls (Inde du Sud), un peu avant le début de notre ère, il était de tradition, quasi obligatoire, que les cheveux des femmes soient parfumés au jasmin. Encore actuellement, des guirlandes de ces fleurs sont portées dans les cheveux aux 3, 5, 7 et 9^{es} mois de grossesse.

Outre l'Inde, l'un des principaux producteurs de jasmin a toujours été la Chine, ou très tôt, il figure dans la liste des plantes médicinales, est chanté par les poètes et aromatise le thé.

Le mot jasmin, qui vient de l'arabe emprunté au persan *yâsamin*, est apparu en Europe au XVI^e siècle, en même temps que les Maures qui favorisent l'implantation de ces odorantes plantes sur tout le pourtour méditerranéen. En 1699, le grand duc de Toscane se procure un pied de jasmin sambac à fleurs doubles, très parfumées: découvert aux Indes en 1665.

Son jardinier, amoureux, en subtilise une tige et l'offre à sa fiancée. La jeune fille réussit à faire pousser cette bouture, puis multiplie et commercialise ces jasmins rares et précieux, assurant ainsi un certain « confort financier » au couple. Depuis, les filles de Toscane portent toutes, le jour de leurs noces, un petit bouquet de jasmin en souvenir de cette histoire: elles disent que « une jeune fille digne de porter ce bouquet est assez riche pour faire la fortune de son mari »...

Le botaniste Linné (1707-1778) a noté que les indigènes de l'Inde, surtout les jeunes filles, préparaient une sorte de « bouillie » avec des fleurs de jasmin écrasées et mélangées à du riz: elles mangeaient cette préparation pour soigner des maladies de peau.

En France, autour de la ville de Grasse, on cultive le jasmin depuis le milieu du XVII^e siècle. Un parfum Jean Patou, créé en 1930, « Joy », lancé comme le « plus cher parfum du monde » et qui utilise toujours la récolte de cette région. Tous les ans depuis août 1946, avec la « Jasminade », Grasse fête cette fleur emblème. Corso fleuri et arrosage du public avec de l'eau de jasmin (par un véhicule des pompiers), rappellent la grande place qu'a eue économiquement la production de cette fleur, avant l'arrivée des parfums de synthèse, qui ont fortement fait chuter la production.

Pour obtenir un kilo d'essence absolue de jasmin, il faut recueillir environ sept millions de fleurs. Jean Patou disait qu'il fallait 10 600 fleurs de jasmin pour produire une once (exactement 28,4130625 ml) du parfum Joy, réputé pour sa qualité... et son prix!

Et aussi

– Au siècle dernier, dans la région de Menton, un jeune marié n'offrait pas de jasmin à sa tendre moitié. Selon une croyance, cette fleur risquait de rendre malade, voir de faire mourir son épouse dans l'année.

– En magie naturelle, le jasmin placé sous le signe de Vénus, est utilisé associé à d'autres plantes, dans les cérémonies de « retours d'affection ». Dans un autre registre que les envoûtements amoureux, ses fumigations rituelles sont réputées favoriser la médiumnité et les rêves prophétiques.

* *Beunaise ou benèze*: mot du patois Charentais signifiant, bien aise, satisfait(e), rassasié(e), mais pas gavé(e), avec de bonnes choses ce qui est le cas après quelques gourmandises au jasmin!

Quand j'ai traîné du côté de Rungis pour la première fois, il y avait encore dans le grand pavillon des fleurs coupées des personnes ayant connu les années cinquante, époque où Paris était encore la capitale incontestée du luxe. On m'a ainsi raconté que les fleuristes les plus chics alors, deux sœurs installées dans une ancienne boucherie avenue Victor Hugo, je crois, étaient intervenues lors de la décoration du mariage de la fille de l'ancien roi du Portugal. Elles avaient cousu des centaines de fleurs de jasmin sur les draps de la chambre nuptiale. Le comble du raffinement ! J.-P. C.

SOUS LE SERMENT D'HIPPOCRATE

Antidépresseur, anti-inflammatoire, antiseptique, analgésique, aphrodisiaque, cicatrisant, galactogène, relaxant, sédatif, tonifiant...

Le jasmin est une fleur utile aux femmes pour lutter contre bon nombre de problèmes gynécologiques. Il est traditionnellement utilisé en Chine, pour faciliter l'accouchement.

Le jasmin favorise des sentiments d'optimisme et d'euphorie. Ajouté au bain, sous forme concentrée, il peut soulager les problèmes menstruels et les crampes musculaires. Il calme aussi la toux, mais d'autres plantes moins coûteuses le remplacent fort bien pour cet usage

Chez Vénus et Eros

On raconte que le capiteux parfum du jasmin blanc l'emportant sur celui de toutes les autres fleurs, c'est lui que les maris adultères offraient à leur(s) maîtresse(s) ! Chinois et Arabes apprécient les vertus du jasmin comme aphrodisiaque depuis des siècles. En France, M^{me} du Barry (1743-1793), poupée d'amour du roi Louis XV raffolait du jasmin et en avait, paraît-il, constaté les effets « bénéfiques » sur son amant. L'huile parfumée au jasmin sera donc tout indiquée pour de coquins massages... Cette voluptueuse fleur est aussi utilisée dans la cuisine dite aphrodisiaque, ou les aliments, soigneusement choisis, sont le prélude à d'autres gourmandises...

RECETTE POUR UN LITRE D'APÉRITIF OU DIGESTIF : n'hésitez pas, lorsque le jasmin est en fleurs à préparer quelques bouteilles de ce nectar qui peut être conservé plus de deux ans.

Astarte : Pour une belle de vin blanc sec, prévoir un plein bol de fleurs fraîches de jasmin, c'est mieux, ou 20 g sèches, 2 ou 3 tranches de galanga sec, 2 c. à soupe de miel de fleurs d'oranger, deux verres de mahia (eau-de-vie Marocaine de figues).

Laissez infuser les fleurs de jasmin pendant trois semaines dans le vin blanc avec le galanga. Filtrez, goûtez : si vous ne trouvez pas le vin assez parfumé, refaites macérer des fleurs fraîches pendant encore 3 semaines. Si le parfum vous convient, ajoutez le miel et la mahia.

Laissez reposer au moins 15 jours avant de déguster.

Cette petite recette, aux vertus canailles... est à consommer avec modération. L'abus d'alcool, qui nuit à la santé, gâche aussi les plaisirs de la table comme ceux du lit...



Beauté

Seuls quelques grands parfums utilisent encore le coûteux jasmin naturel. Nombre de modernes « eaux de toilette » l'ont remplacé par une essence synthétique... Sur le plan cosmétique, l'absolue de jasmin, rééquilibrante, convient à toutes les peaux. Cette essence entre dans la composition de produits de soins tels parfum huileux, crème, savon, shampoing.

PRÉPARATIONS MAISON : si vous avez l'un des vrais jasmins dans votre jardin, concoctez-vous quelques soins raffinés et abordables.

Eau florale : 200 ml d'eau douce, un petit bol de fleurs fraîches de jasmin (ou 2 c. à soupe de fleurs sèches).

Faites chauffer l'eau. Dès qu'elle bout, jetez-y les fleurs. Couvrez, stoppez la source de chaleur. Laissez infuser jusqu'à complet refroidissement. Cette eau parfumée, utilisable quotidiennement comme lotion, se conserve une semaine au réfrigérateur.

Huile précieuse : Sans tasser, remplissez un pot en verre de fleurs de jasmin, puis recouvrez complètement d'huile de tournesol ou d'huile de noyaux d'abricot. Laissez macérer 3 semaines avant de filtrer. Cette huile, pourra être utili-

sée pour les soins de la peau, des cheveux ou des massages.

Pour un parfum plus concentré, refaites macérer l'huile préalablement filtrée avec d'autres fleurs fraîches, pendant encore 3 semaines.

À NOTER : L'absolue naturelle de jasmin est une « petite folie » pas trop déraisonnable. En 2007, on peut en trouver de bonne qualité pour environ 30 euros les 5 ml. Cinq gouttes d'absolue de jasmin suffisent à parfumer merveilleusement 10 ml d'huile de base à votre choix telle amande douce, jojoba ou pépins de raisin. Pour une bouteille de 50 ml d'huile de massage au capiteux parfum, vous utiliserez environ 2 ml d'absolue de jasmin.

Attention, n'utilisez pas l'absolue de jasmin pur : cela peut irriter la peau.

Les bons jasmins

Pour les recettes (santé, beauté, cuisine, bien être...) les vrais jasmins odorants à fleurs blanches, à utiliser sont : Jasminum grandiflorum, Jasminum officinale, Jasminum odoratissimum, Jasminum sambac ainsi que les doubles, tels « Grand duc de Toscane » qui est un cultivar de Sambac.

Les jaunes et les faux jasmins, bien que parfumés (pour certains) n'ont aucune des propriétés cosmétiques et médicinales des vrais jasmins, en outre, certains sont quelque peu toxiques...

Pierrette Nardo/Floradiane
sites Web : www.cuisiflor.com
www.autourdesroses.com

à table !

Aux Indes, en Chine, en Arabie, depuis plus de 2000 ans, en Europe à partir du XVIII^e siècle, le jasmin fait aussi partie des fleurs utilisées en cuisine. Il constitue l'un des ingrédients usuels pour la préparation de pâtisseries, confiseries, crèmes dessert, confitures, thés, liqueurs, cordiaux et autres eaux-de-vie... Il entre plus rarement dans des mélanges épicés et plats de viandes et/ou légumes.

Lancez-vous et goûtez ce « mélange maison » d'épices : 2 c. à soupe de graines de coriandre, 2 morceaux de cannelle ou 2 c. à café déjà moulue, 1 c. à soupe bombée de fleurs sèches de jasmin, 1 demi c. à café de gingembre. Broyez le tout dans un moulin à café réservé aux épices. Quelques pinces de cette poudre précieuse dans un pilaf de sarrasin (ou de riz) aux abricots et amandes (avec ou sans viande d'agneau) feront un met digne de la somptuosité orientale comme de la table de Vénus...

L'accord jasmin et rose peut être aussi utilisé pour aromatiser le thé et quelques délicates gourmandises : ne vous en privez surtout pas !

Sheerazade



Préparation : 15 min – Cuisson : 40 min

POUR 5/6 PERS. : 500 g de figues, 3 c. à soupe de fleurs fraîches de jasmin ou une c. bombée de fleurs sèches, 160 g de flocons d'avoine, 150 g de beurre, 150 g de miel (ou sucre roux brut de canne non raffiné), 50 g de graines de nigelle de Damas, beurre.

– Laissez le beurre à température ambiante le temps qu'il ramollisse un peu.

Préchauffez le four th.7.
– Dans un saladier, mélangez du bout des doigts tous les ingrédients, sauf les figues, sans trop travailler le mélange afin qu'il ait la consistance d'un sable grossier.

Votre pâte à crumble est prête.
– Coupez les figues par la moitié. Disposez-les dans un plat à gratin beurré.

– Émiettez grossièrement le mélange fleuri aux fleurs de jasmin et graines de nigelles sur les figues et enfournez le plat.

– Faites cuire 40 minutes environ. Le dessus du crumble doit être bien doré.

– Servez tiède, accompagné ou non de crème fouettée, ce délice digne des mille et une nuits...

À NOTER : Si vous ne trouvez pas de fleurs de jasmin (fraîches ou sèches) remplacez par 20 gouttes d'arôme naturel de jasmin (boutiques fournitures pâtisseries et Internet).

Çà et là

• Le jasmin est à l'origine du prénom arabe féminin « Yasmina », écrit aussi « Yasmine ou Yasmine ».

• En France, les « noces de jasmin » sont fêtées lors des 66 ans de mariage.

• Les fleurs séchées de jasmin entrent dans la composition de pots-pourris et sachets parfumés.

• En Catalogne et en Turquie avec le bois du jasmin sont fabriquées des pipes à long et mince tube, très appréciées par les Kabiles et les Turcs.

• Dans le langage des fleurs, le jasmin blanc signifie : je te choisis.

