

Basilic (*Ocimum basilicum*) Lamiacées

Annuelle ou vivace non rustique

Aromatique et condimentaire

Présentation : Le basilic, appelé aussi herbe royale, est une plante aromatique qui assaisonne tant de plats et qui entre dans la composition du fameux pistou ! Il existe beaucoup de variétés et autant de goûts différents. Le basilic est une plante aromatique facile à cultiver en extérieur ou en intérieur, en pot ou en pleine terre. Très apprécié pour sa fraîcheur et sa saveur, il relève les plats de l'été. C'est un réel plaisir de le cueillir selon ses besoins.

Un peu d'histoire : Le basilic était déjà considéré, il y a 4 millénaires, comme une herbe sacrée, offerte aux divinités Vishnou et Krishna. Il a ensuite conquis l'Asie et l'Égypte. Il entra dans le processus de momification, car les Égyptiens lui découvrirent très tôt des propriétés antibactériennes et de conservation. Par la suite, il est arrivé en Grèce et à Rome. Récolté par le basileus (souverain) selon des rites mystérieux, c'était une herbe royale et un symbole de fertilité. Là, on se mit aussi à l'utiliser en ornement, en cuisine, mais surtout en pharmacopée.



Beaucoup de civilisations l'ont associé à des rites mortuaires : glissé entre les mains des défunts, il était censé les protéger dans leur passage vers l'au-delà.

Au fil des siècles, il a

gagné l'Europe méridionale puis, aux 16ème et 17ème siècles, l'Angleterre et les États-Unis.

Le basilic est très répandu à travers le monde. Il reste profondément ancré dans la culture asiatique et dans la gastronomie méditerranéenne.

Origine : Originnaire de l'Asie du sud et certainement de l'Inde.

Noms vernaculaires : Basilic romain, pistou, herbe royale, oranger des savetiers, herbe aux sauces.

Description : Plante condimentaire herbacée, haute de 30 à 40 cm et plus, mellifère et à odeur pénétrante. Feuilles allant du vert pâle au vert foncé, parfois pourpre, de tailles très différentes suivant les variétés. Elles sont pétiolées, ovales et souvent lancéolées, dentelées. Tiges dressées, rameuses et carrées. Fleurs en grappes blanches ou roses, de juin à septembre. Graines fines, oblongues, noires.

Multiplication : Semez le basilic en terrine, en godets, ou en mottes, sous châssis froid, de février à avril, sans couvrir les graines qui ont besoin de lumière pour germer. Posez les graines en surface et saupoudrez un peu de terreau dessus. Placez les semis dans une pièce claire, (l'étiollement favorisant la pourriture du collet), dont la température avoisine 18 °C. Maintenez la terre humide pendant les premières semaines, mais jamais détrempée.

En motte dès l'apparition des premières feuilles, éclaircissez pour ne garder que les plants vigoureux.

Repiquez lorsque les plants ont 4-5 vraies feuilles. Les mettre en place du 15 mai au début juin à 25 à 30 cm

en tous sens. Le basilic se développe très bien entre les pieds de tomates et aime avoir la tête à mi- ombre et les pieds au frais mais sans excès. Se cultive très bien en jardinière.

Sachez que planter au soleil, le basilic produit plus de fleurs qu'à la mi- ombre.

On peut aussi le multiplier par bouturage en mai-juin. Mais l'opération peut être tentée toute l'année dans la maison ou sous abri chauffé pour renouveler un plant âgé et défraîchi.

Technique : Prélevez aux ciseaux des têtes de basilic non fleuries, des tiges de 5 à 7 cm de longueur avec juste les feuilles terminales. Placez ces brins dans un verre d'eau et au chaud derrière une fenêtre sans immerger les feuilles. Surveillez le niveau d'eau. Ces tiges sont bien enracinées 15 jours plus tard. Repiquez-les dans un pot rempli de terreau sur un lit drainant puis arrosez.

Sol et exposition : Le basilic aime les sols riches, pas trop lourds, bien drainés et légèrement frais. Évitez absolument les sols détrempés. Le basilic a besoin d'une exposition chaude et ensoleillée, à l'abri des coups de froid et du vent pour donner le meilleur de lui-même. L'idéal pour lui est d'avoir la tête au chaud et les racines au frais.

Incidence de la lune : Lune montante quand vous semez et lune descendante si vous les repiquez

Nombre de graines au gr : 800

Durée germinative : de 5 à 8 ans

Levée : de 10 à 25 jours

Température de germination: 15 à 20°

Entretien : Endurcissez vos plants en les sortants quelques heures d'abord puis de plus en plus longtemps. Arrosez modérément, le sol doit avoir le temps de sécher entre 2 arrosages. Si votre terre est argileuse, elle retient l'eau, et le basilic en redoute les excès. En été, limitez à 1 arrosage tous les 15 jours, voire moins s'il pleut. Le paillage est un élément indispensable à la culture du basilic en pleine terre. Ne laissez pas d'eau à son pied : il risquerait de pourrir. Binez, sarcliez puis paillez. Etalez une belle épaisseur (6 à 7 cm) composée de tonte sèche ou de paille de lin.

Fertilisation : Vous pouvez faire des apports d'engrais organique pour plantes aromatiques, mais ce n'est pas obligatoire.

Rotation des cultures : de 2 ou 3 ans.

Les bons mariages : tomate, poivron, aubergine, laitue, persil et concombre.

Quantité : 2 pieds, plus si vous voulez en planter entre les pieds de tomate ou ailleurs.

Durée de culture : 6 à 7 mois en pleine terre ; une année en pot si on prend le soin de le rentrer l'hiver.

Variétés : Il en existe plus de 150 variétés avec des saveurs diverses (cannelle, réglisse, citron...). Le basilic thaï se cultive idéalement en pot. Certaines sont vivaces dont une qui nous vient du

Kilimandjaro. (*Ocimum Kilimandjaricum*), la variété « African Blue ».



Taille ou pincement :

Dès que ses pousses principales mesurent 10 cm de hauteur, pincez-les. Vous favoriserez ainsi la ramification.

Vous renouvelerez l'opération plusieurs fois sur toutes les

extrémités de tiges. Le basilic s'obstine à fleurir précocement contrairement aux autres plantes aromatiques. Pincez la tige florale au profit des feuilles.

Rusticité : Nulle pour la plupart des variétés. Celles dites vivaces n'excèdent pas une température de moins 5°, en revanche mises à l'abri du gel, il est préférable de les cultiver en pot, elles resteront productives tout l'hiver à condition de les arroser régulièrement.

Astuces : Il émet de petits épis blancs qu'il vaut mieux couper pour favoriser la production de feuilles. Pour obtenir du basilic tout l'hiver, arrachez, en automne un plant avec une bonne motte et rempotez-le. Conservez-le ainsi en pot dans la maison, une véranda, ou une serre chauffée. L'idéal est de le cultiver dans une grande potée afin de le rentrer facilement chaque hiver.

Si vous optez pour l'achat de godets, rempotez-les ou plantez-les rapidement après l'avoir acheté. Mais

n'oubliez pas de les faire tremper dans une bassine d'eau pendant 5 min, afin que la motte de terreau s'imbibe bien d'eau.

Récolte : Les feuilles fraîches se récoltent 3-4 mois après le semis selon les besoins (juin). Ne pas laisser monter à graines si l'on veut prolonger la récolte.

Conservation : Le basilic perdant très vite son arôme il faut le sécher rapidement autour de 30-35° C, au four par exemple. Les feuilles de basilic se conservent au réfrigérateur, tout l'hiver en maintenant les feuilles finement hachées et couvertes d'huile dans un bocal bien fermé.

Vous pouvez également les conserver au congélateur, après les avoir bien lavées et essuyées.

On peut aussi lier plusieurs branches entre elles par la base et les faire sécher tête en bas dans un endroit noir et ventilé. Une semaine plus tard environ, une fois les feuilles brunes et sèches, conservez-les dans un récipient hermétique ou encore dans de l'huile d'olive ou du vinaigre.

Utilisation : Le basilic frais s'utilise cru dans les crudités et les salades, les légumes, l'huile d'olive, le vinaigre et les sauces. Le basilic est la base de la soupe au pistou. Il aromatise les aubergines farcies, les canards. Il parfume également les courts bouillons, les pâtes, les poissons, les omelettes et se marie idéalement aux tomates, à l'ail. Moules et omelettes y gagneront aussi en saveur. Le poulet au basilic un classique de la cuisine chinoise.

Les feuilles de basilic s'utilisent de préférence crues, entières, ciselées ou pilées, mais jamais hachées, car cela le fait noircir. Leurs arômes s'atténuent à la

cuisson.

Goût : Le basilic, d'un parfum très agréable, subtil, fort et épicé, est très différent suivant les variétés. Raison pour laquelle il est utilisé dans de nombreux pays.

Produire ses graines : Laisser monter à graines les plus beaux sujets, ne conserver que des plantes de la même variété. Lorsque les épis deviennent roux, les couper, les étaler sur une toile, au soleil léger, les égrener. Mettre en sachet et les conserver au frais et au sec.

Maladies, parasites et traitement : Peu de maladies sont à craindre. Faites attention tout de même à l'oïdium et la pourriture grise qui se développent en atmosphère confinée, avec trop d'engrais ou si la plante subit de trop gros écarts de température entre le jour et la nuit. Méfiez-vous également du pourrissement des racines (fusariose), si le sol n'est pas bien drainé. Enfin, ses feuilles se marquent de jaunâtre, s'il est exposé à un soleil brûlant.

Conseils écologiques : Associez le basilic avec d'autres plantes aromatiques qui exigent le même type de sol : camomille, fenouil, lavande, romarin, thym. Réalisez un massif original et diversifié en le composant de plusieurs variétés de basilic aux feuillages différents.

Le basilic est un antimoustiques, il fait fuir aussi la mouche de la carotte et les pucerons.

Propriétés : Le basilic possède de nombreuses

vertus médicinales : antioxydant, stimulateur d'appétit, digestif, antiseptique et tonique.

En infusion, il permet de mieux digérer les repas un peu lourds.

-Il lutte contre les spasmes, les ballonnements, les maux de ventre.

-Il aide aussi à atténuer les maux de tête. Il a aussi des propriétés calmantes et sédatives

-En bain de bouche il permet de lutter contre les aphtes.

-Il a des vertus antinausées, notamment en cas de mal des transports ou de gastro-entérite.

-Il aide à lutter contre le rhume et à apaiser les maux de gorge.

Sources

Terre vivante

- René Vigan

- Rustica

- Internet

- Tous les légumes V.Renaud.