

Citronnelle de l'Inde (*Cymbopogon citrolus*)
aromatique

Poacées

vivace

Présentation : Cette graminée séduit par le parfum citronné puissant de ses longues feuilles qui font merveille en infusion comme en cuisine. Bonne nouvelle : cette citronnelle tropicale peut parfaitement être cultivée sous nos climats !

Un peu d'histoire : Les divers noms communs de cette plante aromatique donnent des indications sur les endroits où elle est cultivée depuis plusieurs siècles. Cette plante est originaire du Sud-Est asiatique, peut-être plus précisément d'Inde et du Sri Lanka. Cette « lemon grass » est connue depuis l'Antiquité. En témoigne l'étymologie, grecque, du nom donné au genre auquel elle appartient. En effet *Cymbopogon* vient des mots « *kymbé* » qui signifie nacelle et « *pogon* » désignant la barbe, le tout faisant référence aux inflorescences plumeuses de la plupart des espèces de ce genre. Par ailleurs la citronnelle composait autrefois l'huile sainte avec l'huile d'olive, la myrrhe et la cannelle.

La citronnelle est connue depuis fort longtemps en Europe. La noblesse raffolait des huiles et parfums issus de cette aromatique. Ces derniers étaient transportés par les marins français, britanniques et hollandais dès le XVII^e siècle.

Origine : Inde

Noms vernaculaires : Citronnelle, verveine des Indes, citronnelle de Madagascar, citronnelle de Java.

Description : La citronnelle forme, comme la plupart des plantes appartenant à la famille des Poacées (anciennement nommées Graminées), de fortes touffes d'herbe. Celles-ci peuvent atteindre **plus d'un mètre de hauteur** lorsqu'elles sont cultivées en pleine terre sous leur climat tropical d'origine. Installées dans un pot, elles composeront rapidement un buisson de 70 à 80 cm de haut. Émises par un puissant système racinaire (des *rhizomes* munis de fines et longues radicules), les longues feuilles persistantes de cette citronnelle sont coriaces, voire coupantes. Elles

s'engainent et possèdent, à leur base, une partie renflée et blanche. Ce « bulbe » ainsi que tout le feuillage de la citronnelle de Madagascar sont utilisés en cuisine car ils développent un délicieux et tenace arôme de citron.

Mérite d'être cultivée en bordure d'allée où, au moindre frôlement ses feuilles libéreront un subtil parfum citronné.

Multiplication : par division de touffes au printemps/ on éclate l'ancienne touffe et on replante tous les 80 cm en tous sens, en pleine terre ou dans de très grands pots. Si cette plante est cultivée en pleine terre, la repoter à l'automne et la rentrer à l'abri des froids. Pour la culture en pot, faire un mélange de terre, de tourbe, de terreau, de compost et sable de rivière.

Non rustique elle peut éventuellement supporter un faible gel durant une période très courte mais à condition d'être plantée dans un sol très bien drainé. En conséquence, en France cette aromatique sera **cultivée en pot**. Ce contenant sera placé à l'extérieur, au soleil, dès que les derniers risques de gelées seront passés (à partir de la mi-mai) pour être hiverné dans une véranda, sous une serre froide ou autre endroit hors gel (10 °C minimum) et lumineux.

Quand et comment planter la citronnelle ?

Installez les plants de citronnelle dans des pots d'**au moins 30 cm de diamètre** remplis d'un mélange constitué de 8 volumes de terreau pour un de sable et un autre de terre de jardin argileuse.

Les citronnelles achetées en godet peuvent être plantées toute l'année mais privilégiez la belle saison (de mai à septembre) pour les installer.

Rempotez-les lorsqu'elles sont trop à l'étroit dans leur contenant, c'est-à-dire lorsque leurs racines commencent à déborder du pot.

De mai à août, prélevez, en vous aidant d'une fourchette, les pousses situées à l'extérieur de la plante et repiquez les plants ainsi obtenus dans un nouveau pot.

Sol et exposition : Culture dans un sol frais, meuble, riche en humus, sous un climat doux et humide à exposition mi-ombragée et abritée.

Entretien : La citronnelle de Madagascar est facile à cultiver. **Sa seule exigence concerne l'arrosage** qui fluctue en fonction des saisons. Bien que possédant un feuillage persistant, cette plante a une période de croissance végétative importante de mai à octobre ; ses besoins en eau sont alors très importants. Arrosez de façon à ce que le substrat reste toujours humide sous le doigt. En période de canicule (mais seulement dans des conditions de sécheresse), vous pourrez même laisser la base du pot contenant la citronnelle tremper dans une coupelle remplie d'eau. En revanche l'arrosage sera réduit au strict minimum durant les mois d'hiver.

Fertilisation : Inutile de fertiliser la citronnelle mais pensez, en automne, à **ajouter de la terre de jardin en surface du pot** et à couvrir celle-ci de quelques feuilles mortes sèches.

Rusticité : Très frileuse, dès que le thermomètre descend en dessous de 7° il faut la protéger, peut-être même la rentrer.

Il est important que la plante soit hivernée avec un feuillage le plus abondant possible ! Cessez donc toute coupe au moins trois semaines avant l'arrivée des grands froids.

Astuces : L'hiverner à l'intérieur n'est pas chose facile. Il est plus simple de prélever une tige dont la base bulbeuse renferme les réserves. Après l'avoir réduite à mi-longueur, placez-la dans l'eau au chaud, elle émettra de nouvelles racines. Repiquez-la dans un pot de terreau. Un plant sera disponible à la saison prochaine.

Récolte : Il faut attendre 3 ou 4 ans, que la plante soit bien installée et bien développée avant de commencer à récolter la citronnelle. On cueille son feuillage au fur et à mesure des besoins. La récolte des tiges entières est plus délicate : il faut veiller à ne pas les couper trop près des racines afin de permettre à la plante d'émettre de nouvelles pousses. La citronnelle se cueille durant sa période végétative **de mai à octobre**. Récoltez la base de la tige sur une dizaine de cm ; éliminer les feuilles trop dures. A consommer de suite.

Attention lors de la manipulation des plantes : certaines personnes sont sensibles aux huiles essentielles contenues dans les feuilles qui peuvent provoquer des irritations, des rougeurs notamment sur les avant-bras

Conservation : La citronnelle peut se stocker après avoir été ciselée et séchée à l'air libre, mais pour conserver au mieux ses arômes **mieux vaut la congeler entière.**

Utilisation : La cuisine cambodgienne, thaïlandaise, indonésienne, malaisienne et de nombreux autres pays utilisent la citronnelle pour aromatiser les plats de viande, de poisson, les carris, soupes et sauces.

Couper finement la base des tiges fraîches en rondelles pour aromatiser les salades, les crudités, les marinades, divers potages, les plats indonésiens et indiens (gigot de mouton ou poulet marinés, croquettes de viande...). Elles remplacent le citron dans certains mets. Très bonnes infusions.

La plante fait également partie de nombre de pharmacopées traditionnelles. Récoltez la base de la tige sur une dizaine de cm ; éliminer les feuilles trop dures. A consommer de suite.

En cuisine, on utilise généralement la partie blanche de la tige de citronnelle. Finement ciselée, celle-ci est glissée dans les marinades et/ou revenus avec les autres ingrédients du plat. Les feuilles sont coriaces. En conséquence, lorsqu'elles sont ajoutées dans le jus de cuisson d'un plat, elles sont préalablement ciselées et enfermées dans un sachet en mousseline ou une grosse boule à thé.

Pour changer, voici un petit conseil culinaire :

Dahl à la citronnelle :

- 1 verre de lentilles corail
- 2 gousses d'ail
- 1 morceau de gingembre

- 2 tiges de citronnelle
- 1 citron vert
- 1 cuillère à café de graines de cumin
- 1 cuillère à café de graines de moutarde

Mixez l'ail, l'oignon et le gingembre avec le cœur tendre des tiges de citronnelle. Coupez en lanières les feuilles de cette aromatique et enfermez-les dans un sachet de mousseline (ou dans une grosse boule à thé). Dans une cocotte, faites revenir quelques instants les graines de moutarde et de cumin. Ajoutez les condiments mixés et continuez la cuisson pendant 5 minutes à feu moyen. Versez les lentilles et couvrez-les avec deux verres d'eau. Ajoutez les feuilles de citronnelle. Laissez mijoter à feu moyen pendant 20 minutes. Ajoutez le zeste râpé du citron et rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre du dhal. Servez ce plat chaud ou froid, à l'apéritif, en entrée ou en garniture.

Fameuse à juste titre, la citronnelle parfume de nombreux produits de beauté, d'entretien.

Goût : citronné

Produire ses graines ; Contrairement à de nombreuses autres plantes appartenant au même genre, la citronnelle de Madagascar ne fournit pas de graines (du moins ne fleurit-elle pas en France) et ne se multiplie pas par le semis.

Maladies, parasites et traitement : La citronnelle peut, parfois, être affectée par deux maladies **cryptogamiques** : la rouille (de petites pustules brun orangé apparaissent sur les feuilles) ou l'oïdium qui recouvre le feuillage d'une poudre blanche. Ne traitez pas ! Ces champignons se développent seulement lorsque les plantes sont placées en situation humide et confinée. **Il suffit de les ventiler**, de les aérer pour venir à bout des maladies.

Sources

René Vigan - Rustica

Internet - Terre Vivante

Tous les légumes V. Renaud