



Cumin blanc

Noms latins : *Cuminum cyminum*

Noms français synonymes : Cumin d'Orient, Jeera safed

Noms anglais : Cumin, White cumin, Jeera safed

Partie distillée : Graines

Une merveille dans la cuisine pour relever les plats. Aussi pour accompagner les mets qui font ballonner.

Le Cumin pacifie et améliore l'attention.

Pour tous les timorés, cet épice aide à s'affirmer !

Si l'appétit n'est pas arrivé, le Cumin peut vous l'amener : pour le stimuler, une goutte sur la main poser et celle-ci lécher.



La plante, ses légendes et sa botanique

Le Cumin blanc est une ombellifère de menue taille. Ce qu'il aime avant tout, c'est beaucoup de soleil dont il est un proche ami de Feu. Bien desservi par son copain, il n'a besoin que de peu de feuillage et se suffit de quelques feuilles fines et profondément découpées, se trouvant sur le bas de la tige. Il ne voudrait pas gêner l'ascension de ses fleurs, ce qu'il trouve très important. En effet, il veut amener ses graines vers le soleil. Ce sont elles que l'on distille pour en tirer la précieuse huile essentielle comme ce sont elles que l'on emploie en cuisine.

Comme tout bon Pitta, il est exigeant et demande un sol de qualité. Selon les apports de celui-ci, il teintera parfois très légèrement ses fleurs de rose. Elles sont blanches, en petites ombelles ni trop grandes ni trop serrées afin de ne pas entraver la progression de la fille lumière de son copain le soleil.

Nous connaissons en général le Cumin blanc par son odeur typique qui donne leur charme aux fallafels et à un très grand nombre de plats orientaux. Cela nous empêche de le confondre avec le Carvi d'un prix plus modique. L'empereur de Rome Marc Aurèle fut appelé Marcus Cuminus pour marquer sa richesse. En effet, cette épice fut employée comme monnaie par les Pharisiens. Bien moins débordant d'énergie que la réputation de Marc Aurèle est l'emploi qu'en firent les Piémontais. Chez eux, c'est au fiancé qu'il était donné pour assurer sa fidélité et son abstention.

Ses capacités digestives hors normes l'ont toutefois toujours amené dans les cuisines. Et ce dans tous les plats, du salé au sucré. Son emploi dans les plats traditionnels lui a valu toutes les tables. Il est même un des composants principaux du si fameux curry.

Propriétés énergétiques

Equilibre le psychisme

Aide à avoir une perception lucide de soi-même

Donne à mieux s'affirmer et à mieux savoir qui l'on est, avec plus de certitude et de conviction

Amène des pensées belles, plus belles, encore plus belles

Pour retrouver son intuition et ses rêves

Dégage les vents et airs internes

Protège des sorcières?

Chakras

3ème chakra

Doshas

Diminue Pitta

Enlève les lourdeurs de Kapha

Stimule un Vata pourtant calme

Éléments

Feu

Chémotype standard

Assez variable

Monoterpènes (paracymène, beta-pinène, alpha- et gamma-terpinènes)

Aldéhydes (cuminaldéhyde, p-menthadiénal)

Cétones : aucune

Pyranocoumarines (scopolétine : traces)

Furanocoumarines : aucune répertoriée (?)

Chromatographie par lots

Lot CUM2003/2197 (PDF, 363 Ko)

Contre-indications et limitations d'emploi

Photosensibilisant.

Emploi externe : se montre légèrement dermocaustique chez certaines personnes.

Tenir hors de portée des enfants.

Enfants, femmes enceintes : pas d'autre contre-indication.

Visiter la page Limitations d'emploi des huiles essentielles.



Les informations sur ces pages ne sont que des propositions faites à des professionnels formés qui sont seuls responsables de l'emploi des produits en question. Il tient à eux de compléter cette participation à leurs connaissances et de bien connaître leur patient et son état afin de conduire sa prise en charge. La totale responsabilité quant à l'emploi de ce qui est proposé ici relève de l'utilisateur et n'implique en aucun cas l'entreprise Gedane. Texte : consultant externe Marc Ivo Böhning et Géraldine Viatte