

AROMATE (feuille) Le ROMARIN

Rosmarinus officinalis, Famille : LAMIACEAE

Nom tahitien : Hautai

PRÉSENTATION ET ORIGINE

Le Romarin, pourtant d'origine méditerranéenne s'acclimate bien en milieu océanien, aussi botaniquement dénommée *Salvia rosmarinus* car certains le rapprochent de la Sauge (*Salvia*) lui trouvant une proximité avec cet aromate. Il s'accommode aussi des sols d'atoll et sur zones très exposées.

ASPECT, VARIÉTÉS

- Le Romarin est une plante méridionale pérenne autrement dit capable de vivre au-delà d'1 an. Il forme sur ces lieux originels de véritables buissons mais de taille bien plus modeste en milieu tropical humide océanien. Ses feuilles sont très minces, épaisses et d'un fort arôme apprécié de tous.

VALORISATION

Intérêts et usages :

- Ce sont les sommités (extrémités de tiges) que l'on cueille pour agrémenter toute sorte de plats cuisinés. Ces sommités sont effeuillées et souvent séchées et réduites en poudre pour relever surtout la cuisine de type méridionale.
- Cependant, grâce à son arôme unanimement apprécié, il relève excellentement les mets et sauces de toutes les régions, qu'il s'agisse de cuissons de légumes ou poissons et sans pour autant le sécher préalablement.
- Même sur les braises du barbecue ou du fumoir il aromatise les mets qui y sont préparés.

Valeurs nutritionnelles :

Le Romarin est bien connu pour ses teneurs en nombreux antioxydants (substances très bénéfiques qui neutralisent celles responsables du vieillissement des cellules). Mais il contient aussi de nombreuses vitamines, minéraux et oligoéléments...

Autres utilités

- Ses vertus en tant qu'anti-inflammatoire, antibactérien, antihistaminique (anti-allergique), protecteur du foie, aide aussi à apaiser les douleurs articulaires et musculaires. Un anti-tumeur et stimulant général. Souvent sous forme d'huile essentielle, et toujours avec des précautions spécifiques.
- Certaines variétés rampantes sont utilisées comme plante ornementale.



GESTION EN AGROÉCOLOGIE

Exposition : Le Romarin doit être planté sur zone très exposée pour obtenir une bonne croissance et développer pleinement ses substances aromatiques.

Conduite culturale :

- Hormis des plantes pérennes (voisines qui conviennent), il est possible d'intégrer d'autres cultures à cycle court, en association au Romarin, s'il est placé au Nord pour l'hémisphère sud (Menthe, Choux divers, Haricots, etc.).
- S'il s'agit de réaliser une haie de Romarin, l'espacement des touffes pourra être sur le rang de 80 cm.
- Quant à sa productivité en culture intensive, il ne pourra pas y avoir de compétitivité des zones tropicales humides face à celles de son milieu idéal : méridional (période hivernale, zone très ensoleillée mais sèche).

Besoin en eau : faible, très résistant à la sécheresse.

Tolérance au vent : non impacté du fait de la rusticité de sa ramure.

Sol : riche de préférence mais bien drainant. Convient en sol pentu. A planter sur tertre surélevé de préférence.

Vie du sol : contributeur du fait de sa biomasse couvrante en milieu exposé.

PH du sol : 6 à 7,5 est l'idéal, mais il peut tolérer plus large.

Tolérance à la salinité : légère tolérance

Contribution à la prévention de l'érosion des sols : faible sous les tropiques car multiplié par bouturage donc avec un système racinaire moins important.

Altitude : peut être valablement planté jusqu'à plusieurs centaines de mètres au-dessus du niveau de la mer en région tropicale chaude mais pas en fond de vallée trop humide.

Saison océanienne de plantation : Toute l'année.

Relation avec les pollinisateurs : bonne en milieu méridional mais floraison rare sous les tropiques océaniques.

Impact bénéfique sur la biodiversité : perturbe efficacement le repérage des nuisibles vers leurs proies végétales sensibles, mais seulement pendant l'ensoleillement.

Elevage intégré : volaille exclusivement.

Fertilisation : peu exigeant mais une bonne richesse du sol (en matière organique et minéraux) offrira un meilleur développement.



Sensibilité aux nuisibles : il ne craint aucun nuisible si correctement exposé et sur sol bien drainant. Par contre il peut aider efficacement en tant que fongifuge et insectifuge (macération broyée dans l'huile : en moyenne 1 cuillère à soupe par litre d'eau, dose à ajuster selon la sensibilité du feuillage de la culture traitée). L'utilisation de son huile essentielle est plutôt efficace.

Cycle de culture : Croissance peu rapide mais constante.

Délai d'obtention 1ères récoltes : environ 3 mois après repiquage en plein sol du plant en pot, dans de bonnes conditions.

Taille : Etêtage (à la cueillette) des tiges montantes ou remontantes.

Mode de multiplication : par boutures de tiges saines et vigoureuses de bon diamètre.

CONCLUSION

- Le Romarin est une plante précieuse en cuisine, au jardin et en agriculture diversifiée, voire en pot ou bac sur sa terrasse, pour le consommer très régulièrement aux grands bénéfices de la santé familiale.
- Il a un potentiel médicinal intéressant en phytothérapie tropicale sous forme de tisane, de fumigation, etc.