

Oranger amer

Citrus aurantium L. var. *amara* Link.

Rutaceae

Principaux synonymes : *Citrus bigaradia* Risso et Poiteau

NOMENCLATURE

Français : oranger amer, bigaradier

Brezhoneg : gwez orañjez c'hwerv

English : sour orange, bitter orange

Español : naranjo amargo, naranja agria

BOTANIQUE

L'oranger amer est un arbuste au port érigé de 3 à 10 mètres de hauteur. Ses branches épineuses portent des feuilles persistantes au pétiole à aile large, luisantes, coriaces, pointues avec une épine à leur base. Ses fleurs blanches, parfois rosées, très parfumées, donnent des fruits arrondis, les oranges dont la pulpe est amère et le jus acide. Ils sont un peu aplatis et leur zeste épais est amer et ils contiennent de nombreux pépins.

Originaire du Sud Est asiatique, l'oranger amer est mis en culture en méditerranée à une époque incertaine.



ETHNOBOTANIQUE

On connaît le fruit sous le nom arabe de *nāranġ* au X^{ème} siècle et ce nom d'origine sanscrit se développe et se transforme. Bigarade viendrait du provençal pour désigner ces fruits diversement striés. On en faisait des boissons désaltérantes et des marmelades. Ses fleurs, appelées *mā' zahr* en arabe, brillantes, lumineuses, dégagent un parfum délicat. Distillées ces fleurs donnent l'essence de « néroli ». L'hydrolat, l'eau de fleurs, est très utilisée en parfumerie, pour aromatiser confiseries et pâtisseries. Elle a la réputation de calmer, apaiser et reconforter. Les mariés portaient des bouquets de fleurs d'oranger, symbole de pureté et de chasteté. Les zestes, amers, entrent dans la confection de nombreuses liqueurs, dont le Curaçao et le Cointreau. Ils ont la réputation d'être toniques, apéritifs et digestifs. Les feuilles, utilisées pour calmer les palpitations, soigner la toux et les refroidissements, distillées donnent l'essence de « petit grain ».

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les feuilles contiennent une huile essentielle (0,3 % limonène, linalol, nérol), des flavonoïdes (rutine, hespéridine) et des tanins.

Ses fleurs, une huile essentielle (0,2 à 0,5 % anthranilate de méthyle).

Et son péricarpe, une huile essentielle (1 à 2,5 % limonène), des glycosides flavoniques, hespéridine et des alcaloïdes (synéphrine, mathyltyramine).

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

La fleur d'oranger amer est antispasmodique, calmante et sédatrice.

La feuille antispasmodique, antibactérienne, antimycosique et sédatrice.

Le péricarpe, zeste du fruit, est antibactérien, apéritif, et aide au bon fonctionnement du foie.



USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

L'infusion de fleurs est utile pour lutter contre les troubles gastro-intestinaux, les spasmes, la nervosité et l'insomnie.

Ses feuilles calment les céphalées, luttent contre la grippe, les fièvres, la nervosité et l'insomnie.

Le péricarpe, zeste du fruit, est utile en cas de manque d'appétit, de troubles gastro-intestinaux et d'affections du foie.

Infusion de 5 g à 10 g par litre de fleurs en bouton.

Une cuillerée à soupe par tasse (7 à 8 boutons).

Boire 2 à 3 tasses par jour ou simplement avant de se coucher.

Infusion de 10 à 20 g de feuilles par litre d'eau.

4 à 5 feuilles par tasse d'eau bouillante.

Boire 2 à 3 tasses par jour ou simplement avant de se coucher.

On peut y ajouter une cuillerée à café d'eau de fleurs d'oranger.

Décocté de 1 à 4 g de péricarpe (écorce du fruit) par jour.

Décoction d'une cuillerée à café d'écorce coupée dans une tasse.

Bouillir et infuser 20 minutes.

Boire une tasse avant les repas (tonique gastrique et apéritif).



TOXICITÉ

L'oranger amer n'est pas toxique.

Attention, si on en consomme de trop, son acidité favoriserait l'arthrite.