

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE

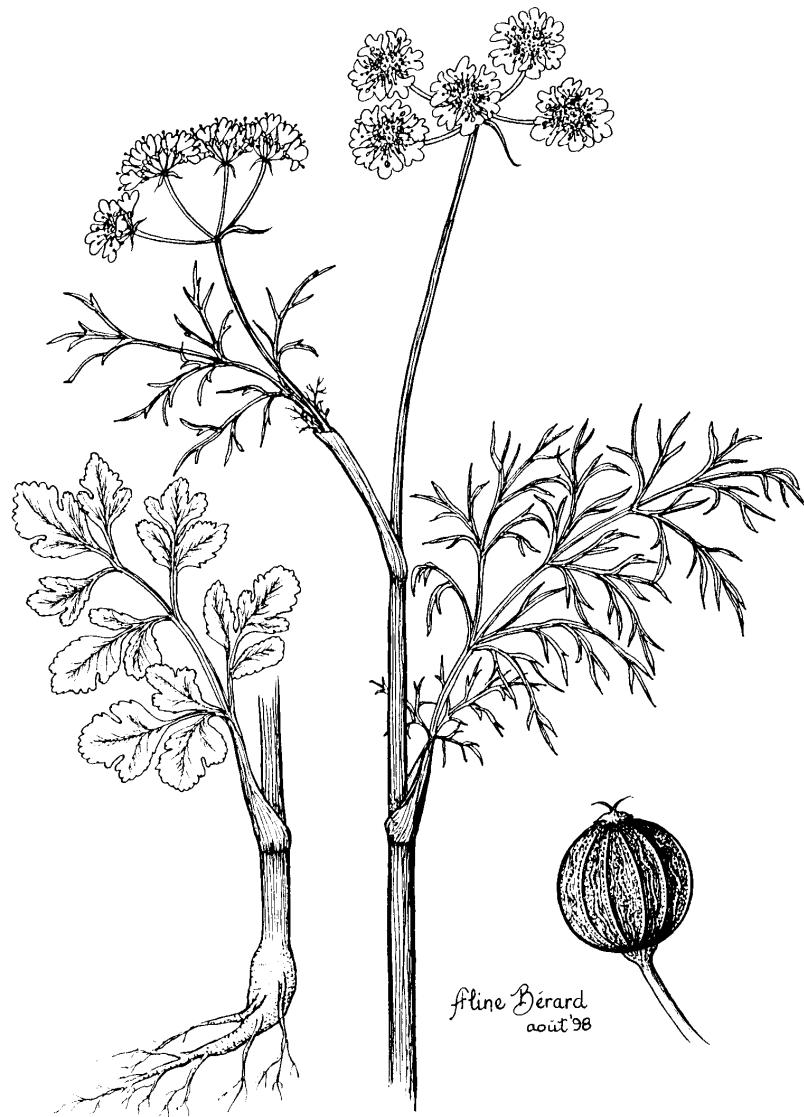


CORIANDRE

Coriandrum sativum L.

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



CORIANDRE
Coriandrum sativum L.

Ce document rassemble des informations transmises selon la tradition des herboristes d'hier et d'aujourd'hui.

Les informations contenues dans ce document n'excluent en aucun cas le recours préalable à un diagnostic établi par un professionnel de la santé et ne peuvent remplacer celui-ci.

Malgré tout le soin apporté à la recherche et à la rédaction concernant ce document, une erreur aura pu s'y glisser. L'éditeur et toutes les personnes ayant travaillé au présent document ne pourront être tenus responsables des conséquences ou résultats, quels qu'ils soient, ou d'une interprétation erronée.

Tous les textes, photographies, dessins et illustrations du présent ouvrage sont protégés par la Loi sur le droit d'auteur.

Toutes représentations, reproductions, archivages, transmissions intégrales ou partielles, par quelque procédé que ce soit, sont strictement interdits.

Direction éditoriale et pédagogique : Natacha Imbeault
Recherche et rédaction : Johanne Fontaine, Catherine Lalonde
Révision de contenu : Natacha Imbeault
Relecture d'épreuves : Lily Monier
Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Coriandre
© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.
Lantier
(Québec) Canada
(819) 326-4516
herbo@herbotheque.com
www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-257-5

Pour protéger l'environnement, ce livre est imprimé sur du papier « Rolland Hitech 50 » de Cascades qui a les spécifications suivantes :

• Contient 50 % de fibres postconsommation et 50 % de fibres vierges certifiées FSC

• Certifié ÉcoLogo et FSC Sources Mixtes

• Fabriqué à partir d'énergie biogaz



Sources Mixtes
Cert no. SW-COC-001501
© 1996 FSC



TABLE DES MATIÈRES

A. INTRODUCTION.....	7
B. IDENTIFICATION BOTANIQUE	8
FAMILLE.....	8
NOMS	8
ÉTYMOLOGIE.....	8
ORIGINE DE LA PLANTE	8
C. HISTOIRE, FOLKLORE ET LÉGENDES.....	9
D. DESCRIPTION BOTANIQUE	11
TYPE	11
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME	11
RACINE	11
TIGE	11
FEUILLES	11
FLEURS.....	11
FRUITS	11
GRAINES	11
ODEUR	12
GOÛT	12
E. PLANTES SEMBLABLES	13
F. PARTIES UTILISÉES.....	14
G. COMPOSITION	15
H. HABITAT NATUREL ET CULTURE	17
SEMIS.....	17
TRANSPLANTATION.....	17
PROPAGATION	17
COMPAGNONNAGE.....	17
CULTURE COMMERCIALE	18
I. RÉCOLTE.....	19
LES TIGES ET LES FEUILLES.....	19
LES FLEURS.....	19
LES RACINES.....	19
LES GRAINES.....	19
J. TRANSFORMATION.....	20
TISANE.....	20
CONCENTRÉ LIQUIDE.....	20

SÉCHAGE.....	20
K. UTILISATIONS CULINAIRES	21
RECETTES	21
Cari	21
Garam massala.....	22
Chutney à la coriandre	22
Salade mexicaine.....	22
Biscuits raisins et noix de coco.....	23
Parfait amour.....	23
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES	25
Lotion tonique à la coriandre	25
M. AUTRES UTILISATIONS.....	26
ORNEMENTALE.....	26
AUTRES.....	26
N. UTILISATIONS MÉDICINALES	27
PROPRIÉTÉS.....	27
Propriétés prédominantes	27
PRÉCAUTIONS.....	27
POSOLOGIE	27
MÉTABOLISME.....	28
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	28
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	28
SYSTÈME NERVEUX	28
Tonique nerveux du docteur Christopher.....	28
ORGANES DES SENS	28
SYSTÈME GLANDULAIRE	28
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	29
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	29
Infusion réconfortante contre le rhume de David Hoffman.....	29
SYSTÈME DIGESTIF.....	29
SYSTÈME URINAIRE	29
SYSTÈME REPRODUCTEUR.....	30
PÉRINATALITÉ.....	30
O. ÉLIXIRS DE FLEURS	31
P. ASPECTS SUBTILS	32
MÉDECINE AYURVÉDIQUE	32

Q. RECHERCHES	33
R. INTERACTIONS	34
Q. ANNEXE	35
TABLES DE CONVERSION	35
T. BIBLIOGRAPHIE	37
SITES INTERNET	37



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle