



L'HYSOPE

(Hyssopus officinalis)

Appartient à la famille des Labiées (Lamiaceae). Comme beaucoup d'autres aromatiques de sa famille, elle aime les sols pauvres, arides et rocailleux. C'est une plante vivace.

OBSERVATION DE LA PLANTE ET APPROCHE PERSONNELLE

« L'hysope a une forme buissonnante élancée vers le ciel et semble rayonner de son intense lumière bleutée.

La tige ornée de feuilles finement lancéolées et serrées, porte à son sommet une inflorescence tournée d'un seul côté, avec des fleurs bleuâtres ou violettes réunies en faux épi, projetant hors d'elles leurs étamines. Le parfum de ses feuilles froissées est réchauffant, camphré.

À son action réchauffante s'ajoute, grâce à sa teneur en camphre, une action sédative et antispasmodique.

Dans mon jardin de médicinales, je lui ai réservé, ainsi qu'à la plupart de ses cousines de la même famille des Labiées, une exposition très ensoleillée et à flanc de coteau. Elle enchante l'atmosphère du jardin par l'intense luminosité de ses fleurs, avec une floraison qui s'étale sur toute la saison estivale.

Je la propose avec générosité dans les mélanges de tisane dédiés aux refroidissements et autres désagréments des bronches par exemple... On peut aussi en concocter un excellent sirop pour le même usage.»

Témoignage de Sylvain K., paysan à Laz (29)



ITINERAIRE TECHNIQUE BRETON



• SEMIS

La multiplication par semis est à préférer au bouturage ou autre méthode végétative de multiplication (qui cependant fonctionne très bien) pour un brassage des populations.

Côté sol, un compost biodynamique amendé en calcaire lui sera profitable, car elle aime les sols alcalins. Elle sait aussi profiter d'une terre légèrement acide. Semis en terrine ou plaque alvéolée (par exemple de dimension 40x40x70) en mars sous abri froid, jour-fleur. Repiquage au stade 2 feuilles si semis en terrine. Si en plaque alvéolée, on attend son bon développement, en surveillant que les racines ne tournent pas en rond dans leur alvéole...

Le semis direct est tout aussi adapté.

La germination prend environ 2 semaines.

• ENTRETIEN

Dès que le développement est suffisant, au stade 4-5 feuilles, on peut la mettre en place.

Espacement de 50cm minimum entre plants et 80cm minimum entre rangs.

On pulvérise alors une bouse de corne plutôt en jour racine/terre.

Avant floraison, pulvérisation d'une silice de corne, jour-fleur.

Un bon désherbage pour l'aider à s'implanter est nécessaire. Une fois adulte, avant récolte, cela sera à réitérer.

Sa bonne résistance permet à l'hysope de se contenter de l'eau du sol. En cas de sécheresse importante, prévoir cependant un apport (surtout la première année).

Côté maladies : parfois la rouille, la foreuse des racines.

• RECOLTE

Deux récoltes des sommités fleuries sont généralement possibles : en début d'été et à l'automne. On les récolte à la faucille en respectant la forme arrondie du buisson qu'elle forme, à la moitié de la pousse de l'année. Lors de la deuxième récolte, on peut couper les 2/3 de la pousse.

Préférer une récolte en jour fleur (air/lumière).

• TRANSFORMATION

- Séchage (pour complément alimentaire) :

il est facile, en quelques jours à une température douce, avec une bonne ventilation.

Les rameaux secs peuvent être battus ou roulés pour séparer feuilles et fleurs des tiges.

- Teinture-mère :

on plonge les sommités fleuries fraîches immédiatement dans l'alcool, après les avoir émincées en petits tronçons.

De nombreuses méthodes existent ; on peut par exemple viser un taux d'alcool final de 65°, en utilisant environ 850g d'alcool à 90° pour 500g de plante fraîche.

- Sirop.

Légende

Passage des préparats biodynamiques:

▲ Compost de bouse Maria Thun

● Bouse de corne

● Silice de corne

★ Passage de tisanes dynamisées (maladie, climat, etc)

□ Semis et préparation du sol

□ Repiquage, plantation

□ Suivi de la culture

□ Récolte

