

ORIGAN

Origanum vulgare

Marjolaine sauvage

Famille des **Lamiacées**
(ex-Labiées)

Plantes cultivées de cette famille :
romarin, marjolaine, thym, sarriette,
sauge, menthe, etc.

Floraison : juillet à septembre



PORTRAIT

Plante vivace à tige dressée, rougeâtre, à 4 angles, et nombreuses petites feuilles ovales, presque rondes, entières ou très légèrement denticulées, opposées-décussées, à court pétiole. Toute la plante est velue. Inflorescences denses et ramifiées regroupées au sommet de la tige, de petites fleurs rosées à deux lèvres (lèvre inférieure divisée en 3 lobes), engainées dans des bractées rouge violacé situées sous le calice de 5 sépales soudés. Ces bractées persistent et sèchent une fois les corolles tombées. Fruit : très petit tétrakène niché au fond du calice.

Odeur : agréable odeur aromatique au froissement.

Goût : aromatique et délicat, léger arrière-goût de champignon.

MILIEU DE VIE

Lieux secs, rocailleux, basiques à légèrement acides, ensoleillés ou à mi-ombre. Bords de chemins, talus, lisières, prairies maigres.

CUEILLETTE

Feuilles : avril-juin

Sommités fleuries : juillet-septembre
(optimal juillet)

PARTIES COMESTIBLES

Feuilles et fleurs.

VERTUS NUTRITIONNELLES

Particulièrement riche en minéraux : calcium, magnésium, potassium, fer, cuivre et manganèse. Aussi en vitamines B 6 et E.

DANS L'ASSIETTE

Crues, les feuilles et sommités fleuries servent à aromatiser salades, grillades de viandes et poissons, pizzas, ou à faire des pestos et beurres parfumés. On peut aussi en parfumer huiles et vinaigres. Les tiges lignifiées peuvent servir de brochettes pour des roulades. Comme les essences aromatiques de l'origan sont très volatiles, ce condiment est plutôt à utiliser cru ou à rajouter en fin de cuisson.

Le thé solaire d'origan serait meilleur que son infusion car il conserve mieux la délicatesse de son arôme.

REMARQUES

Le nom vernaculaire de « marjolaine » prête à confusion avec la marjolaine vraie (*Origanum majorana*), originaire d'Afrique du Nord et d'Asie occidentale, cultivée comme condiment et médicinale mais non naturalisée au nord. Sinon aucune confusion possible en dehors du genre, le parfum est caractéristique.

L'origan a servi à aromatiser la bière.