

Lippia dulcis – Verveine sucrée des Aztèques



Utilisation :

Lippiadulcis est une herbe vivace originaire du Mexique, des Caraïbes, d'Amérique centrale, de Colombie et du Venezuela.

L'herbe est connue depuis longtemps et était largement utilisée par les Aztèques sous le nom de Tzonpelicxihuitl, signifiant « l'herbe sucrée ».

Elle a été historiquement utilisée comme édulcorant naturel et herbe médicinale au Mexique et en Amérique centrale. Le composé responsable de la saveur sucrée a été isolé à partir de la plante en 1985, par Douglas Kinghorn de l'Université de l'Illinois à Chicago. Il a été nommé hernandulcine en hommage au botaniste espagnol qui a découvert la plante.

Elle était cultivée par les Aztèques pour soigner les affections bronchiques et respiratoires, les toux et les rhumes. D'autres utilisations traditionnelles la préconisaient pour le traitement des indigestions et les problèmes hépatiques ou l'hypertension.

Des études scientifiques ont permis d'établir que certains de ces usages trouvaient leur justification. Notamment, une publication de Pérez et al., 2005 dans le journal d'Ethnopharmacologie corrobore l'utilisation de l'extrait ethanol de Lippiadulcis dans le traitement des réactions inflammatoires. D'autres études ont montré que l'extrait de Lippiadulcis était un agent antimicrobien efficace. En 2008, c'est son efficacité dans le traitement de la bronchite qui a été mise en évidence par Görnemann. Cela tend donc à confirmer son utilisation traditionnelle. Et en plus, on a découvert une action sur la prolifération des cellules anti-cancéreuses (2002).

Consommer la verveine sucrante :

Vous pouvez la consommer en infusions en laissant sécher les feuilles au préalable. La verveine sucrante s'utilise à l'instar de la stévia pour sucrer les boissons, les préparations pour desserts et la confiserie.

{L'utilisation des plantes médicinales, sous quelque forme que ce soit, doit toujours se faire après avis et sous le contrôle d'un médecin, en particulier pour les femmes enceintes ou qui allaitent et les jeunes enfants}