ORANGER BIGARADIER , BOUJOM

L'Oranger Bigaradier également appelé oranger amer ou oranger de Séville est un arbre appartenant à la famille des rutacées. Utilisé en parfumerie, en aromathérapie dont l'huile essentielle est nommée Néroli mais encore en phytothérapie, cet arbre rustique dégage une agréable odeur légèrement citronnée.
Le fruit du bigaradier est surtout utilisé en conserve ou cuit (confiture, sirop, marmelade)

RISQUES

Sous forme d'huile essentielle ceci risque des brûlures ou tache sur la peau en cas d'exposition au soleil après application. Peut-être irritante pour la peau ou les muqueuses à forte dose. C'est déconseillée pendant la grossesse, l'allaitement, et chez les jeunes enfants sans avis médical. Sous forme de fruits et extraits cela peut augmenter la pression artérielle et la fréquence cardiaque.

Originaire d'Asie, l'oranger bigaradier fut introduit en Méditerranée au Moyen-Age.

BIENFAITS

La fleur de l'oranger bigaradier est apaisante et relaxante (aide à calmer le stress, l'anxiété, les insomnies légères). Antidépresseur naturel donc, se sentir bien calmé. Elle peut aussi être utilisée dans des crèmes ou parfums.
Le petit-grain bigaradier (huile essentielle) est un calmant du système nerveux, aide au sommeil. Le fruit en lui-même appelé Bigarade est un digestif naturel, légèrement hypocholestérolémiant (aide à régaler le cholestérol), tonique général grâce à la vitamine C et une antioxydante du zeste, c'est aussi un usage culinaire (confiture, liqueur, marmelades anglaises).

Vertus médicaux !!

Le Dr Sidney J. Stohs et le Dr Harry G. ont publié une revue et Revue des études cliniques humaines portant sur l'extrait de Citrus aurantium (orange amère) et son principal protéotoxique, la synéphrine. Ils ont conclu que cet extrait, aux doses courantes, ne semble pas causer d'effets cardiovasculaires majeurs.

Cependant, le Dr Maurice Fugh-Berman et le Dr Ken Ryan ont mis en garde que la synéphrine pouvait augmenter la pression artérielle et que les preuves d'efficacité pour la perte de poids sont limitées.

L'oranger bigaradier est une plante aux vertus, symbole de force de beauté et de bien-être.

Il est l'un des premiers agrumes cultivés en Europe avant l'orange douce.

Le bigaradier est à l'origine du célèbre parfum de Néroli, très utilisé en parfumerie.

Ses fruits amers servent à la fabrication de confitures, liqueurs et d'additifs pour aliments.

En médecine ancienne, on l'utilisait pour soigner les maux et favoriser la digestion.

Arbre de traditions, il accompagne les mariages et les célébrations pour symboliser l'amour et la fidélité.

Si le fruit est amer, c'est parce que la bigaradine y est abondante.