

Curcuma

Curcuma



Curcuma longa

Classification

Règne	Plantae
Division	Magnoliophyta
Classe	Liliopsida
Ordre	Zingiberales
Famille	Zingiberaceae
Genre	Curcuma

Nom binominal

Curcuma longa

L., 1753

Classification phylogénétique

Classification phylogénétique

Ordre Zingiberales

Famille Zingiberaceae



Curcuma réunionnais en fleur

Le **curcuma** (*Curcuma longa*) est une plante herbacée rhizomateuse vivace du genre *Curcuma* de la famille des Zingibéracées originaire du sud de l'Asie. Parfois appelée « safran des Indes », son nom provient du sanskrit *kunkuma*, arabe كركم, *kourkoum*, hébreu כרכום *karkom*. Il est largement cultivé en Inde mais aussi, à un moindre degré, en Chine, à Taïwan, au Japon, en Birmanie, en Indonésie et en Afrique.

Il est connu en Occident depuis l'Antiquité et décrit par Dioscoride dans ses *Materia Medica*.

Utilisation



Alimentation

On utilise le rhizome séché et réduit en poudre comme épice et il entre couramment dans les mélanges d'épices de la cuisine indienne, en particulier le curry mais aussi le mukhavas (mélange indien de graines pris en fin de repas pour favoriser la digestion), le colombo antillais, le ras-el-hanout du Maghreb^[1]. Il est très utilisé également dans la cuisine réunionnaise. Pour préparer la poudre, il faut faire bouillir le rhizome, ôter sa peau, le faire sécher au soleil, puis le moudre : il a alors perdu les trois quarts de son poids. Sa saveur est poivrée et très aromatique. Le curcuma est aussi largement utilisé dans les cuisines thaïe et

cambodgienne (où il est appelé វែមៀតិ ou លុមៀតិ), dans la confection des currys, en particulier du célèbre amok (អ៊ុំក្រំ), mais aussi de divers condiments. Au Cambodge, il entre dans la composition de diverses boulettes, dont les boulettes de porc aux épices (ប្រហិតគុំវៀង). Le curcuma est également utilisé dans la cuisine iranienne où il est appelé *zardtchoubé* (persan : زردچوبه, littéralement *petit bois jaune*).

Colorant

Le curcuma était aussi largement utilisé comme teinture jaune orangé — pour le costume *safran* des sâdhus ou des moines bouddhistes par exemple — avant l'invention des teintures chimiques.

Il est à l'origine du colorant alimentaire jaune industriel E100 (curcumine).

Pharmacopée



Rhizome de Curcuma.

Le curcuma est utilisé comme médicament traditionnel pour le traitement des maladies de peaux, en particulier en Inde et dans l'île Maurice dans le traitement de la gale.

Il est utilisé depuis très longtemps comme anti-inflammatoire par la médecine ayurvédique indienne.

Le cancer du côlon est statistiquement moins présent dans les aires où on le consomme régulièrement. Le principe actif du curcuma, la curcumine, est l'objet de recherches actives^[2]. C'est un agent de chimioprévention efficace des cancers colorectaux chez les rongeurs (essais cliniques chez des volontaires en cours^[3]).

La curcumine pourrait également aider à stimuler les cellules du système immunitaire qui englobent les protéines du cerveau qui marquent la maladie d'Alzheimer^[4].

L'activité thérapeutique du curcuma est décuplée en présence de poivre noir (pipérine). La biodisponibilité du curcuma est ainsi augmentée^[5].

Le jus de curcuma obtenu à partir des rhizomes frais, conserve les phytonutriments fixes (curcumine, turmérine,...) et volatils (l'huile essentielle présente dans le jus de curcuma frais semble favoriser la biodisponibilité des curcumines dans l'organisme). Depuis des siècles, l'utilisation traditionnelle du curcuma frais en Asie du sud-est, lieu à l'origine de la découverte des bienfaits du curcuma, n'a jamais fait l'objet de la consommation d'une seule molécule isolée (curcumine) mais de tout le rhizome. La turmérine, autre composant de l'épice, semble également avoir des propriétés anti-oxydantes^[6].

Noms locaux

- Chinois : *jianghuang* 姜黄
- Tibétain : *yung-ba, sga-ser*
- Japonais : *ukon* (ウコン[?])
- Khmer : វែមៀតិ ou លុមៀតិ
- Anglais : turmeric
- Arabe : الكركم (*al-kourkoum*)
- Arabe marocain : لخرقوم (*l-khərqom*)
- Persan (iranien) : زردچوبه (*zarchoube* ou *zardtchoubé*)
- À la Réunion, on l'appelle communément le *safran péi* et en Nouvelle-Calédonie il est connu sous le nom de *safran calédonien*, d'où une confusion possible d'autant plus que le safran, lui, n'y est pratiquement pas utilisé.

Dans les pays anglophones, on l'appelle plus communément *turmeric*.

Synonymes

Selon Kew Garden World Checklist ^[7] (26 sept 2011) ^[8] :

- *Curcuma brog* Valetton, Bull. Jard. Bot. Buitenzorg, II, 27: 48 (1918).
- *Curcuma domestica* Valetton, Bull. Jard. Bot. Buitenzorg, II, 27: 31 (1918).
- *Curcuma ochrorhiza* Valetton, Bull. Jard. Bot. Buitenzorg, II, 27: 45 (1918).
- *Curcuma soloensis* Valetton, Bull. Jard. Bot. Buitenzorg, II, 27: 46 (1918).
- *Curcuma tinctoria* Guibourt, Hist. Nat. Drog. Simpl. 2: 208 (1876).

L'affaire du brevet sur le Curcuma

Le 28 mars 1995 l' *University of Mississippi Medical Center* obtient un brevet (174363) sur le curcuma pour le soin des blessures. Ce brevet est contesté en 1997 par l'*India's Council of Scientific and Industrial Research* au motif que ces propriétés sont connues de temps immémorial en Inde, notamment dans l'Ayurveda. L'Office américain des brevets annule ce brevet en 1997. Cette affaire illustre un des problèmes posé par la brevetabilité du vivant : la biopiraterie.

Notes et références

- [1] "Curcuma en cuisine" de Garance Leureux (ISBN 978-2-84221-223-0) Editions La Plage 2010
- [2] Le potentiel anticancéreux du curcuma confirmé par la science (<http://www.rtflash.fr/potentiel-anticancereux-curcuma-confirme-par-science/article>.)
- [3] Chemoprévention, base de données (<http://www.inra.fr/internet/Projets/reseau-nacre/sci-memb/corpet/indexfr.html>) et (<http://alzheimer.neurology.ucla.edu/Curcumin.html>)
- [4] Étude du Dr Milan Fiala de l'Université de Californie à Los Angeles - *Journal Proceedings of the National Academy of Sciences*, voir notamment : (<http://www.adtherapy.med.ucla.edu/JAD 2006.pdf>), (<http://www.biomedcentral.com/1471-2202/9/S2/S13>)
- [5] Anand P, Kunnumakkara AB, Newman RA, Aggarwal BB, *Bioavailability of Curcumin: Problems and Promises* (<http://pubs.acs.org/doi/abs/10.1021/mp700113r#citing>), *Mol. Pharmaceutics*, 2007;4(6):807–818
- [6] Srinivas L, Shalini VK, Shylaja M, *Turmerin: a water soluble antioxidant peptide from turmeric [Curcuma longa* (<http://www.mendeley.com/research/turmerin-water-soluble-antioxidant-peptide-turmeric-curcuma-longa/>)], *Archives of Biochemistry and Biophysics*, 1992;292:617-623
- [7] <http://apps.kew.org/wcsp/home.do>
- [8] Kew Garden « World Checklist », consulté le 26 sept 2011

Sources et contributeurs de l'article

Curcuma *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?oldid=85179052> *Contributeurs*: 08pb80, Abaabab, Abrahami, Alchemica, Arnaud.Serander, Arria Belli, Benoit Blanchard, BrightRaven, Buger Jo, Callisto, Corpet, Coyote du 86, Doc103, DocteurCosmos, Dom, E rulez, En rouge, Enzoreg, Epop, Eric.dane, Fafnir, Former user 1, Gerardgiraud, Givet, Hashar, Hayan, Inde, JLM, Jeffdelonge, Jpzuate, Liné1, Lomita, Mababole, Maison du Tourisme du Sud Sauvage, Melindaoba, Mirgolth, Nataraja, Nguyenld, Numbo3, Ollamh, Orthogaffe, Pascal kh, Perditax, Pj44300, Puff, Rhadamante, Rosier, RémiH, Semnoz, Shawn, Spedona, Thierry Caro, Titia80, Totodu74, Trente7cinq, UniversMan, Urhixidur, Vincnet, 64 modifications anonymes

Source des images, licences et contributeurs

Fichier:Koeh-199.jpg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Koeh-199.jpg> *Licence*: inconnu *Contributeurs*: -

Image:FleurDeCurcuma1.jpg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:FleurDeCurcuma1.jpg> *Licence*: Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contributeurs*: Ies, Mababole

Fichier:curcuma.jpg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Curcuma.jpg> *Licence*: GNU Free Documentation License *Contributeurs*: Nataraja at fr.wikipedia

File:Turmericroot.jpg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Turmericroot.jpg> *Licence*: Creative Commons Attribution 3.0 *Contributeurs*: Badagnani

Licence

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)