

Céleri

Apium graveolens



Céleri

Classification

Règne	Plantae
Sous-règne	Tracheobionta
Division	Magnoliophyta
Classe	Magnoliopsida
Sous-classe	Rosidae
Ordre	Apiales
Famille	Apiaceae
Genre	<i>Apium</i>

Nom binominal

Apium graveolens

L., 1753

Classification phylogénétique

Classification phylogénétique

Ordre Apiales

Famille Apiaceae



Ache des marais

Le **céleri** (*Apium graveolens* L.) ou **ache des marais**, **persil des marais** ou encore **cèleri** en nouvelle orthographe, est une plante herbacée bisannuelle de la famille des Apiacées, cultivée comme plante potagère pour ses feuilles et sa racine tubérisée consommées comme légumes.

À l'état sauvage, il pousse au bord des ruisseaux et dans les endroits humides.

Nomenclature et étymologie

Le terme « céleri » est à l'origine un mot emprunté à un dialecte italien, le lombard, *seleri* qui dériverait du latin *selinon*, mot désignant à l'origine la plante en grec.

Cette espèce est désignée de nombreux noms communs : céleri, aussi écrit cèleri, ache des marais, **ache odorante**, **ache puante**, persil des marais, **persil odorant**, **céleri d'Italie**... auxquels il faut ajouter les noms des variétés ci-dessous.

de : *Staudensellerie*, *Stielsellerie*, *en* : *celery*, *es* : *apio*, *apio bastardo*.

Dans l'Antiquité, la plante est connue sous le nom de « **Selenon** », ou « **plante de la lune** ». À rapprocher de Séléné, la déesse grecque de la Lune.

On distingue quatre grandes variétés dans cette espèce, dont trois sont couramment cultivées :

- *Apium graveolens* var. *graveolens* : l'**ache des marais** ;
- *Apium graveolens* var. *dulce* : le **céleri-branche** ou **céleri à côtes** ;

- *Apium graveolens* var. *rapaceum*, le **céleri-rave** ou **céleri-navet**;
- *Apium graveolens* var. *secalinum* : le **céleri à couper**.

Description

Caractéristiques

- **Organes reproducteurs**
 - Couleur dominante des fleurs : blanc
 - Période de floraison : août-octobre
 - Inflorescence : ombelle d'ombellules
 - Sexualité : hermaphrodite
 - Pollinisation : entomogame, autogame
- **Graine**
 - Fruit : akène
 - Dissémination : hydrochore
- **Habitat et répartition**
 - Habitat type : prairies européennes, hygrophiles longuement inondables
 - Aire de répartition : cosmopolite

données d'après : Julve, Ph., 1998 ff. - Baseflor. Index botanique, écologique et chorologique de la flore de France. Version : 23 avril 2004 ^[1].

Utilisation

Alimentaire

Le céleri (rave et feuille) est utilisé en cuisine à la fois comme condiment et comme légume. Il est allergène pour certaines personnes.

Le céleri est très peu calorique (entre 10 et 20 kilocalories pour 100 grammes). Selon certains auteurs, sa digestion consomme plus de calories que l'aliment n'en apporte^[2].

Ses feuilles tendres, finement ciselées, peuvent servir à relever diverses préparations, notamment soupes et sauces. Leur goût, plus fort que celui du persil, rappelle la livèche.

Les côtes du céleri-branche se consomment cuites le plus souvent sautées à la sauce blanche ou à la crème ou bien en gratin (légume similaire aux côtes de blettes). Elles peuvent également se consommer crues, coupées finement, dans des salades.

La racine du céleri-rave, à saveur un peu piquante, se consomme crue, râpée en rémoulade, ou cuite, par exemple en gratin, en soupe, en purée ou sautée.

Les graines sont utilisées pour parfumer le poisson et le chou-fleur, et peuvent, infusées dans de l'eau de vie, donner une liqueur.

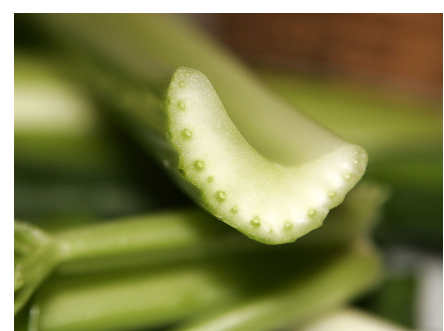
Les côtes et les épluchures sont parfois ajoutée au bouquet garni.



céleri-rave



Céleri à couper



Coupe d'une branche de céleri

Le sel additionné d'extrait des fruits ou de graines de céleri, séchées et broyées, est un condiment connu sous le nom de « sel de céleri ». Cet assaisonnement peut remplacer le sel de table, parfumer les légumes frais, les soupes et surtout le jus de tomate ainsi que de nombreux cocktails.



Céleri tel qu'on le trouve généralement sur les marchés

Médicinale

Les propriétés alimentaires du céleri sont bien connues, mais il existe aussi des vertus médicinales : les feuilles et les racines sont dépuratives, diurétiques, carminatives, stomachiques, toniques, et fortement stimulantes. La plante est également censée être aphrodisiaque.

Un aspect rarement évoqué est sa propriété photo-sensibilisante en particulier pour les radiations UV. Les feuilles de céleri contiennent des furanocoumarines phototoxiques (psoralène et ses formes méthoxylées xanthotoxine et bergaptène). Un contact prolongé avec la plante suivi d'une exposition au soleil peut provoquer des accidents cutanés. Les dermatites aiguës sont surtout observées chez les agriculteurs ou les employés des industries de transformation. Les risques de phototoxicité après ingestion sont plus limités. Il est cependant parfois dangereux de s'exposer au soleil après avoir mangé du céleri. Le risque en est de graves brûlures. La dangerosité est fonction de la dose consommée et de l'indice UV du moment^[3].

Le céleri est riche en nitrates qui se transforment en nitrites grâce à des bactéries de la bouche. D'après une étude en 2010, ces nitrites sont impliqués dans la vasodilatation et la fluidification du sang, ce qui améliore l'afflux de sang dans certaines zones du cerveau qui, avec le temps, sont moins perfusées. Une dose quotidienne de céleri peut potentiellement prévenir la démence et la baisse cognitive en améliorant cet afflux sanguin cérébral^[4].

Symbolique et aspects culturels

Le 23 octobre était le jour du céleri, 2e jour du mois de Brumaire dans le calendrier républicain français.

L'androsténone (5α -androst-16-en-3-one) a été la première phéromone de mammifère à être identifiée mais ce stéroïde est également présent dans le cytoplasme du céleri.

Notes et références

[1] <http://perso.wanadoo.fr/philippe.julve/catminat.htm>

[2] Robert Matthews: Q & A (<http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/3310641/Robert-Matthews-Q-and-A.html>)

[3] Bruneton, J., Pharmacognosie - Phytochimie, plantes médicinales, 4^e éd., revue et augmentée, Paris, Tec & Doc - Éditions médicales internationales, 2009, 1288 p. (ISBN 978-2-7430-1188-8)

[4] (en) Tennille D. Presley et coll., « Acute effect of a high nitrate diet on brain perfusion in older adults », dans *Nitric Oxide*, 15 octobre 2010 [lien DOI (<http://dx.doi.org/10.1016/j.niox.2010.10.002>) (le 21 novembre 2010)]

Sources et contributeurs de l'article

Céleri *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?oldid=85179608> *Contributeurs:* Abrahami, Amoceann, Andre Engels, Aroche, Badmood, Barbusse, Barnate, Bob08, Bouba, Dake, Eiffele, Grasyop, Herve1729, Iafss, Idarvol, Jean mare 1, Jeffdelongue, Jordan Girardin, Jymm, Kilith, Kmoksy, Korrigan, Laurent Nguyen, Le sotré, Liné1, Litlok, MIRROR, Manu1960, Mig, Mister Cola, Mro, Nanoxyde, Pancrat, Phe, Pinof, Pixeltoo, Popo le Chien, Popolon, Romary, Rosier, Salix, Salsero35, Sebleouf, Selvejp, Spedona, Tavernier, Teñsor Jambou, The RedBurn, Thierry Caro, Turb, VonTasha, Zeroheure, 31 modifications anonymes

Source des images, licences et contributeurs

Fichier:Illustration Apium graveolens0.jpg *Source:* http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Illustration_Apium_graveolens0.jpg *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Augiasstallputzer, Ejdzej, Rainer Zenz, Rocket000, WayneRay

Image:Apium graveolens3.jpg *Source:* http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Apium_graveolens3.jpg *Licence:* Creative Commons Attribution-Sharealike 2.5 *Contributeurs:* Aroche, Rocket000

Fichier:Knolselderij knol (Apium graveolens var. rapaceum) 'Dolvi'.jpg *Source:* [http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Knolselderij_knol_\(Apium_graveolens_var._rapaceum\)_Dolvi.jpg](http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Knolselderij_knol_(Apium_graveolens_var._rapaceum)_Dolvi.jpg) *Licence:* GNU Free Documentation License *Contributeurs:* Nillerdk, Rasbak, Rocket000

Fichier:Céleri à couper0405.jpg *Source:* http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Céleri_à_couper0405.jpg *Licence:* GNU Free Documentation License *Contributeurs:* -

Fichier:Celery cross section.jpg *Source:* http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Celery_cross_section.jpg *Licence:* inconnu *Contributeurs:* Ayacop, Cmh, Fir0002, Ies, Rocket000, Thiatrix, Thuesson

Fichier:Céleri.jpg *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Céleri.jpg> *Licence:* GNU Free Documentation License *Contributeurs:* User:Popolon

Licence

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