

Les huiles essentielles



Une huile essentielle est un liquide odoriférant d'aspect fluide à épais et de couleur variable selon les plantes dont elle est extraite. Elle est sécrétée par des cellules spécialisées se trouvant aussi bien dans les feuilles (menthe poivrée, basilic grand vert), les fleurs (lavande, ylang ylang), le bois (cèdre Atlas, santal blanc), les racines (gingembre, valériane, vetive), les graines (coriandre, anis vert, carotte). La taille de ces gouttelettes est de quelque micron, c'est pour cela que nous ne les voyons pas. Mais lorsque que l'on froisse la plante aromatique, les gouttelettes d'huile essentielle sont libérées dans l'atmosphère et parviennent jusqu'à notre nez. Les récepteurs olfactifs du nez sont alors activés : ils envoient des stimuli sensoriels à différentes zones du cerveau.

Pourquoi les plantes aromatiques fabriquent-elles des huiles essentielles ?

Les huiles essentielles sont des messagers chimiques utilisés par les plantes aromatiques pour interagir avec leur environnement. Les huiles essentielles permettent d'éloigner les maladies, les parasites, mais aussi jouent un rôle protecteur face aux rayonnements du soleil. Les huiles essentielles jouent un rôle important dans la reproduction et la dispersion des espèces végétales puisqu'elles permettent d'attirer les insectes pollinisateurs.

La plupart des huiles essentielles sont antiseptiques, antivirales et anti-infectieuses. De plus, certaines revitalisent et stimulent l'énergie vitale.

Quelle est la différence entre une huile essentielle et une huile végétale ?

Rien à voir ! Contrairement aux huiles essentielles, les huiles végétales, telles que celles d'olive, d'argan ou de colza, par exemple, ne se volatilisent pas et sont constituées à 100 % de graisses. L'huile essentielle, elle, correspond à la fraction odorante volatile de certains végétaux. Elle est composée de nombreuses molécules actives, et n'est pas grasse, au contraire : elle s'évapore facilement. Extrêmement concentrée, on l'utilise à raison d'une ou deux gouttes seulement à chaque massage. Mélangées à une large cuillère à soupe pour l'huile végétale ! Et puis les huiles végétales n'ont pas d'odeur ou presque...

Les deux fonctionnent très bien ensemble puisque l'on conseille de diluer les huiles essentielles dans de l'huile végétale, par exemple pour un massage.

Comment obtient-on une huile essentielle ?

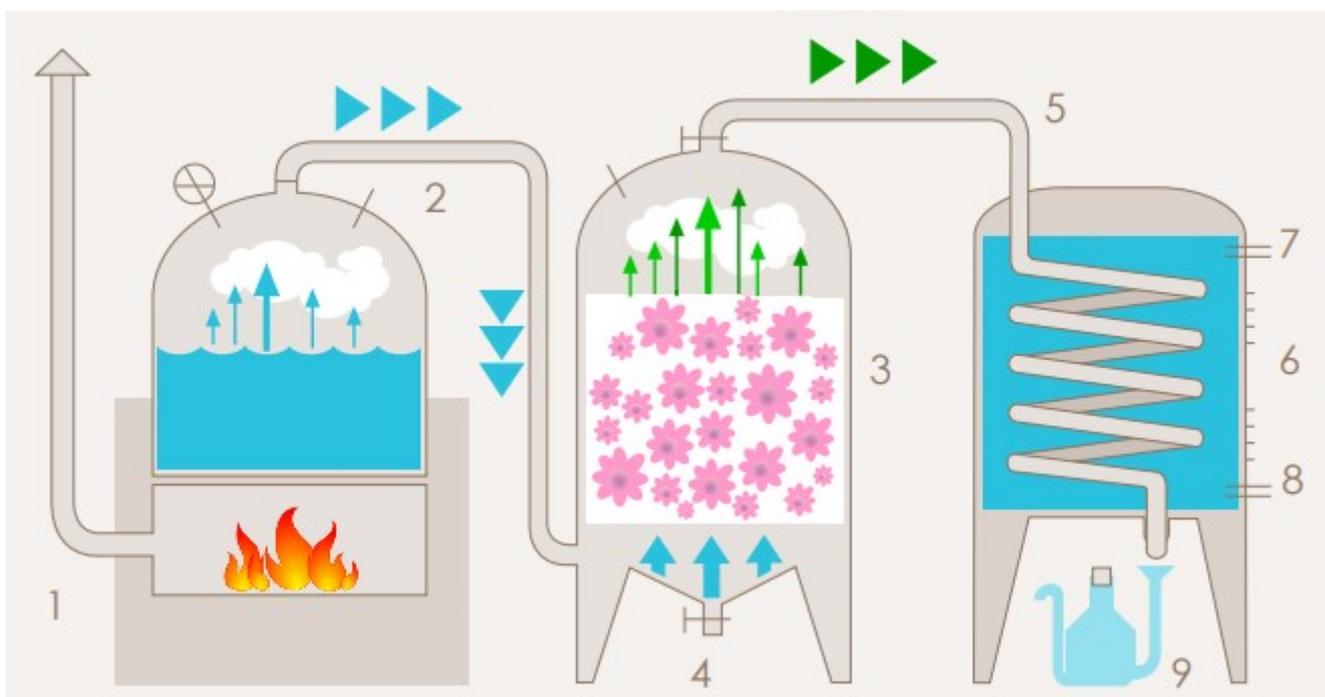
Il y a plusieurs techniques, variables, selon la partie du végétal traitée, selon sa fragilité de la plante utilisée, selon ses caractéristiques botaniques :

La distillation à la vapeur d'eau

Il existe plusieurs méthodes d'extraction des huiles essentielles. Le procédé le plus courant est la distillation à la vapeur d'eau. Trois cuves sont reliées entre elles par des tubes. La première cuve reçoit de l'eau et la seconde les plantes. L'eau est doucement chauffée et la vapeur passe dans la cuve contenant les plantes. La vapeur circule à travers les plantes et se charge des principes actifs. Puis elle s'échappe par un long tuyau fin en forme de serpentín qui baigne dans un récipient d'eau froide.

La vapeur ainsi refroidie, se condense en gouttelettes et arrive dans la troisième cuve = l'essencier.

Les huiles essentielles (HE) étant plus légères que l'eau, il suffit de les récupérer en surface, tandis que l'eau qui se trouve en-dessous sera utilisée pour créer des eaux florales (eaux de roses, fleur d'oranger,...)



- 1 . foyer 2. chaudière 3. vase à fleur 4. vidange de condensation
- 5. col de cygne 6. réfrigérant avec serpentín 7. sortie d'eau chaude
- 8. arrivée d'eau froide 9. essencier où sont décantés les hydrolats et huiles essentielles.

On procède ensuite à la décantation si on veut séparer les deux phases non miscibles.

L'expression mécanique à froid

Réservée aux agrumes (citron, orange...), cette méthode d'extraction est très simple. Le zeste ou l'écorce est retiré puis soumis à une forte pression, de l'huile essentielle se libère alors des minuscules vésicules qui éclatent.

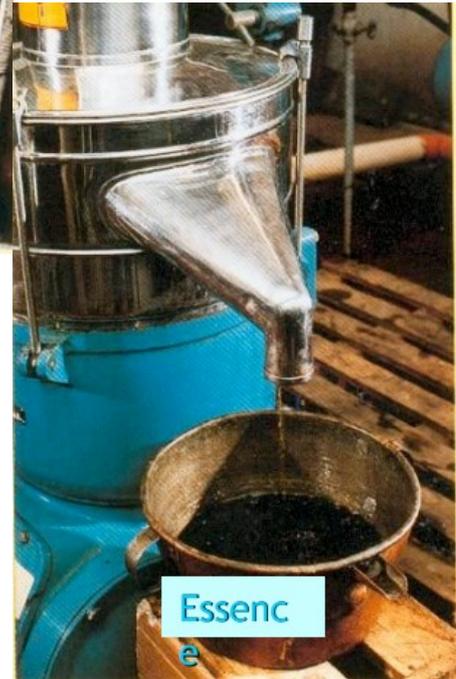


citrons

oranges

mandarines

bergamotes



L'enfleurage

Ces procédés d'extraction sont plus rarement utilisés (coût, travail, rendement moindre) . Il s'agissait de placer les fleurs sur un corps gras purifié et de laisser les arômes pénétrer le corps gras. Une fois l'arôme des fleurs pompés, on les retirait et on remettait des fleurs fraîches, jusqu'à saturation du corps gras.

La pommade ainsi obtenue , il suffisait ainsi de la nettoyer, puis d'y ajouter de l'alcool. Au bout de 24h , le corps gras et les huiles essentielles étaient séparés. Ils ne restait plus qu'à recueillir l'huile essentielle.

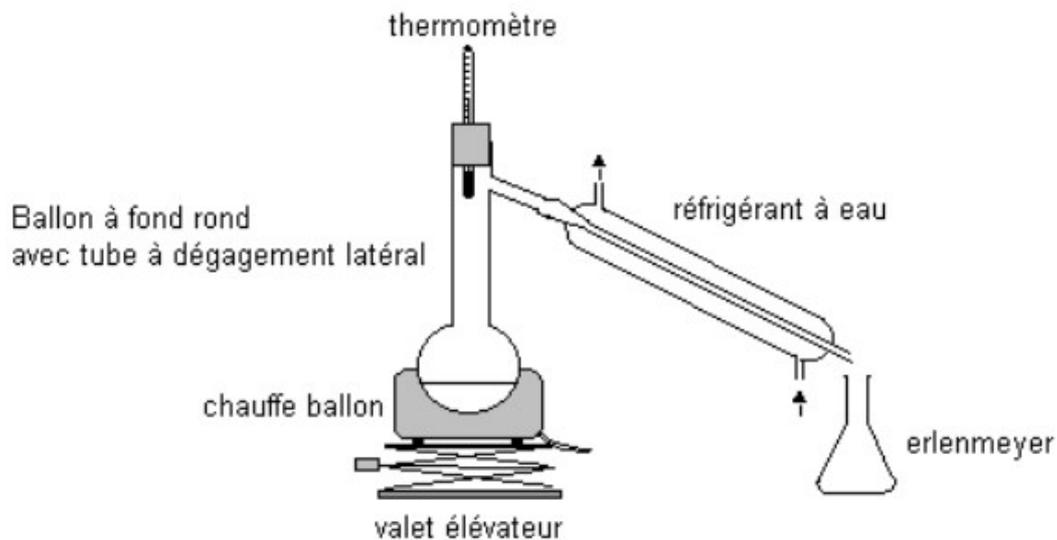


Extraction par solvant

La technique de l'extraction par solvants remplace aujourd'hui celle de l'enfleurage. Elle aboutit également à l'obtention d'absolus très recherchés par les parfumeurs pour la pureté de leur puissante odeur.

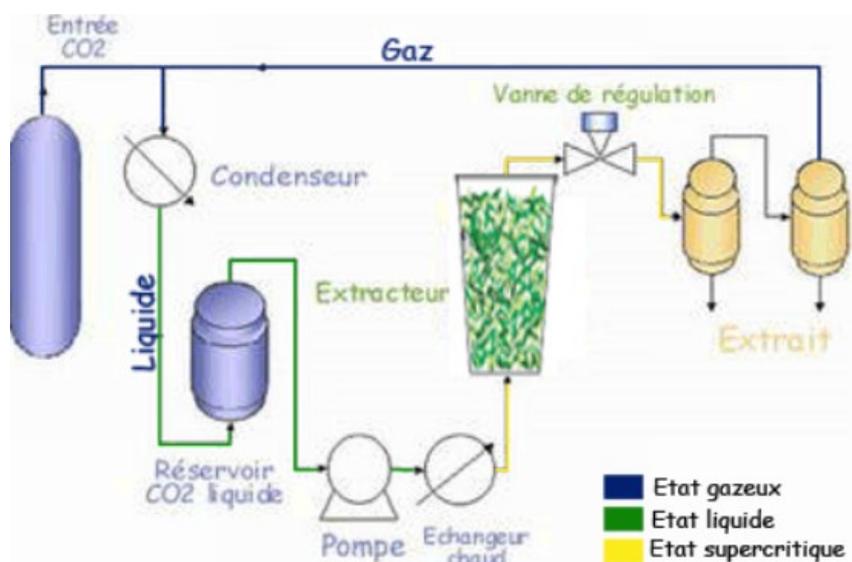
L'extraction par solvant consiste à dissoudre la substance contenant l'huile essentielle recherchée dans un solvant, puis à éliminer le solvant et récupérer l'huile essentielle. On l'utilise sur des plantes telles que la rose, la violette, la fleur d'oranger, le jasmin, la tubéreuse, les jonquilles, la cassie ou le réséda.

Cette méthode est utilisée pour obtenir des huiles florales extrêmement parfumées. Les plantes et le solvant sont placés dans un récipient et chauffés pour favoriser l'extraction des huiles par le solvant. La mixture ainsi obtenue est ensuite filtrée et devient ce que l'on appelle un «concret», qui est alors mélangé à de l'alcool, refroidi et filtré. Après évaporation de l'alcool, reste l'huile très parfumée, appelée «absolu».



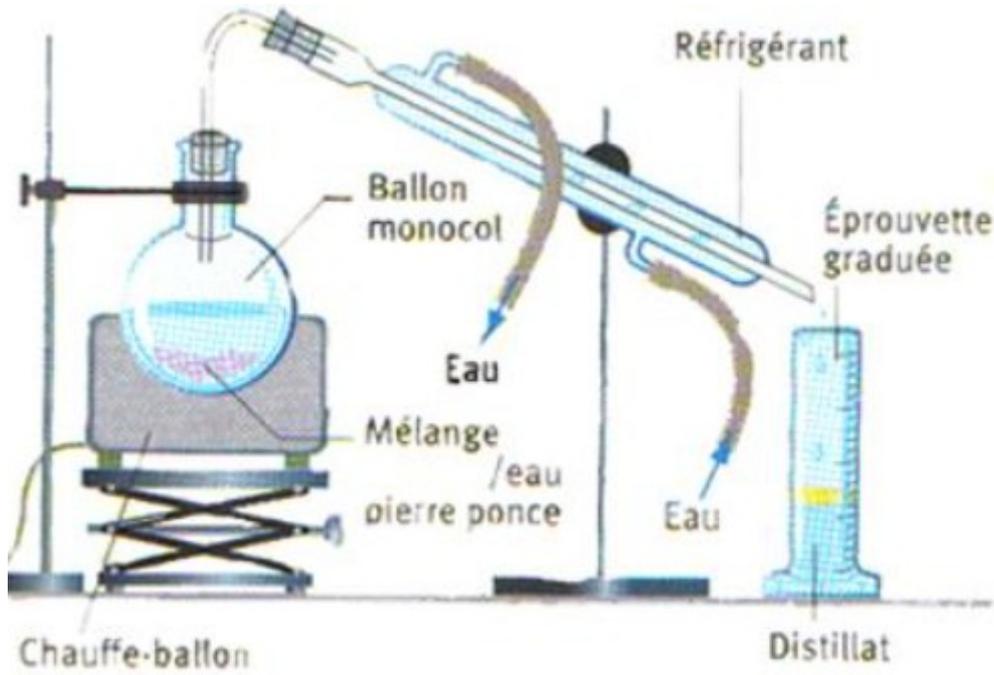
Extraction au CO₂ supercritique

Très moderne, très coûteuse, cette méthode consiste à faire passer un courant de CO₂ à haute pression qui fait éclater les poches à essence et entraîne les substances aromatiques.



Hydro-distillation

Parmi les techniques d'extraction d'une huile essentielle, l'**hydrodistillation ou entraînement à la vapeur** est l'une des **plus anciennes** (remonte à l'Antiquité). Elle est **très facile** à mettre en œuvre. Le principe est le suivant : dans un ballon, on **porte à ébullition un mélange d'eau et de la plante** dont on souhaite extraire l'huile essentielle. Les cellules végétales **éclatent et libèrent les molécules odorantes**, lesquelles sont alors **entraînées par la vapeur d'eau** créée. Elles passent par un réfrigérant à eau où elles sont condensées, puis sont récupérées dans un récipient.



Décantation du distillat

La décantation est l'effet de séparation, sous l'effet de la gravitation, deux phases non-miscibles dont l'une est l'huile essentielle plus légère (1) et l'autre l'eau (2).

