

Stevia rebaudiana (Bert.) Bertoni

<https://www.grainedevie.net/plant-stevia-godet.html>

FICHE TECHNIQUE

Botanique

Famille : Asteraceae

Genre : Stevia

Espèce : rebaudiana

Nom d'auteur : (Bert.) Bertoni

Details

Cycle de vie : vivace

Hauteur en fleur : de 20 à 50 cm , de 50 à 100 cm

Milieu : terrain drainant

Exposition : plein soleil

Zone de rusticité : 8a (de -12,2°C à -9,4°C) , 8b (de -9,4°C à -6,7°C) , 9a (de -6,7°C à -3,9°C) , 9b (de -3,9°C à -1,1°C) , 10a (de -1,1°C à -1,7°C) , 10b (de +1,7°C à +4,4°C) , 11a (de +4,4°C à +7,2°C)

Couleur des fleurs : blanc

Floraison : mai , juin , juillet , août

DESCRIPTION

Famille : Asteraceae

Nom latin : *Stevia rebaudiana* (Bert.) Bertoni

Noms communs : Stévia, Herbe douce du Paraguay, Chanvre d'eau

Description sommaire : La stevia est une plante vivace à souche semi-ligneuse et au feuillage persistant de 60 à 80 cm de hauteur. Feuilles oblongues, spatulées, légèrement dentées d'un vert lumineux. Fleurs blanches en tubes réunies en petits capitules. Floraison entre mai et août. Fruits sous forme d'akènes cylindriques à 5 côtés avec des faces concaves, surmontés de pappus.

Dans des conditions sauvages en zone subtropicale (chaud, semi-humide), elle pousse dans des sols sableux. Originaire d'Amérique du Sud (en particulier du Paraguay), elle est maintenant cultivée dans de nombreux pays d'Asie à des fins commerciales.

Multiplication : On obtient de nouveaux plants par semis ou par boutures.

Culture : La stevia craint le froid, il faudra donc la cultiver en pot et la rentrer l'hiver dans les régions froides. En régions méditerranéennes, elle pourra être cultivée dehors, en pleine terre. Sa culture n'est pas difficile, les plants apprécieront un substrat drainant et un arrosage fréquent de mars à octobre.

Usage alimentaire : Les feuilles de stevia ont un fort pouvoir sucrant mais avec un arrière-goût de réglisse et une certaine amertume. Utilisées en succédané du saccharose (sucre de table), elles peuvent être consommées pour ceux qui souffrent de problèmes métaboliques. séchées puis broyées ou infusées fraîches.

Traditionnellement, les indiens Guaranis l'utilisaient pour sucrer le yerba maté et d'autres boissons thérapeutiques.

Usage médicinal : Certaines tribus d'Amérique du Sud la considèrent comme ayant des propriétés contraceptives, antidiabétiques et anti-hypertensives.