

La cardamome les vertus

En Asie du Sud, la cardamome verte est largement utilisée pour traiter les infections dans les dents et les gencives, pour prévenir et traiter les problèmes de gorge, la congestion des poumons, la tuberculose pulmonaire et l'inflammation des paupières.

La cardamome peut être utilisée pour calmer les douleurs d'estomac après un repas trop lourd (vertus anti-acide) et pour faciliter la digestion en général.

Elle permet également de neutraliser l'odeur de l'ail quand on en croque après le repas.

Elle aurait également des vertus stimulantes.

Elle aurait aussi été utilisée comme antidote contre les venins de serpent et de scorpion.

La cardamome est surtout utilisée pour ses propriétés dans les troubles digestifs, indigestions, flatulences, coliques.

Elle facilite la digestion des graisses et des féculents. Elle stimule la bile et tempère les aigreurs gastriques. Elle arrête les vomissements lorsque qu'elle est associée à la banane.

La cardamome mélangée au lait neutralisera la formation de mucus et ajoutée au café elle atténue les effets de la caféine.

Dans les anciens textes védiques de médecine, on rapporte l'utilisation de la cardamome plus de 1000 ans avant Jésus-Christ.

Recensée par Avicenne dans son Canon au Livre V comme un des ingrédients indispensable de la thériaque, la cardamome soignait à l'époque, sous forme de dentifrice, les gorges irritées, les toux rebelles ainsi que les infections intestinales à la cour impériale de Chine. Toutefois, bien qu'il est classé cette épice parmi les médicaments dans ses Materia Medica en 65 avant J.C, Dioscoride, médecin grec, prévient ses contemporains que son parfum était si puissant qu'il suffisait "qu'un femme enceinte la respirât pour tuer l'enfant qu'elle portait".

Les Romains l'employaient pour combattre les douleurs d'estomac après leur festin. Au XIIIe siècle, dans le nord des Alpes, la cardamome était la médecine par excellence contre plusieurs maux liés à la digestion, thèse qui est reprise en 1588 par le botaniste allemand Jakob Theodor Tabernaemontanus dans son nouveau livre d'épices paru sous le titre de Neuw Kreuterbach où il prône les vertus de la cardamome moulue dans le miel.