

# Fenouil doux Hongrie

*Foeniculum vulgare*

## HUILE ESSENTIELLE

### À PROPOS DU FENOUIL

Le fenouil doux est une herbacée vivace pouvant atteindre 1,80 mètres de hauteur. Ses longues tiges souples et tubuleuses portent une multitude de feuilles plumeuses et aériennes. Plusieurs ombelles de petites fleurs jaunes s'épanouissent en été et donnent naissance à des fruits vert pâle à jaune clair. Récoltés dès qu'ils se parent d'une teinte jaune - signe de maturité - les fruits sont ensuite séchés avant d'être distillés. L'huile essentielle de fenouil doux exhale une jolie robe anisée caractéristique, d'où les noms communs « anis de France » et « aneth doux ».

Probablement originaire de l'île de Malte, le fenouil doux aurait été introduit dans le reste de l'Europe par les moines ou les croisés, il y a un millénaire. Connu depuis la Haute antiquité, il était employé comme plante médicinale par les Egyptiens, puis par les Grecs et les Romains. La plante est aujourd'hui cultivée en Europe, en Asie et dans certaines régions d'Afrique et d'Amérique du sud. Des cultivars ont été sélectionnés selon la qualité et le rendement en huile essentielle des graines.



Les applications vous sont données à titre indicatif.



### AROMATIQUE

Anisée

### CÔTÉ FRAGRANCE

L'huile essentielle de fenouil doux est un composant courant de l'accord réglisse. On le retrouve souvent dans des accords fougères et épicées, pour les nuancer avec une note plus marine et anisée.

### CÔTÉ BIEN-ÊTRE\*

Favorise la digestion, antispasmodique, hormon-like: emménagogue et galactogène, tonique général. Favorise la clarté mentale et le discernement, protège contre l'agressivité d'autrui, permet de boucler les questions laissées en suspens.

\*Ces propriétés d'aromathérapie sont issues d'ouvrages spécifiques et de base de données et vous sont données à titre d'information. Elles ne suffisent en aucun cas à bâtir une allégation de santé ou un quelconque diagnostic en vue d'une application thérapeutique.

20 kg  
de graines  
de fenouil

Distillation à la  
vapeur d'eau  
 $\eta = 5\%$

1 kg  
d'huile essentielle



## Calendrier de récolte

J F M A M J J A S O N D

## Traçabilité

Pays

Région

Parcelles  
de culture

## DESCRIPTEURS OLFACTIFS

Aromatique, anisé, vert, aqueux, réglisse.

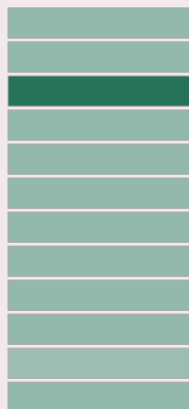
Tête

Cœur

Fond

## TÉNACITÉ

1 heure  
2 heures  
3 heures  
6 heures  
1 jour  
2 jours  
3 jours  
4 jours  
1 semaine  
2 semaines  
3 semaines  
1 mois



\* Tenacité des notes caractéristiques

## DONNÉES GÉNÉRALES

CAS TSCA : 8006-84-6  
CAS EINECS : 84455-29-8  
EINECS : 282-892-3  
FEMA :2483  
FDA : 182.200  
CoE : 200n  
INCI : Foeniculum vulgare oil

Ressource : Matière cultivée  
Partie végétale transformée : Graines

Procédé de transformation : Distillation à la vapeur d'eau  
Apparence : Liquide incolore à jaune pâle  
Constituants principaux : Trans-anéthol, fenchone, méthyl-chavicol, limonène  
Molécules actives : Trans-anéthol, fenchone, limonène



ALBERT VIEILLE