

Coriandre



Nom commun : coriandre, persil chinois

Nom latin : coriandrum sativum, le mot « coris » en latin désigne la punaise et sativum vient du verbe planter : légère similitude entre l'odeur de la plante et de l'insecte

Catégorie : plante aromatique annuelle

Floraison : 9 semaines après la plantation, fleurs blanches à légèrement rosées

Fruits : à la fin de l'été, petites graines à récolter

Croissance : rapide

Hauteur : 20 à 60 cm

Plantation : ne pas trop enfoncez les graines dans la terre, attendre une quinzaine de jours pour les premières pousses. Butter la terre (former un petit monticule autour quand les graines sortent). Dès que les pousses mesurent 6 à 7 cm, les replanter en les espaçant de 20 à 25 cm.

Entretien : arroser régulièrement sans abuser, les tiges feuillues peuvent être coupées pour être consommées fraîches dès que le plant atteint 10 à 15 cm.

Utilisation :

- **en cuisine** : les feuilles hachées sont utilisées comme notre persil pour parfumer, les graines moulues entrent dans la composition du curry, colombo ...
- **en médecine** : traitement des problèmes digestifs, des rhumatismes ...
- **dans l'industrie** : ingrédient dans la fabrication du coca-cola, dans la composition de certains parfums

Pastel

Nom commun : pastel des teinturiers

Nom latin : isatis tinctoria

Catégorie : vivace éphémère ou annuelle

Feuillage : caduc

Floraison : fin du printemps, fleurs jaunes

Croissance : rapide

Hauteur : 80 cm à 1m 20 cm



Entretien : ne pas trop arroser

Utilisation : on fait bouillir ou fermenter les feuilles avec de l'ammoniaque pour obtenir le pigment bleu

Aneth



Nom commun : aneth, fenouil bâtard

Nom latin : anethum graveolens, vient du grec anethon qui veut dire fenouil

Catégorie : plante aromatique annuelle à goût d'anis

Floraison : juin à octobre, fleurs jaunes

Fruits : à l'automne graines brunes striées de jaune

Croissance : rapide

Hauteur : 45 à 90 cm

Plantation : enfoncer les graines dans la terre de 5 à 6 cm en les espaçant bien, à planter proche de la coriandre, à l'abri du vent car les tiges sont très cassantes.

Entretien : récolter les feuilles avant l'apparition des fleurs, plus parfumées.

Utilisation :

- **en cuisine** : les feuilles sont utilisées pour parfumer les plats dans les pays scandinaves, les graines sèches pour parfumer ...
- **en médecine** : traitement des coliques, contre le hoquet, pour avoir bonne haleine ...
- **dans l'industrie** : ingrédient dans la fabrication de certains savons

Bleuet



Nom commun : bleuet des champs

Nom latin : centaurea cyanus, vient du grec cyanos qui désigne le bleu foncé

Catégorie : annuelle ou bisannuelle

Floraison : été, fleurs bleues

Hauteur : 10 à 50 cm

Plantation : décortiquer les graines. Attention la graine est très fragile. Butter la terre (former un petit monticule autour quand les graines sortent).

Entretien : Arroser régulièrement sans abuser.

Utilisation :

- **en médecine** : traitement des problèmes de conjonctivite, irritation des yeux et des paupières (surnom : casse-lunettes), tisane pour faciliter la digestion...
- **dans l'industrie** : pigment bleu pour teinter l'encre et la peinture

Lin



Nom commun : lin vivace

Nom latin : linum usitatissimum

Catégorie : vivace

Floraison : fin de printemps, été, fleurs de couleur bleu ciel qui ont une très courte vie

Croissance : rapide

Hauteur : 45 à 60 cm

Plantation : décortiquer les graines avant de planter

Utilisation : fabrication de ficelle, de textile

Maceron



Nom commun : maceron perfolié

Nom latin : smyrnium perfoliatum, vient du grec et du latin arbre à myrrhe + feuilles supérieures perforées

Catégorie : herbacée bisannuelle comestible

Floraison : d'avril à juin, petites fleurs jaunes

Fruits : nombreux fruits comestibles rappelant la myrrhe

Croissance : moyenne

Hauteur : 1 m à 1 m 50 cm

Plantation : enfoncer les graines dans la terre à 1 cm, butter la terre (former un petit monticule autour quand les graines sortent).

Entretien : arroser régulièrement sans abuser, en cas de forte chaleur, déposer un paillage pour préserver la fraîcheur de la terre

Utilisation :

- en cuisine : pour aromatiser (remplacer par le céleri qui a un goût moins fort)
- en médecine : Moyen-Âge : propriété antiscorbutique, traitement pour les reins

Pois chiche



Nom commun : pois chiche

Nom latin : cicer arietinum, vient du latin cicer le pois

Catégorie : plante annuelle herbacée

Floraison : les fleurs sont blanches, roses, pourpres ou violettes et apparaissent sous les feuilles en juin.

Fruits : les gousses sont velues et ovales et sont de couleur allant du blanc-jaune au noir, elles contiennent une ou deux graines, 5 mois après la plantation, graines à récolter que l'ont fait sécher

Hauteur : 50 cm

Plantation : Respecter une distance de 10 à 12 cm entre chaque pois, butter la terre (former un petit monticule autour quand les graines sortent).

Entretien : arroser régulièrement sans abuser.

Utilisation :

- **en cuisine** : consommé comme un légume chaud ou froid
- **en médecine** : arrêter les diarrhées (cuit) ; soigner les plaies, pour éviter les infections (poudre)...

Nigelle



Nom commun : nigelle de Damas, cheveux de vénus

Nom latin : nigella damascena

Catégorie : plante annuelle

Floraison : en été, fleurs bleues, blanches ou roses

Fruits : les fruits ne sont pas comestibles

Hauteur : 20 à 30 cm

Plantation : butter la terre (former un petit monticule autour quand les graines sortent).

Entretien : arroser régulièrement sans abuser

Utilisation : emploi récent contre les migraines , traitement des problèmes de reins, vermifuge, maladies du foie et de la rate

Nielle



Nom commun : la nielle des blés, œillet des champs

Nom latin : *Agrostemma githago*, vient du grec « la couronne des champs »

Catégorie : plante herbacée annuelle

Floraison : entre juin et août, les fleurs peuvent être blanches mais le plus souvent roses

Fruits : graines toxiques, production de graines importante

Hauteur : 30 à 60 cm

Plantation : butter la terre (former un petit monticule autour quand les graines sortent).

Entretien : arroser régulièrement sans abuser

Utilisation : aujourd'hui plante du jardin, autrefois sa racine servait à traiter les ulcères et les vers intestinaux. Elle a été abandonnée du fait de sa grande toxicité.