

# Les sept herbes capitales

**Main verte.** Cultiver ses propres plantes aromatiques apporte du goût à ses préparations culinaires et l'agréable sentiment du «C'est moi qui l'ai fait».

JEAN-LUC PASQUIER\*

## K

«Knip-knip»: Deux coups de ciseau et votre salade change de goût. Et elle risque d'y prendre goût si vous lui donnez des arômes issus de vos propres cultures. On vous rassure: ici, pas de grandes théories, mais plutôt de petites astuces afin que vos plantes aromatiques durent longtemps. Que ce soit en pot sur le rebord de la fenêtre de la cuisine, dans un bac sur la terrasse ou en pleine terre au potager, il y a toujours un endroit où l'on peut semer ou planter de bonnes herbes.

### Au début était la graine

La majorité des aromatiques peuvent être semées à l'exception des plantes semi-arbustives comme le romarin, la sauge ou la lavande. Ici, l'achat de jeunes plantes permet de gagner beaucoup de temps... Pour les autres, on peut aussi les acheter en pot. Cependant, voir germer ses propres plantules reste un plaisir inégalé. Pour les semis, sachez que les grainetiers proposent des tampons de graines très faciles à utiliser: les semences sont enrobées, disposées

entre deux voiles collés très fins qui se dégradent en terre. Donc pas d'éclaircissage laborieux, ça pousse tout comme il faut. D'autre part, certaines herbes (origan, romarin, laurier) peuvent être prélevées chez votre belle-maman et bouturées chez vous. Finalement, vous pouvez diviser les touffes d'aromatiques vivaces (ciboulette, menthe).

### Taille annuelle

Il va de soi que chaque prélèvement correspond à une «taille en vert», comprenez une taille dans les tiges tendres de l'année. Toutefois, certaines plantes vivaces, principalement d'origine méditerranéenne (lavande, romarin, sauge, thym, sarriette), apprécient une taille en règle au printemps. Cette opération favorise l'émission de nouvelles pousses et permet de maintenir les plantes compactes. Ainsi, vous pouvez couper en mars les deux tiers des anciennes pousses. Attention: il est primordial de laisser une partie verte et encore feuillée sur chaque tige. De ce fait,

celles qui n'ont pas été taillées depuis longtemps doivent être rabattues étage par étage durant la saison, car une taille radicale leur serait fatale... D'autres vivaces un peu plus molles comme la menthe, l'origan ou l'estragon apprécient même d'être rabattues au ras du sol. |

\* Horticulteur, maîtrise fédérale

### REPÈRES

#### Bibliographie intéressante

- > **Thomas Alamy**, «Herbes et plantes aromatiques», Editions Ouest France, 96 pp.
- > **Xavier Gruffat**, avec les conseils de Paul-Alain Magnollay, «50 plantes médicinales à cultiver dans votre jardin ou sur votre balcon», Favre, 240 pp. (sortie prévue le 20 mars 2015).
- > **Laurent Bourgeois**, «Les aromatiques de A à Z», rustica éditions, 192 pp.
- > **N. David-Bernadat**, S. Hampikian, B. Lapouge-Déjean, «Créer son jardin d'aromatiques bio», Terre Vivante, 288 pp.



### PROLIFIQUE

## La menthe se plante en cage

La menthe, ou plutôt les menthes, vu qu'il existe d'innombrables espèces et variétés, sont des plantes vivaces... très vivaces! En effet, les rhizomes sont comme ceux des bambous: ils poussent sous terre et ressortent là où on ne les attend pas. Il convient donc de planter les menthes dans des pots en terre cuite (boucher le trou avec un bouchon de liège) qui doivent ensuite être enfouis afin d'éviter leur propagation. Les menthes apprécient un sol frais et une bonne luminosité. Par temps sec et chaud, les acariens attaquent: tondez le tout et attendez deux semaines, les repousses seront saines.



PHOTOS JEAN-LUC PASQUIER

### PLANTE ANNUELLE

## Le basilic aime le chaud

Le basilic est une plante annuelle à la durée de vie courte. Il aime le chaud et une humidité régulière du sol. Au potager, il doit être cultivé à l'abri du soleil et des écarts de températures (entre les pieds de tomate p. ex.). Un bord de fenêtre lumineux et un pot en plastique permettent de récolter des feuilles toute l'année. A cette fin, semez plusieurs séries à deux mois d'intervalle; ainsi, dès que votre basilic fleurira ou que ses feuilles seront malades (mildiou), les jeunettes prendront le relais. Retardez la floraison en cueillant les pousses fraîches. On en trouve de multiples variétés dans le commerce dont cette nouveauté primée, à feuillage décoratif et au port compact: «Purple Ball».



© FLEUROSELECT

### FRILEUX

## Le persil, une sainte-nitouche

Le persil est une sainte-nitouche: avide de chaleur lorsqu'il s'agit de germer, et frileux face aux premières gelées, il déteste aussi qu'on lui touche les pieds (pas de chatouillis aux racines...). Semez-le au chaud dans un sol riche ou dans un pot en plastique de 15 cm rempli de terreau pour géranium. Il ne passera qu'un seul hiver car sa végétation est bis-annuelle, c'est-à-dire que son cycle de vie se termine après la floraison en 2<sup>e</sup> année.



### HEUREUX CHEZ NOUS

## Unique romarin

Le buisson de romarin est vivace et tient bien chez nous, à condition d'être planté en sol calcaire, à l'abri de l'humidité hivernale et de la bise desséchante. Il ne tient hélas pas à l'intérieur. Après l'hiver, taillez-le et utilisez les brins pour en faire de la poudre. Une branche sur les braises durant les grillades donne un goût unique à vos préparations.

### VIVACE

## Fraîche ciboulette

La ciboulette s'adapte partout et se cultive comme une plante vivace pluriannuelle. Elle doit être divisée et taillée court à chaque printemps afin qu'elle ne fleurisse pas trop vite. En terre, plantez-en 3 ou 4 et rabattez une plante chaque mois pour disposer continuellement de pousses fraîches. En pot, la ciboulette doit être maintenue régulièrement humide afin de rester bien verte et ne pas fleurir. En cas de pépin, rabattez la plante, divisez-la en deux et repotez les deux pieds dans deux pots. Ici aussi, le pot en plastique permet de maintenir l'humidité nécessaire.



### DÉCORATIVE

## La sauge, goûtue vivace

La sauge est une plante vivace dont on trouve des variétés à feuillage décoratif tout aussi goûtue que l'espèce commune. Elle a exactement les mêmes exigences que le romarin et ne se cultive pas à l'intérieur.

### RUSTIQUE

## De l'origan sur ma pizza

L'origan est une petite plante vivace appréciant le soleil. Il aime être divisé et rabattu au printemps. En cas de forte chaleur, coupez toutes les jeunes pousses pour éviter qu'il ne fleurisse. Profitez de cette opération pour sécher les feuilles, délicieuses sur les pizzas et les grillades. On confond souvent l'origan avec la marjolaine. Cette dernière a une saveur plus délicate mais elle est moins rustique. Ainsi, contrairement à l'origan, la marjolaine est cultivée comme annuelle.

