

Liste des plants d'Aromatiques et de Médicinales disponibles à la vente au Printemps 2024

JARDIN UN PIED DEVANT L'AUTRE



Nom commun & Nom latin	Illustration du plant à maturité	Caractéristiques de la plante	Culture et dimension
<p>Agastache Menthe</p> <p><i>Agastache rugosa</i></p>		<p>Plante vivace qui accompagne de nombreux desserts grâce à son arôme subtil de menthe et d'anis.</p> <p>On l'utilise fraîche dans la cuisine asiatique pour parfumer les plats de légumes comme les choux et les navets, les viandes blanches, les salades de fruits ou encore les fraises.</p> <p>Surtout utilisée pour traiter les problèmes digestifs, l'Agastache Menthe possède également des vertus antiseptiques.</p> <p>L'Agastache menthe est une très bonne mellifère qui sait se faire apprécier grâce à sa belle floraison estivale bleu en épis.</p>	<p>Cycle de vie : Vivace</p> <p>Plantation : Tous types de sols bien drainés. Exposition ensoleillée ou mi-ombre.</p> <p>20 cm diam 40 à 70 cm haut</p>
<p>Agastache Anisée</p> <p><i>Agastache foeniculum</i></p>		<p>Plante ornementale et mellifère, dont les fleurs bleu vif, exhalent un puissant parfum d'anis.</p> <p>Elle est utilisée comme plante aromatique et condimentaire (fleurs et feuilles utilisables en infusion ou dans la cuisine, en remplacement de l'anis, pour parfumer crudités, salades, poissons, boissons ou gâteaux.).</p>	<p>Cycle de vie : Vivace à port buissonnant</p> <p>Plantation : Tous types de sols bien drainés. Exposition ensoleillée ou mi-ombre.</p> <p>Floraison : juillet à octobre dès la première année. Se ressème spontanément. Bien implantée résiste à des gels modérés. A protéger des limaces.</p> <p>20 cm diam 40 à 70 cm haut</p>

Basilic grand vert

Ocimum basilicum
cv. 'Grand vert'



Variété classique de basilic aux **grosses feuilles pointues et très parfumées**. **Cycle de vie** : Plante Annuelle

Son port compact peut être cultivé en pot ou en pleine terre. Il est indispensable dans la cuisine méditerranéenne notamment dans la célèbre soupe au pistou et dans le pesto italien.

Plantation : Repiquer vos plants de basilic au jardin après les dernières gelées en mai quand ils ont atteint le **stade de 3-4 feuilles**.

Sol bien drainé et riche à exposition ensoleillée.

20 cm diam
40 cm haut

Basilic cannelle

Ocimum basilicum
cv. 'Cinnamon'



Variété de basilic **mexicaine** au port compact et aux feuilles vert clair allongées. Ses inflorescences **mauves-aubergine sont très décoratives** et contrastent avec la couleur du feuillage.

Son parfum rappelle la **cannelle et le clou de girofle**.

Cycle de vie : Plante Annuelle

Plantation : Repiquer vos plants de basilic au jardin après les dernières gelées en mai quand ils ont atteint le **stade de 3-4 feuilles**.

Sol bien drainé et riche à exposition ensoleillée.

20 cm diam
40 cm haut

Basilic citron

Ocimum x
citriodorum



Variété aux **feuilles pointues et vert clair**. Son port compact peut être cultivé en pot ou en pleine terre.

Elle se distingue des autres variété de basilics par son **goût citronné** avec des notes de menthe et de banane. Elle s'utilise en pâtisserie ou tisane.

Cycle de vie : Plante Annuelle

Plantation : Repiquer vos plants de basilic au jardin après les dernières gelées en mai quand ils ont atteint le **stade de 3-4 feuilles**.

Sol bien drainé et riche à exposition ensoleillée.

20 cm diam
40 cm haut

Basilic sacré

Ocimum tenuiflorum



Variété Basilic à feuilles vertes, au port buissonnant et compact. Les fleurs sont violettes et blanches.

Le basilic sacré, ou **Tulsi**, est l'une des plantes médicinales les plus respectées en **médecine Ayurvédique**.

Il apaise l'esprit tout en améliorant nos capacités cognitives. On l'utilise en cas de «brouillard mental», dans les cas d'hyperactivité avec difficulté pour se concentrer, et de stress chronique.

On l'utilisera en **infusion de feuilles fraîches** pour toutes ses vertus ou ciselé dans un plat d'aubergines ou dans une coupe de fraises.

Cycle de vie : Plante Annuelle

Plantation : Repiquer vos plants de basilic au jardin après les dernières gelées en mai quand ils ont atteint le **stade de 3-4 feuilles**.

Sol bien drainé et riche à exposition ensoleillée.

20 cm diam

40 cm haut

Basilic Thaï

Ocimum basilicum
var. *thyrsiflora*



Variété de basilic **indonésienne** au feuillage clair et au **parfum citronné et frais**.

A ajouter au moment de servir avec viandes, poissons, préparations à base de tomate ou pour le thé.

Cycle de vie : Plante Annuelle

Plantation : Repiquer vos plants de basilic au jardin après les dernières gelées en mai quand ils ont atteint le **stade de 3-4 feuilles**.

Sol bien drainé et riche à exposition ensoleillée.

20 cm diam

40 cm haut

Helichryse italienne

Helichrysum italicum



Fleurs jaune d'or, feuillage persistant gris dégageant une **puissante odeur épiciée**, évoquant le **curry** et l'huile de lin.

Comme chez la plupart des immortelles, les inflorescences fanées persistent sur la plante, les bractées dorées restent longtemps décoratives après la floraison.

Cycle de vie : Vivace arbustive

Plantation : plants supportent bien le calcaire, aiment les sols légers, caillouteux ou sablonneux et pauvres, parfaitement drainés.

40 cm diam

60 cm haut

Hysope

Hyssopus officinalis



Plante facile à cultiver, résiste à la sécheresse.

Dégage une magnifique **odeur de menthol et eucalyptus**.

C'est l'une des plantes favorites pour l'hiver, son parfum est pénétrant, fait du bien aux sinus et aux bronches. Elle protège tout l'arbre respiratoire et en général. On utilise les **sommités fleuries en infusion**.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Terre normale, peu d'arrosage lorsque le plant devient mature, plein soleil.

40 cm diam

40 cm haut

Millepertuis

Hypericum perforatum



Le millepertuis perforé ou herbe de la saint-jean est souvent prescrit en interne contre les humeurs dépressives légères et l'agitation nerveuse. **Attention aux interactions médicamenteuses, demander conseil à votre médecin.**

L'huile dite "rouge" peut être extraite des bourgeons et des fleurs à utiliser en externe très efficace contre les rhumatismes, la goutte, la tension, le lumbago et aussi les blessures.

Cycle de vie : Plante vivace herbacée qui préfère les endroits ensoleillés à semi-ombragés et plutôt pauvres et secs.

La plante forme une racine d'environ 50 cm de profondeur et a tendance à s'enraciner dans les pousses rampantes.

**30 cm diam
70 cm haut**

Camomille romaine

Chamaemelum nobile
Cultivar 'Flore pleno'



la Camomille romaine, ou Camomille odorante, est la camomille la plus utilisée dans la pharmacopée française. Son odeur est puissante et pénétrante.

Le Cultivar « *Flore pleno* » est la Camomille romaine dite « à fleurs double » Elle se reconnaît à ses inflorescences composées de fleurs ligulées blanches prenant ainsi l'allure de pompons blancs.

Flours très aromatiques en infusion (1 ou 2 fleurs par tasse maximum car son amertume se développe rapidement).

Cycle de vie : Vivace rampante

Plantation : sols siliceux, sablonneux relativement tassés et humides en hiver, jusqu'à 600 m d'altitude.

Sensible à la compétition pour la lumière. Plantez votre camomille dans des milieux ras bien exposés où le développement d'autres espèces est limité.

**40 cm diam
20 cm haut**

**Citronnelle
Vietnamienne ou
baume Vietnamien**

Elsholtzia ciliata



Plante buissonnante d'origine vietnamienne aux feuilles dentées vert foncé. A partir de fin juillet et jusqu'au mois d'octobre, elle produit de délicats épis floraux, d'un rose vif.

Ses feuilles dégagent un **délicat parfum citronnée entre celui de la mélisse et celui de la citronnelle** pour donner de la saveur à de nombreux plats : pâtes, poissons, poulets, salades et soupes.

Les graines réduites en poudre sont très aromatiques.

Cycle de vie : Plante annuelle

Sol bien drainé et riche à exposition ensoleillée.

**20 cm diam
40 à 70 cm haut**

Citronnelle de Java

*Cymbopogon
winterianus*



De la famille des Poacées, la Citronnelle de Java est une plante **qui croît en touffes denses**. Ses feuilles sont rubanées, étroites et lancéolées.

Elle possède des pédoncules en forme de branches, légèrement parfumés, pouvant atteindre 1,5 mètre.

Son **goût citronné** fait merveille dans les **currys, marinades, bouillons et salades** mais aussi, dans les entremets et les pâtisseries (bonne association avec la noix de coco, le gingembre, l'ail et le piment).

Cycle de Vie : plante vivace à feuillage persistant.

Plantation : Exposition **au soleil** dans un sol frais, riche, sablonneux (serre ou véranda sous nos latitudes).

Arrosages réguliers et abondants que vous la cultiviez en pleine terre ou en pot.

Dracocéphale de moldavie

Dracocephalum moldavica



Appelé également **Mélisse turque** ou Thé des jardins, elle forme de grandes touffes couvertes de haut en bas de fleurs en épis d'un **bleu-violacé lumineux, très mellifères.**

Toute la plante dégage une agréable odeur de citron.

Au jardin, il est superbe en association avec des fleurs jaunes comme le Zinnia peruviana et le Rudbeckia.

Cycle de Vie : Floraison estivale prolongée (juillet à septembre).

Plante pouvant atteindre 80 cm de haut, se resème facilement.

Guimauve

Althaea officinalis



Grandes hampes florales couvertes de feuilles douces au touché et de belles fleurs blanches qui tournent légèrement sur le rose poudré. Elle produit de belles racines pivotantes bien charnues.

Flleurs et feuilles en infusion, fleurs fraîches en salade, racine en infusion.

Plante très riche en **mucilages** qui permettent de fabriquer un gel adoucissant pour les muqueuses digestives. Elle permet aussi de réguler le transit chez la personne qui a une petite tendance à la constipation.

Cycle de vie : Vivace pouvant atteindre 2m de hauteur

Terre : normale

Arrosage : fréquent

Exposition : plein soleil

30 cm diam

180 cm haut

Géranium menthe

Pelargonium tomentosum



Le géranium **menthe** s'utilise en infusion avec des feuilles fraîches ou séchées, dans la cuisine pour parfumer les sauces, les vinaigrettes, les confitures, les pâtisseries comme les madeleines, les crèmes ou le gâteau au yaourt.

Cette plante aromatique au **feuillage velouté** a un parfum proche de celui de la **menthe poivrée.**

Cycle de vie : Vivace à protéger du vent, gélive donc protection hivernale nécessaire, désherbage manuel.

50 cm diam

50 cm haut

Geranium Rosat

Pelargonium graveolens



Plante à la floraison délicate et au **feuillage très parfumé** qui rappelle la **rose**. **Cycle de vie :** Vivace à protéger du vent, gélive

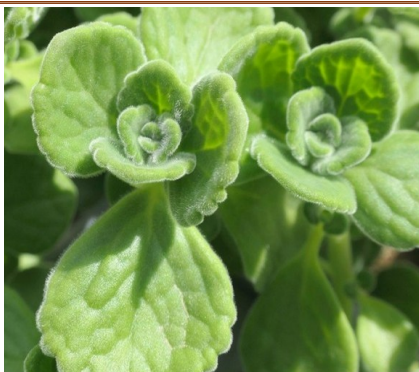
Les feuilles et les fleurs de cette plante vous permettront **d'aromatiser et/ou de décorer vos plats**, desserts et boissons (Rhum arrangé au géranium, compote de pomme au géranium rosat ou crumble !)

donc protection hivernale nécessaire, désherbage manuel.

50 cm diam
50 cm haut

Citronnelle australienne

Plectranthus 'Mount Carbine'



Feuillage vert pomme au toucher "peau de pêche" et **parfum intensément citronné**.

Elle vous permettra de réaliser de délicieuses infusions au parfum citronné particulier, mais surtout d'émincer finement ses feuilles, qui éclateront en bouche comme autant de morceaux de zeste d'agrumes.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Ce plectranthus est particulièrement résistant à la sécheresse et tolère les sols pauvres et secs, ce qui en fait une plante facile à vivre.

C'est une **plante gélive** en conséquence, il faudra la cultiver en pot et la rentrer.

**Lavande vraie ou
officinale**

*Lavandula
angustifolia*



Les *lavandes officinales* sont **rustiques et bien compactes en boule, faciles à cultiver**. Bien résistantes au froid, elles peuvent faire face à tous les types de temps en sol drainant et résistent très bien au sec, se passent d'arrosage une fois implantées.

Leur floraison estivale en épis est **parfumée et mellifère, bleue ou blanche, parfois rose** ou avec des touches pourprées selon les variétés.

Cycle de vie : Vivace Buissonnante

**80 cm diam
150 cm haut**

Menthe bergamote

*Mentha piperita
citrata 'bergamote'*



Les menthes se plaisent à la mi-ombre dans les terrains riches et humides, mais sauront s'adapter à tout type de sol et d'exposition, à condition d'en adapter l'arrosage..

Avec son parfum **d'agrumes et de bergamote**, cette menthe apportera un parfum originale aux desserts et infusions, et pourra s'associer à vos salades de crudités.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Cette menthe a tendance à s'étaler, il faut donc en tenir compte en ne plantant pas plusieurs variétés au même endroit, ni à proximité d'autres plantes basses qui pourraient supporter difficilement cette compétition.

**30 cm diam
30 cm haut**

Menthe poivrée

Mentha piperita



La menthe poivrée fait partie des indispensables au jardin. Son parfum plus frais la désigne plutôt pour les infusions et les desserts, la cuisine salée pouvant souffrir de sa richesse en menthol.

Très prisée la menthe poivrée est la plus cultivée de toutes les menthes pour l'élaboration de produits d'utilisation courante et d'huile essentielle connue pour son usage médicinale.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Cette menthe a tendance à s'étaler, il faut donc en tenir compte en ne plantant pas plusieurs variétés au même endroit, ni à proximité d'autres plantes basses qui pourraient supporter difficilement cette compétition.

**30 cm diam
30 cm haut**

**Mauve de
Mauritanie**

***Malva sylvestris* var.
Mauritanie**



Floraison spectaculaire violette à pourpre sombre très décorative et très mellifère.

Les fleurs fraîches s'utilisent en cuisine, à ajouter par exemple dans votre salade ou pour décorer vos assiettes estivales. On peut également cuire ses feuilles comme des épinards ou pour donner du **velouté aux potages**.

Elles donnent également une belle **couleur bleuté** à vos infusions !

Cycle de vie : Vivace

**30 cm diam
170 cm haut**

Menthe verte

Mentha spicata



Un franc **parfum de chlorophylle, puissant, frais et sucré** qui rappelle à s'y méprendre les chewing gum d'une célèbre grande marque, et apportera sa touche gourmande à vos infusions et à votre cuisine sucrée ou salée.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Cette menthe a tendance à s'étaler, il faut donc en tenir compte en ne plantant pas plusieurs variétés au même endroit, ni à proximité d'autres plantes basses qui pourraient supporter difficilement cette compétition.

**30 cm diam
30 cm haut**

**Marjolaine à
coquille**

*Origanum
marjonara*



Plante vivace aromatique condimentaire de croissance rapide et au port dressé. **Cycle de vie : Vivace à tendance gélive**

Des tiges velues portent des feuilles vert clair, arrondies, soyeuses. De petites fleurs blanches apparaissent en été.

Plantation : Planter en situation abritée, contre un mur orienté plein sud, en sol bien drainant.

On la confond souvent avec l'origan mais sa saveur est **plus douce et plus subtile**. Son parfum est **excellent**, pour cuisiner à l'**Italienne** ou à la **grecque** : **tomate, mozzarella et feta**.

50 cm diam

50 cm haut

Origan compact

Origanum vulgare



Plante **vivace tapissante**, aux **feuilles aromatiques** disposées le long de tiges très ramifiées. **Cycle de vie : Vivace**

En été, des panicules compactes de petites **fleurs lilas ou roses** apparaissent.

Plantation : Exposition soleil, sol sec, de préférence calcaire.

Les feuilles séchées de l'origan commun sont utilisées comme **condiment** pour parfumer les pizzas ou dans la fabrication de liqueurs.

50 cm diam

50 cm haut

**Perilla de Corée
Bicolore**

*Perilla frutescens
var. crispa*



Variété coréenne, bicolore. Elle produit de grandes feuilles pointues à bord dentelé, vert foncé dessus et pourpres au dos.




Cycle de vie : Plante annuelle

Son arôme est doux, aux notes de **basilic et de menthe**. On l'utilise **comme condiment notamment dans la cuisine japonaise**.

Plante mellifère, attire fortement les abeilles et autres butineurs utiles au jardin.

20 cm diam

40 à 70 cm haut

<p>Romarin</p> <p><i>Rosmarinus officinalis</i></p>		<p>Le Romarin (<i>Rosmarinus officinalis</i>) est une plante aromatique importante, notamment dans la cuisine méditerranéenne.</p> <p>Les fleurs, du bleu au blanc en passant par le rose, apparaissent dès le début de l'année et font le bonheur des pollinisateurs. Il est souvent associé à des viandes comme la volaille ou l'agneau, mais aussi à des légumes comme les courgettes et les pommes de terre.</p>	<p>Cycle de vie : Vivace ligneuse</p> <p>Plantation : Un sol bien drainé et une exposition en plein soleil sont idéaux pour son développement. Au jardin, il trouve sa place dans une haie ou en bordure d'allées.</p> <p>120 cm diam 150 cm haut</p>
<p>Sarriette des montagnes</p> <p><i>Satureja montana</i></p>		<p>Feuilles et sommités fleuries utilisées en aromates (Entre dans la composition des Herbes de Provence) et en infusion.</p> <p>Floraison blanche mellifère en été.</p> <p>Sa saveur est piquante, réchauffante et son parfum très puissant relève agréablement les ragoûts et les tartes salées. C'est aussi une plante médicinale aux propriétés antiseptiques remarquables.</p>	<p>Cycle de vie : Vivace</p> <p>Plantation : S'épanouit au soleil dans les sols calcaires très drainants, voire caillouteux et secs en été.</p> <p>20 cm diam 25 cm haut</p>
<p>Sauge sclarée</p> <p><i>Salvia sclarea</i></p>		<p>Feuilles larges et formation de grandes hampes florales odorantes de couleur violet-blanc.</p> <p>Les fleurs pleines de nectar consommées fraîches ont un goût de bonbon.</p>	<p>Cycle de vie : Bisanuelle</p> <p>100 cm diam 130 cm haut</p>

Sauge officinale

Salvia officinalis



Plante rustique, médicinale et aromatique à feuillage persistant.

Ses feuilles oblongues sont duveteuses, bleu vert à grises ou parfois panachées de jaune ou de pourpre. Elle fleurit bleu à blanc en fin de printemps.

Plantez-là près de la cuisine ou du potager, en bordure, rocaille, jardin sur gravier, avant de massif ou pot.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Elles supportent des températures suffisamment basses pour pouvoir passer **toute l'année à l'extérieur sans protection**. Une exposition ensoleillée et chaude est de règle. Il faut aussi dans la mesure du possible, éviter les endroits les plus exposés au vent.

50 cm diam

60 cm haut

Thym commun

Thymus vulgaris



Arbrisseau à **feuilles persistantes gris-vert**, dont l'odeur caractéristique évoque les étendues rocailleuses des garrigues du sud de la France.

Les **fleurs rose tendre**, parfois blanches ou rose vif, s'épanouissent en avril-mai.

On cueille le thym généralement en mai, pour le faire **sécher comme condiment**.

Cycle de vie : Vivace arbustive

20 cm diam

30 cm haut

Thym de corse

Thymus herbarona



Sous-arbrisseau à petites **feuilles** persistantes **vert foncé**, prenant parfois un reflet violacé en hiver. La végétation forme un tapis homogène, supportant un piétinement modéré.

Lorsque l'on froisse les feuilles, elles libèrent une odeur agréable : d'abord fraîche, évoquant l'**écorce d'agrumes**, l'odeur évolue en quelques instants vers une **forte odeur camphrée**.

Les fleurs **rose vif** s'épanouissent en mai-juin.

Cycle de vie : Vivace rampante en coussin

Plantation : Les thymus tapissants ont des tiges horizontales qui s'enracinent au contact du sol, formant de **beaux couvre-sols réguliers et aromatiques**.

Thym orange

Thymus fragrantissimus



Le **Thym orange** (*Thymus fragrantissimus*) est un arbrisseau à feuilles persistantes vertes au port compact qui possède une floraison blanche.

C'est une belle herbe culinaire avec **un parfum d'orange très aromatique**. Les sommités fleuries de la plante dégagent **un arôme merveilleusement fruité et résineux**. Les feuilles fraîches servent d'aromate pour farcir la volaille et conviennent parfaitement à de nombreux autres aliments, aux infusions ainsi que pour les cocktails.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Tout sol bien drainant, même calcaire leur convient, exposé au plein soleil. Ils supportent par contre mal l'arrosage estival.

Thym citron

Thymus x citriodorus, T. citriodorus



Arbrisseau à **feuilles persistantes vertes**. Lorsque l'on froisse les feuilles, elles libèrent une odeur agréable : d'abord fraîche, évoquant l'écorce d'agrumes, l'odeur évolue en quelques instants vers une **note très citronnée**.

Les **fleurs rose tendre** s'épanouissent en avril-mai.

Il est souvent **utilisé en cuisine, avec le poisson, les légumes, les sauces et plats mijotés, dans le taboulé et les plats orientaux**.

Cycle de vie : Vivace

Plantation : Tout sol bien drainant, même calcaire leur convient, exposé au plein soleil. Ils supportent par contre mal l'arrosage estival.

Tagete passion

Tagetes Lemonii
Tangerine marigold



Œillet arbustif buissonnant, qui peut faire 2m de haut et 1m50 de large, possède une lumineuse et importante floraison automnale jaune d'or, mais surtout un incroyable feuillage dentelé et odorant, exhalant un **parfum de fruit de la passion/mangue** bien mûre quand on le touche.

Particulièrement riches en parfum, quelques morceaux de feuille suffiront à parfumer les salades de fruits, desserts, crèmes et infusions bien sûr, mais aussi les viandes, poissons, fruits de mer...

Cycle de vie : Vivace arbustive gélive

Plantation : Originaires du sud des Etats-Unis, ils seront plantés au soleil, et supporteront les expositions les plus chaudes. Peu regardant sur le type de sol mais peu rustique, il faudra leur trouver un emplacement protégé des vents froids, idéalement contre un mur Sud ou Sud Ouest, et les rentrer sinon.

150 cm diam

150 cm haut

Verveine citronnée

Aloysia citriodora



Feuillage très odorant au moindre contact, vous ferez de ses feuilles de délicieuses infusions et autres préparations **citronnées sucrées et salées** (essayez avec du poisson en papillote par exemple).

Cycle de vie : Vivace arbustive

Plantation : faibles exigences en terme de sol bonne tolérance au sec temporaire. Peu résistante au froid, il faudra au minimum pailler le pied, et la rentrer en dessous de -7°C.

150 cm diam

150 cm haut

**Verveine Menthe
d'Argentine**

Aloysia polystachya



La fameuse association **verveine + menthe** en une seule plante !

Cette délicieuse et rare verveine d'Argentine offre un **incroyable parfum mentholé et citronné** parfaitement équilibré, qui fait merveille en infusion.

Cycle de vie : Vivace arbustive

Plantation : Assez tolérante au type de sol, elle préférera es sols légers, drainés et alcalins.

Assez peu rustique, surtout si le terrain est humide, il faudra au minimum bien la pailler, et éventuellement la rentrer l'hiver.

150 cm diam

150 cm haut



Un Pied Devant l'Autre
Coline MARS
&
Margaux KUTELMACH

06 32 27 69 59 / 06 19 93 61 64

jardin-binic@fezi.fr

Sur Facebook : Tisanesunpieddevantlautre

21 rue de Beaumont
22520 BINIC

