



Ontario

Ministère de l'Agriculture
et de l'Alimentation

LA CULTURE DES HERBES CULINAIRES EN ONTARIO

J. Schooley et J. Llewellyn

(En remplacement de la fiche technique n° 94-034 du MAAO, intitulée *La culture des fines herbes*)

La culture des herbes culinaires permet de jouir à la fois de la beauté et du parfum des fleurs tout en exploitant les aspects culinaires de ces plantes. Les herbes culinaires viennent sous la forme d'arbustes, de buissons, de plantes grimpantes, d'annuelles ou de vivaces. On peut les cultiver dans un petit jardin, une parcelle aux contours nettement découpés, dans des contenants ou dans certains cas, comme grandes cultures. Les herbes font aussi des bordures très fonctionnelles.

CHOIX DE L'EMPLACEMENT ET CULTURE

Vu la grande diversité des herbes, il faut situer le jardin d'herbes selon les plantes que l'on souhaite y cultiver. Le jardin strictement utilitaire sera à proximité de la cuisine. Si on le cultive à des fins ornementales ou pour jouir de ses parfums, les textures, les teintes ainsi que les couleurs du feuillage et des fleurs justifient de disposer le jardin bien en vue. On peut aussi faire pousser les herbes en plantations isolées, dans des jardinières ou des corbeilles suspendues, ou en faire des plantes d'intérieur.

Quelle que soit la raison de cultiver des herbes, il faut tenir compte des besoins des plantes pour déterminer l'emplacement du jardin. Généralement, les herbes préfèrent le plein soleil, un lieu abrité, un loam sableux bien drainé, loin de plantes concurrentes (se référer au tableau 1, *Propagation, culture, récolte et usages des herbes les plus répandues*).

Il n'est pas nécessaire d'y consacrer une grande parcelle de terrain car quelques plants de chaque type suffisent à répondre aux besoins de la plupart des foyers. Les herbes ne réclament pas un sol très fertile. La plupart d'entre elles produisent même plus facilement et en plus grande quantité les huiles essentielles qui leur confèrent leur saveur et leur parfum lorsqu'elles poussent dans des sols moins fertiles. Si l'on veut fertiliser, on épandra un compost de matière organique au moment des semis, ainsi que du superphosphate à une dose de 1 kg/20 m² que l'on mélangera bien aux 15 premiers centimètres de sol (6 po).

Dans un sol et un emplacement qui conviennent bien aux herbes, l'entretien est d'une facilité remarquable. Il semble que bien des jardins d'herbes souffrent souvent du trop grand

soin dont ils font l'objet. Après les semis, les herbes n'ont pas besoin d'engrais, elles exigent peu d'eau (ne les arroser que lorsque les plants commencent à se flétrir au soleil, mais alors abondamment), ne nécessitent aucune pulvérisation (elles sont rarement, sinon jamais, gravement atteintes par les ravageurs ou les maladies) et ne réclament qu'un désherbage occasionnel. Certaines herbes sont envahissantes, elles se propagent facilement et sont très compétitives. Parmi les herbes mentionnées ici, font partie de cette catégorie les membres de la famille de la menthe, de l'aneth et du fenouil. De façon générale, les herbes qui se ressèment d'elles-mêmes ou qui se propagent par stolons ou par rhizomes risquent de devenir envahissantes. Un bon moyen de contenir leur étalement est de les cultiver en pots. Dans un jardin mixte, il faut prévoir une barrière physique pour les isoler des autres et éviter que leurs racines ou rhizomes n'envahissent tout le jardin.

Les herbes peuvent être des annuelles, des bisannuelles ou des vivaces selon l'espèce choisie et les conditions climatiques auxquelles elles sont soumises. Il faut protéger d'un paillis de paille les racines des herbes qui devront hiverner. Certaines vivaces fragiles, qui ne survivent pas à l'hiver à l'extérieur (comme le romarin) peuvent être empotées à l'automne et placées à l'intérieur pour l'hiver, près d'une fenêtre ensoleillée. Il en est de même pour les herbes qui ont meilleur goût fraîches (comme le persil et la ciboulette). Les vivaces peuvent être prises directement du jardin et mises en pot. Les annuelles peuvent être semées dans des pots au jardin à la fin de l'été puis transportées à l'intérieur avant le gel.

Les herbes cultivées à l'intérieur ont besoin du plein soleil, d'un degré d'humidité élevé (sauf le romarin qui aime un milieu sec), de températures douces le jour (20–25 °C) et fraîches la nuit (15 °C). Les herbes qui poussent bien à l'intérieur comprennent le cerfeuil, l'aneth, le fenouil, la menthe, le thym, le basilic, la ciboulette et le persil.

PROPAGATION

La présente fiche technique donne un aperçu général des trois principales méthodes de propagation des herbes. Pour

connaître celle qui convient le mieux à chacune, voir le tableau 1.

Par graines : Ensemencer directement le jardin après le réchauffement du sol au printemps. Préparer un lit de semence fin et profond. Semer à une profondeur d'au moins deux fois le diamètre de la graine. Semer en rangs, éclaircir les plantules pour qu'elles aient l'espace nécessaire à leur croissance.

Il faut semer les annuelles chaque année. Certaines annuelles sont démarrées avec succès dans des plateaux multicellules placés près d'une fenêtre ou sous une lampe horticole, puis repiquées à l'extérieur. On peut démarrer les vivaces en couche froide au début de l'été, puis éclaircir le peuplement et le laisser ainsi jusqu'au printemps suivant, moment où les plants sont mis en place dans le jardin principal. Il faut bien connaître les propriétés des herbes que l'on cultive. Bon nombre d'entre elles réagiront mal au repiquage, surtout celles dont les plants sont à racines nues.

Par bouturage : Faire prendre racine à une bouture (tige ou pointe) de 8–10 cm (3–4 po) dans du sable horticole stérilisé ou de la vermiculite. Débarrasser d'abord la moitié inférieure de la bouture des feuilles et des bourgeons, puis la planter dans le milieu d'enracinement et recouvrir d'une pellicule plastique pour conserver un taux d'humidité élevé.

Par division : Au printemps, avec les mains ou à l'aide d'un sarcloir, diviser les mottes au collet (à la jonction des racines et des tiges) en fragments séparés (en bulbes dans les cas de la ciboulette ou de l'ail), puis les mettre en terre.

RÉCOLTE, SÉCHAGE ET ENTREPOSAGE

On peut consommer les herbes fraîches ou les conserver en les séchant ou en les surgelant. Les parties des plantes les plus souvent utilisées sont les feuilles et les graines, qui contiennent les huiles aromatiques. Un séchage adéquat permet de concentrer et de conserver ces huiles, mais la récolte doit avoir lieu en temps opportun pour obtenir un rendement maximal et une qualité optimale. Une partie des huiles volatiles s'évapore au séchage. Récolter les feuilles juste avant OU dès l'éclosion des boutons de fleurs. Récolter les graines dès qu'elles sont mûres. Toujours laisser au moins deux séries de feuilles à la base de chaque tige afin que la plante puisse croître. Il peut y avoir de deux à trois récoltes de feuilles dans la même saison.

Il est préférable de récolter les herbes le matin, après que la rosée s'est évaporée et avant que la chaleur du soleil ne dissipe les arômes.

S'assurer que les feuilles sont propres et ne contiennent aucune poussière ni saleté. Dans les cas des herbes à grandes feuilles (basilic, sauge), pincer les feuilles de la tige à la base de chaque feuille, une à la fois. Le séchage est ainsi plus complet et plus rapide, ce qui est essentiel pour conserver un maximum de saveur. Les tiges ne renferment pas un degré de saveur appréciable.

Un séchage adéquat prolonge la durée de conservation. S'il est mal séché, le matériel végétal perd de sa couleur et de sa saveur et peut même développer des moisissures. Toute pièce chaude, sèche, bien ventilée et de préférence sombre fera l'affaire.

Il faut sécher les feuilles en suspendant les tiges tête en bas, rattachées ensemble en bottes. Quand elles commencent à se flétrir, les insérer dans un sac en papier brun pour recueillir les feuilles qui pourraient tomber.

On peut aussi étendre une couche de feuilles à la fois sur un tamis ou un grillage. Quand elles sont bien sèches, on peut moulinner finement les herbes au travers d'un treillis métallique et les conserver dans des contenants hermétiques en verre ou en métal qu'on entrepose ensuite loin de la lumière directe dans un endroit sombre et frais.

On sèche les graines de la même façon, sur des grillages, une couche à la fois. Quand elles sont sèches, séparer les graines des coques et des enveloppes et les conserver dans des contenants hermétiques.

Les herbes utilisées pour leurs bulbes (ail, ciboulette) sont séchées après les avoir d'abord lavées à l'eau puis les avoir suspendues par la tige pendant quelques jours dans un endroit aéré, loin des rayons du soleil.

De nos jours, la surgélation dans des sacs de plastique constitue une façon pratique de conserver les herbes. Le cerfeuil, le persil et le basilic s'y prêtent bien. Laver, assécher et surgeler les tiges entières avec les feuilles. Il n'est pas nécessaire de blanchir toutes les herbes au préalable. On peut blanchir l'aneth, la ciboulette, l'estragon et le basilic en plongeant les tiges dans l'eau bouillante non salée pendant 50 secondes.

CONVERSION MÉTRIQUE

1 kg (kilogramme) = 2,2 lb

1 m² (mètre carré) = 1,2 verge carrée

1 m (mètre) = 3,3 pi

1 cm (centimètre) = 0,4 po

TABLEAU 1. Propagation, culture, récolte et usages des herbes les plus répandues

NOM	PROPAGATION	CULTURE	USAGES	DESCRIPTION	RÉCOLTE
AIL <i>Allium sativum</i>	Propagation à partir des plus grosses gousses extérieures. Planter à la fin de l'automne ou au début du printemps à raison de 2400 plants/100 m ² .	Pousse dans tout sol fertile et bien drainé ayant un pH qui se situe idéalement entre 6,5–7,5. Planter à une profondeur de 2,5 cm le bout pointu vers le haut. Laisser 10–15 cm entre les plants dans des rangs écartés de 40 cm.	Haché, l'ail se marie aux viandes, aux sauces aux légumes. On obtient le sel d'ail en pulvérisant des gousses d'ail séchées. Plus on le cuit, plus sa saveur s'atténue.	Compte 4–6 feuilles étroites semblables à celles de l'oignon qui atteignent une hauteur de 60 cm (2 pi). Les tiges fleuries peuvent atteindre une hauteur de 90 cm. Les racines sont profondes et ramifiées. Fleurs d'un bleu violacé.	Récolter en fin d'été quand le feuillage commence à se flétrir. Récolter par temps sec. Laisser sécher avec la partie aérienne encore en place soit au sol soit dans un abri sombre ou avec de l'air forcé à 21–32 °C. Escompter des rendements de 90–140 kg de produits frais ou de 30–50 kg de produits séchés/100 m ² .
ANETH <i>Anethum graveolens</i>	Par graines; répéter les semis pour un approvisionnement ininterrompu tout l'été. Semis en plein champ à un taux de 9–11 kg/ha. Facile à repiquer.	Semer tôt; nécessite un sol fertile et beaucoup d'espace. Semer peu profond en laissant 10 cm entre les plants, dans des rangs écartés de 25–50 cm. NE PAS CULTIVER PRÈS DU FENOUIL.	Feuilles : dans les salades. Feuilles fraîches, graines et tiges dans les cornichons à l'aneth. Séchée, assaisonne la viande, le poisson, les légumes. Graines : on en tire de l'huile essentielle.	Annuelle d'une hauteur de 0,6–1 m (2–3 pi); feuillage duveteux; plante grimpante. * Plante envahissante.	Les feuilles sont à leur meilleur au moment où les fleurs ouvrent. Récolter les graines dès qu'elles sont mûres. Escompter 10–12 kg de graines/100 m ² . Couper toute la plante et la suspendre pour sécher. Escompter 30–50 kg d'herbes fraîches/100 m ² .
ANIS <i>Pimpinella anisum</i>	Par graines; la semence perd sa viabilité après 2 ans. Semer au printemps quand la température du sol atteint 21 °C.	Préfère le soleil; un sol bien drainé doté d'un pH entre 6,3–7,3. Semer à une profondeur de 1 cm, selon un espacement de 15–20 cm. Éclaircir de manière à laisser 30–40 cm entre les plants sur des rangs écartés de 45–75 cm. Exige une période exempte de gel d'environ 130 jours.	Feuilles : fraîches dans les salades, avec des légumes, dans des plats cuisinés. Graines : pour parfumer les bonbons, les gâteaux, les pains. Les graines et l'huile servent de base aux boissons aromatisées à l'anis.	Annuelle, ramifiée, tige dressée, droite, d'une hauteur d'environ 60 cm. Forme une rosette à la base. Racine pivotante longue et mince. Fleurs jaunes en ombelles. Fruit plat brun grisâtre.	Feuilles: fraîches. Graines: à maturité. Escompter 5–10 kg/100 m ² . Sécher jusqu'à une teneur en eau de 10–12 %. Racines : en automne.
BASILIC <i>Ocimum basilicum</i>	Par graines. Semer après réchauffement du sol. Semer à une profondeur de 5 mm. La semence reste viable pendant 5 ans dans un endroit sec.	Semer tard. La plante a besoin d'eau et de chaleur, de soleil, d'un endroit abrité et d'un sol bien drainé. Laisser 25 cm entre les plants. Pincer chaque extrémité du plant pour éviter la floraison et stimuler la croissance foliaire. Ne pas travailler le sol trop profondément.	Plante de bordure pour le jardin, ou en pot sur la terrasse. Les feuilles hachées fraîches ou séchées ont une odeur et un goût de clou de girofle. Assaisonne les légumes et la viande. On dit que le basilic en pot sur une terrasse éloigne les moustiques.	Annuelle aux feuilles vert foncé et aux fleurs blanches. Les feuilles ressemblent à celles du poivron doux. Selon la variété, peut atteindre une hauteur de 20 à 60 cm.	Couper les tiges en début de floraison. Sécher pendant 2 semaines. Peut être surgelé mais les feuilles séchées ont meilleur goût. Tailler fréquemment pour empêcher le plant de fleurir et favoriser sa croissance. Les feuilles sont facilement meurtries. Escompter environ 140 kg de matériel frais ou 14 kg de matériel séché/100 m ² .

TABLEAU 1. Propagation, culture, récolte et usages des herbes les plus répandues

NOM	PROPAGATION	CULTURE	USAGES	DESCRIPTION	RÉCOLTE
BOURRACHE <i>Borago officinalis</i>	Par graines; semer tôt au printemps une fois que les risques de gel sont écartés. Il est préférable de compacter le lit de semence après les semis. Semer à un taux de 12 kg/ha. La semence reste viable pendant 2 à 3 ans.	Plante spontanée; a besoin d'un endroit sec et ensoleillé. Semer à 1,5 – 2 cm de profondeur, selon un espacement sur le rang de 16–19 graines/m dans des rangés écartés de 15–17 cm.	Les jeunes feuilles donnent une saveur de concombre aux boissons; à utiliser dans les salades et le fromage à la crème. Les fleurs fraîches sont utilisées comme garniture, servent à faire du sirop ou peuvent être confites. L'huile extraite des graines sert à l'industrie cosmétique.	Plante annuelle touffue, feuilles duvetueuses. Atteint une hauteur d'environ 50 cm. Fleurs bleu clair sur boutons terminaux, produisant 4 nucules de couleur foncée, d'une longueur d'environ 1 cm, qui s'égrènent facilement.	Cueillir les boutons dès leur ouverture. Escompter environ 2,8 kg de fleurs séchées/100 m ² . Récolter les feuilles fraîches, sécher dans un endroit bien aéré. Escompter environ 19 kg de feuilles fraîches/100 m ² . Récolter les graines à maturité pour s'assurer d'une teneur élevée en acide gamma-linolénique (GLA); entreposer les graines à une teneur en eau de 9,5 %.
CARVI <i>Carum carvi</i>	Par graines; semer au printemps. Semer à un taux de 100 g/100 m ² . Semer quand la température du sol atteint 10 °C, sur un lit de semence ferme et humide.	Plein soleil, lumière, sol humide, avec un pH entre 6–7,5. Les graines paraissent la 2 ^e année. Laisser 25–30 cm entre les plants.	Feuilles : dans les soupes et les salades. Racines : à consommer cuites comme légume. Graines : se marient avec les gâteaux, les pains, le chou, le fromage, les liqueurs.	Bisannuelle; feuillage duveteux; fleurs jaunâtres; semblable à la carotte. Rosette dense la 1 ^{re} année; le fruit et les fleurs paraissent la 2 ^e année. Le carvi atteint 20 cm la 1 ^{re} année et jusqu'à 90 cm la 2 ^e année.	Récolter les graines la 2 ^e année. Récolter dès que 75 % des graines sont brunes. Escompter environ 15–30 kg de graines/100 m ² . Sécher à une teneur en eau de 10 % à une température de moins de 40 °C. Entreposer les graines dans un endroit bien ventilé.
CERFEUIL <i>Anthriscus cerefolium</i>	Par graines; semer à l'automne et au printemps pour une succession de feuillage. Semis peu profond à un taux de 150 g/100 m ² . La semence reste viable pendant environ 3 ans.	Ombre partielle; terre riche en matière organique, avec un pH de 7–8. Laisser 30 cm entre les plants.	Feuilles : fraîches ou séchées pour accompagner le poisson, les pommes de terre, les œufs, ou pour ajouter à des légumes-feuilles dans des salades.	Bisannuelle; grène en juin; feuilles semblables à celles du persil ou de la fougère. Atteint une hauteur d'environ 40 cm.	Les feuilles sont meilleures fraîches. Récolter avant la floraison. Ne pas sécher à plus de 35 °C. La surgélation est le meilleur moyen de conservation. Escompter environ 96 kg d'herbes fraîches ou 7,5 kg d'herbes sèches/100 m ² .
CIBOULETTE <i>Allium schoenoprasum</i>	Division des bulbes en tout temps. Semer au printemps à un taux de 18 g/100 m ² . Planter comme l'oignon; diviser les mottes et empoter pour rentrer à l'intérieur avant l'hiver.	Sol humide et fertile; emplacement en plein soleil ou à la mi-ombre. Éclaircir à 10 cm entre les plants et écarter les rangs de 30 cm. Prévoir 1600 plants/100 m ² . Pousse en bouquets.	Feuilles : fraîches ou séchées dans les salades et comme assaisonnement; donne une saveur d'oignon. Fleurs : peuvent être servies dans les salades.	Bulbe vivace; peut servir la première saison; ressemble à des oignons à feuilles fines naissant en touffes serrées. Fleurs de couleur rosée à mauve pâle.	Les feuilles d'une longueur de 15–25 cm sont meilleures fraîches; couper à environ 6 cm du sol. Escompter 2–4 récoltes/an et 96–190 kg de matériel frais/100 m ² chaque récolte.
CORIANDRE <i>Coriandrum sativum</i>	Par graines; démarrer tôt à l'intérieur ou en couche froide. Semis en plein champ à un taux de 15–20 kg/ha ou de 120 g de semence/100 m ² .	Requiert beaucoup d'espace, le plein soleil et un sol léger. Semer à une profondeur de 2,5–4 cm. Laisser de 7–10 cm entre les plants dans des rangs écartés de 25–30 cm. NE PAS REPIQUER.	Graines : comme épice dans la pâtisserie, les sauces; goût et odeur semblables à des feuilles d'orange dans la farce, les plats au cari. Feuilles très utilisées pour parfumer les aliments.	Annuelle de grande taille à port rampant, haute de 60 cm (2 pi), à fleurs rosâtres et à odeur désagréable.	Récolter les graines dès qu'elles sont mûres. La saveur se développe au séchage; entreposer à une teneur en eau de moins de 12 %. Escompter 15–22 kg de graines/100 m ² . Récolter les feuilles de persil chinois avant la formation des fleurs. Escompter 90–120 kg de persil chinois/100 m ² . On peut prendre des boutures 2 ou 3 fois pendant la saison.

TABLEAU 1. Propagation, culture, récolte et usages des herbes les plus répandues

NOM	PROPAGATION	CULTURE	USAGES	DESCRIPTION	RÉCOLTE
ESTRAGON <i>Artemisia dranunculus</i>	Division au collet au printemps de la 3 ^e année. Recommencer tous les 3 ans car sur les vieux plants, la saveur se détériore.	Pousse mieux dans un sol fertile, chaud et bien drainé. Laisser 30 cm entre les plants et 50–60 cm entre les rangs. A besoin d'une période froide chaque année pour une croissance continue. Pailler pour protéger contre l'hiver.	Les feuilles fraîches ou séchées parfument les sauces et les fruits de mer. Ingrédient de la sauce tartare, les jeunes feuilles se marient bien au vinaigre.	Vivace rustique. Ne donne pas de graine. Atteint une hauteur de 60 cm. Très ramifié. Feuilles étroites et spiralées.	Les jeunes feuilles et les jeunes tiges sont meilleures fraîches. Le séchage fait perdre une partie de la saveur. Sécher à 60 °C. Cueillir les feuilles au milieu de l'été pour les surgeler. Cueillir les brins tôt en saison pour le vinaigre. Escompter 290 kg d'herbes fraîches ou 1,40–1,70 kg d'huile essentielle/100 m ² .
FENOUIL <i>Foeniculum vulgare</i>	Par graines. Semer en plein champ dès que le sol commence à se réchauffer en mars ou en avril. Semer à un taux de 60 g/100 m ² .	Endroits sablonneux et chauds; exige un sol fertile et beaucoup d'espace. Semer peu profond en laissant 30 cm entre les plants, dans des rangs écartés de 30–40 cm.	Toutes les parties des feuilles, des tiges et des graines sont aromatiques. Sert à assaisonner le poisson et les sauces. Plantes ornementales en arrière-plan dans le jardin.	Plante annuelle de grande taille à port rampant, ramifiée, au feuillage fin et léger comme un fil long de 1 m (3 pi). * Plante envahissante.	Récolter les tiges florales juste avant la floraison. Peut être consommé comme le céleri. Feuilles meilleures fraîches. Escompter un rendement d'environ 140 kg/100 m ² . Récolter les graines à maturité. Elles ne mûrissent pas toutes en même temps. Escompter environ 10-15 kg de graines/100 m ² .
LAVANDE VRAIE <i>Lavendula angustifolia</i> (<i>L. officinalis</i> , <i>L. spica</i>)	Faible pouvoir germinatif, même après 4 semaines de noirceur. Profondeur maximale de 6 mm (¼ po). La propagation par bouturage et par division effectuée à l'automne à partir de plants sains donne de meilleurs résultats. Démarrer les boutures dans des lits de semence et repiquer les plants en laissant 25 cm entre les plants sur des rangs écartés de 40 cm. Compter 1700 plants/100 m ² .	Soleil et sol peu alcalin pour plus de parfum; doit être protégé ou transféré à l'intérieur si l'hiver est rude. Exige peu ou pas d'engrais. L'épandage en bandes latérales peut être nécessaire les années suivantes. Couper à 10–15 cm du sol à la fin de la 1 ^{re} année pour favoriser la ramification. Les plants peuvent vivre de 10 à 20 ans.	Pour son parfum; ses fleurs et ses graines fraîches ou sèches; l'huile distillée qu'on en tire. Insérés dans de petits sachets dont on parfume les placards. Convient aux bordures et aux haies.	Vivace persistante semi-rustique, haute de 80 cm et s'étalant sur une largeur allant jusqu'à 90 cm. Les variétés résistent différemment à l'hiver. Feuilles aromatiques étroites, d'un gris verdâtre pâle.	Prélever des branches en tout temps l'été, récolter les tiges fleuries en pleine floraison pour du pot-pourri. Sécher les fleurs dans un endroit sombre sous 32 °C pour en conserver la couleur. Pour l'huile essentielle (1–2 % de poids frais), récolter les fleurs à la fin de la période de floraison. Escompter 29 kg de fleurs fraîches ou 3 kg de fleurs séchées/100 m ² .
MARJOLAINE <i>Origanum majorana</i> (<i>Origanum hortensis</i>)	Par graines, bouturage, division au collet. Semer tôt à l'intérieur ou en couche froide et repiquer. Prendre les boutures de bois mou des nouvelles extrémités au printemps. Diviser au printemps après la floraison.	Laisser les plantules à l'ombre jusqu'à leur établissement, puis mettre en plein soleil. Laisser 20–25 cm entre les plants. À rentrer l'hiver comme plante d'intérieur.	Feuillage ornemental gris pour un contraste de couleur. Les feuilles fraîches ou séchées assaisonnent les plats de viande. L'huile sert à la parfumerie. La marjolaine est très prisée en cuisine.	Annuelle ou vivace tendre. Feuilles cotonneuses, très odorantes. Prolifération réduite. Arbuste d'une hauteur de 30 cm.	Cueillir les feuilles en tout temps pour les utiliser fraîches. Peuvent être séchées ou surgelées. Cueillir les fleurs dès leur éclosion. Escompter environ 40–90 kg d'herbes fraîches ou 3–5 kg d'herbes séchées/100 m ² .

TABLEAU 1. Propagation, culture, récolte et usages des herbes les plus répandues

NOM	PROPAGATION	CULTURE	USAGES	DESCRIPTION	RÉCOLTE
MENTHE <i>Mentha spicata</i> (menthe verte) <i>Mentha piperita</i> (menthe poivrée) <i>Mentha x piperita citrata</i> (menthe lime)	Rhizomes de surface ou souterrains. Propagation facile à partir de boutures végétatives. Prélever des rhizomes d'une longueur de 10 cm avec deux ou trois nœuds sur des plants de 2 ans.	Laisser 30 cm entre les rhizomes et 60 cm entre les rangs. Éclaircir les lits et renouveler tous les 2–3 ans. Pousse en milieu mi-ombragé, dans un sol fertile et humide. Exige un arrosage régulier. Plante envahissante : Délimiter son champ de prolifération en la maintenant dans un contenant sans fond d'une profondeur d'au moins 30 cm.	Cultivée pour son parfum; les feuilles broyées aromatisent le thé, les bonbons et la sauce à la menthe. On produit le menthol à partir de l'huile qu'on en tire.	Vivace herbacée; fleurs mauves, odeur rafraîchissante; grandes feuilles; se propage par stolons. Planter dans des bacs pour éviter sa propagation. Selon la variété, la menthe peut atteindre de 15 à 90 cm de hauteur. * Plante envahissante.	Cueillir les feuilles individuellement sur la plante; peuvent servir fraîches ou séchées; sécher entre 37–40 °C. Pour l'huile : cueillir juste au début de la floraison. Escompter 2 bouturages/saison. Rendement total de la saison devrait représenter 90–190 kg de matériel frais ou 10–20 kg de matériel séché/100 m ² . L'huile essentielle donne un rendement de 250–600 g/100 m ² .
ORIGAN <i>Origanum vulgare</i>	Par graines ou par division. Semer les graines à l'intérieur puis repiquer. La germination prend 1–2 semaines. La qualité varie dans les plants issus de graines. La propagation par bouturage assure une qualité uniforme.	Pousse bien dans un sol pauvre, dans des contenants et comme couvre-sol le long des berges. Laisser 15 cm entre les plants et 30 cm entre les rangs. Renouveler tous les 3–5 ans.	Les feuilles fraîches ou séchées accompagnent viandes et légumes; sert dans la pizza. Fleurs parfumées.	Vivace aux feuilles rondes et douces. Tiges dressées d'une hauteur de 60 cm (2 pi).	Couper les tiges à 15–20 cm du sol quand la plante commence à fleurir. Donne 2–4 récoltes par année. Suspendre pour sécher pendant 2 semaines, enlever les feuilles, les émietter et les entreposer. Ne pas récolter en septembre quand la plante emmagasine des glucides pour l'hiver. Escompter 90–190 kg d'herbes fraîches ou 10–20 kg d'herbes séchées/100m ² .
PERSIL <i>Petroselinum crispum</i>	Par graines; semer tôt à l'intérieur (2–6 semaines avant la germination), auto-ensemencement. Faire tremper les graines dans l'eau pour la nuit. Ne se repique pas bien. Semer en plein champ à un taux de 30–200 g/100 m ² .	Sol moyennement fertile; pH de 6–7; emplacement ensoleillé ou mi-ombragé. Le démarrage est meilleur à partir des graines. Laisser 15–20 cm (6–8 po) entre les plants; démarrer de nouveaux plants chaque année.	Plante décorative en bordure; riche en vitamines A et C; Feuilles meilleures fraîches. Sert d'assaisonnement pour les soupes, les viandes, les salades.	Bisannuelle. Feuilles finement frisées. Fleurit la 2 ^e année. Atteint une hauteur de 20 cm (8 po).	Les feuilles et les racines conservent leur saveur, qu'elles soient séchées ou surgelées; meilleures la 1 ^{re} saison. Escompter une récolte de 100–200 kg d'herbes fraîches ou de 10–20 kg d'herbes séchées/100 m ² .
ROMARIN <i>Rosmarinus officinalis</i>	Par bouturage. Utiliser les pointes d'une longueur de 8–10 cm des pousses en croissance de 6–12 mois. Une hormone d'enracinement peut aider. La germination des graines est lente.	Survit à l'hiver dans un endroit frais et ensoleillé à l'intérieur. Garder les feuilles humectées par des brumisations. Ne pousse pas bien en sol acide. A besoin de plein soleil et doit être à l'abri du vent. Laisser 0,5–1 m entre les plants ou cultiver en pots.	Plante ornementale dans des pots. Utiliser les feuilles fraîches ou séchées comme assaisonnement, surtout pour la volaille.	Vivace tendre, persistante, peu rustique. Feuilles étroites. Plante arbustive. Feuilles à l'odeur piquante. Selon la variété, atteint 30 cm à 2 m de hauteur. Limiter la récolte aux plants plus gros ou à la pousse de l'année des boutures enracinées à tige unique.	Couper les feuilles quand la floraison commence. Ne pas sécher en présence de chaleur excessive ou prolongée car les huiles sont volatiles. Ne pas surgeler. Les feuilles fraîches perdent leur arôme en quelques heures, les feuilles séchées en quelques mois. Dans de bonnes conditions, escompter environ 30 kg d'herbes fraîches/100 m ² .

TABLEAU 1. Propagation, culture, récolte et usages des herbes les plus répandues

NOM	PROPAGATION	CULTURE	USAGES	DESCRIPTION	RÉCOLTE
SARRIETTE <i>Satureja hortensis</i>	Par graines. Semer 30–35 graines/m. Ne pas éclaircir. Soulever et diviser les plants tous les 3 ans.	Sol moyennement fertile, au soleil. Faire plusieurs semis à 3 semaines d'intervalles. Laisser 20 cm entre les plants et 30 cm entre les rangs.	Convient comme bordure, d'une hauteur de 20 cm. Les feuilles fraîches ou séchées assaisonnent les soupes, les oeufs, les sauces. L'huile essentielle sert dans les liqueurs.	Annuelle. Plante dressée à tige unique très ramifiée. Fleurs blanches et mauves. Atteint une hauteur de 40-45 cm. Les feuilles sont piquantes et épicées.	Récolter au moment de la floraison. Couper juste au-dessus des branches inférieures. Sécher immédiatement après la récolte à 37–43 °C. Tamiser les herbes séchées pour éliminer le sable. Escompter 9–15 kg d'herbes séchées/100 m ² .
SAUGE <i>Salvia officinalis</i>	Par graines, bouturage ou division du collet. La semence est viable pendant 2–3 ans. Semer en fin d'automne ou au début du printemps à un taux de 140–200 g/100 m ² .	Semer à moins de 13 mm de profondeur. Rabattre les plants à 15 cm au printemps pour stimuler la croissance du feuillage. Un sol bien drainé s'impose. Laisser 25–30 cm entre les plants et 45 cm entre les rangs.	Les feuilles séchées ou fraîches servent dans la farce et la sauce pour la volaille, ou d'assaisonnement pour les viandes.	Vivace arbustive grise. Fleurs bleues. Plante ligneuse. Prolifère rapidement. Les feuilles sont grises et duveteuses.	Couper les feuilles ou les tiges feuillues à l'arrivée des fleurs. Ne par surgeler. Suspendre pour sécher dans un endroit bien ventilé et sombre ou utiliser une source artificielle de chaleur à 37 °C. Escompter environ 240–380 kg d'herbes fraîches ou 48 kg d'herbes séchées/100 m ² .
THYM <i>Thymus vulgaris</i>	Par bouturage ou division. Semer tôt en saison. La semence conserve son pouvoir germinatif pendant 2–3 ans.	Sol bien drainé, non acide. Plein soleil. Laisser 10-15 cm entre les plants et 25-30 cm entre les rangs. Rabattre chaque printemps. Pailler chaque hiver. Rabattre les plants chaque année.	Couvre-sol parfumé pour la rocaïlle. Les feuilles fraîches ou séchées se marient généralement avec les autres herbes pour assaisonner les viandes, légumes, soupes et sauces.	Vivace au port arbustif, à tiges ligneuses et de faible hauteur (15–20 cm). Feuilles très aromatiques. Peut être empoté et cultivé à l'intérieur en hiver.	Récolter juste avant ou au moment de la floraison. Suspendre pour sécher ou sécher à 60 °C. Ne pas récolter après le 15 septembre, sous peine de nuire à sa rusticité. Environ 48 kg d'herbes fraîches ou 10 kg d'herbes séchées/100 m ² la 1 ^{re} année et 140 kg d'herbes fraîches ou 30 kg d'herbes séchées/100 m ² l'année suivante.
VERVEINE CITRONNELLE <i>Aloysia triphylla</i> (<i>Lippia citriodora</i>)	Couper des boutures de bois mou à la fin du printemps ou de bois dur à la fin de l'été ou au début de l'automne. Garder en pots 2 ans avant de mettre en place au jardin.	Laisser 1 m entre les plants dans le jardin. Rentrer à l'intérieur pour l'hiver. Préfère des conditions chaudes et humides — de la lumière et un sol bien drainé. Tailler pendant l'été. Rabattre à l'automne. Protéger les plants s'il fait moins de 4 °C.	Fraîches, les feuilles parfument et donnent un goût citronné aux boissons. On utilise les feuilles séchées dans le pot-pourri. L'huile distillée sert en parfumerie.	Vivace tendre au port arbustif, à tiges ligneuses, semi-rustique, à feuilles caduques, haute de 1–3 m et large de 2,5 m. Petites fleurs blanches teintées de lilas. Feuilles lancéolées vert pâle, avec arôme de citron.	Cueillir individuellement les feuilles de la plante avant la floraison; sécher sur des grillages. Entreposer dans un contenant à l'épreuve de l'humidité.

Nous remercions le Secrétariat d'État pour sa contribution financière à la réalisation de la présente fiche technique.

Cette fiche a été rédigée par **Jan Schooley**, spécialiste du ginseng et des herbes médicinales, MAAO, Simcoe, et **Jennifer Llewellyn**, spécialiste des cultures de pépinières, MAAO, Guelph. Les auteurs remercient **Kristen Callow**, spécialiste des cultures légumières, MAAO, Guelph, pour en avoir fait la révision. Une partie de cette fiche est extraite de l'information compilée à l'origine par **R. Hamersma**, Institut de recherches horticoles de l'Ontario, Vineland Station.

Centre d'information du MAAO
1 877 424-1300
ag.info@omaf.gov.on.ca

www.gov.on.ca/omaf

POD
ISSN 1198-7138
Also available in English
(Order No. 02-049)

