

Liste des plantes aromatiques

Plante	Nom français	Hauteur en cm	Couleurs des fleurs	Temps de floraison	Parfum	Couleurs des feuilles	Caractéristiques des feuilles	Emplacement			Sol			Utilisation	Propriétés médicinales	
								indigène	ensoleillé	mi-ombre	ombre	sec	frais			humide
Allium schoenoprasum	Ciboulette	20	rouge lilas	mai-juillet		vert		X	X	X			X		Pour salades, soupes, pommes de terre nature, etc.	
Armoracia rusticana	Raifort	100	blanc	mai-juin		vert foncé		X	X	X			X	X	Mélangé avec crème, moutarde, mayonnaise accompagnement pour viande, saucisses, poissons	Stimule la tension artérielle, favorise la digestion
Artemisia absinthium	Absinthe	70			X	gris argenté		X	X			X			Viande de mouton, potées, thés	Lors de problèmes de digestion, troubles rénaux et insuffisances rénales
Artemisia dracunculus	Estragon	80	jaune	août		vert gris			X			X			Salades, volaille, poissons, sauce hollandaise	Stimule l'appétit, diurétique
Hyssopus officinalis	Hysope	40	bleu	août-sept.	X	vert foncé			X			X			Salades, haricots, soupes, ragoût de veau	Stimule l'appétit
Levisticum officinale	Livèche	150	jaune	juillet-août	X	vert foncé			X	X		X			Substitut de sel de cuisine, soupes, sauces, légumes, salades	
Melissa officinalis	Mélisse	60	blanc	juin-août	X	vert			X	X		X			Divers mets, remplace citron, thés	Affections nerveuses, calmant
Mentha x piperita	Menthe	60	lilas	juillet-sept.	X	vert			X			X	X		Thés, soupes, marinades, viande de mouton	Refroidissements
Mentha x piperita 'Micham'	Menthe	40	bleu clair	juillet-août	X	vert			X			X	X		Thés, soupes, marinades, viande de mouton	Refroidissements
Monarda 'Squaw'	Monarde	100	rouge	juillet-sept.	X	vert			X			X			Jus de fruits, salades, thés d'été	Calme la nervosité, combat l'insomnie
Origanum vulgare	Marjolaine	30	blanc rose	juillet-sept.		vert		X	X			X	X		Mets méditerranéens, pizzas, fromages, viande, soupes	Favorise la digestion
Origanum vulgare 'Compactum'	Marjolaine	10	rose blanc	juillet-sept.	X	vert			X			X	X		Mets méditerranéens, pizzas, fromages, viande, soupes	Favorise la digestion
Rosmarinus officinalis	Romarin	100	bleu clair	avril-juin		vert foncé	persistant		X			X			Rôtis, volaille, mets aux tomates, mets méditerranéens, additif de bain	Stimule la tension artérielle
Ruta graveolens	Rue	70	jaune	mai-juillet	X	bleu vert			X			X			Concombre, chasse, viande, poissons, mets aux oeufs, utilisation modérée	Maladies rhumatismales
Salvia officinalis	Sauge officinale	60	bleu	juin-août	X	vert gris	persistant		X			X			Viande, poissons, fromages, mets méditerranéens	Antiseptique, maux de gorge
Salvia officinalis 'Berggarten'	Sauge	60	bleu	juin-août	X	vert gris	persistant		X			X			Viande, poissons, fromages, mets méditerranéens	Antiseptique, maux de gorge
Salvia officinalis 'Purpurascens'	Sauge	60	bleu	juin-août	X	violet rouge	persistant		X			X			Viande, poissons, fromages, mets méditerranéens	Antiseptique, maux de gorge

Plante	Nom français	Hauteur en cm	Couleurs des fleurs	Temps de floraison	Parfum	Couleurs des feuilles	Caractéristiques des feuilles	Emplacement				Sol			Utilisation	Propriétés médicinales
								indigène	ensoleillé	mi-ombre	ombre	sec	frais	humide		
<i>Salvia officinalis</i> 'Tricolor'	Sauge	60	bleu	juin-août	X	panaché	persistant		X			X			Viande, poissons, fromages, mets méditerranéens	Antiseptique, maux de gorge
<i>Satureja montana</i>	Sarriette	30	rose	août-oct.	X	vert		X	X			X			Haricots, soupes, mets avec pommes de terre, potées	Facilite la digestion
<i>Thymus x citriodorus</i>	Thym au citron	15	lilas clair	juin-juillet	X	vert	persistant		X			X			Poissons, thés, additif de bain	Refroidissements
<i>Thymus vulgaris</i>	Thym commun	25	lilas clair	juin-juillet	X	vert	persistant	X	X			X			Viande, potées, pommes de terre, chasse, mets méditerranéens	Refroidissements
<i>Thymus vulgaris</i> 'Compactus'	Thym	25	rose	juillet	X	vert	persistant		X			X			Viande, potées, pommes de terre, chasse, plats méditerranéens	Refroidissements