

BIOGRAPEX / GUIDES DU POTAGER

Aromatiques à portée de main

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

UN GUIDE POUR CULTIVER À SON RYTHME

BIOGRAPEX.FR

LE GUIDE PRATIQUE

Aromatiques à portée de main

Cultiver, récolter et renouveler les herbes culinaires en pots.

Dans ce guide

- 01 Un pot d'herbes qui correspond à la cuisine
 - 02 Les aromatiques de soleil et de sol drainé
 - 03 Persil et ciboulette pour des prélèvements fréquents
 - 04 Basilic : chaleur, eau et récolte régulière
 - 05 Récolter sans affaiblir la plante
 - 06 Renouveler un pot fatigué
 - 07 Organiser les pots autour des repas
 - 08 Deux situations qui demandent des choix différents
 - 09 Fiche 1. Mes herbes de cuisine
 - 10 Fiche 2. Mes trois herbes utiles
- Sources et méthode

Cultiver, récolter et renouveler les herbes culinaires en pots sans mélanger des plantes aux besoins opposés.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Un pot d'herbes qui correspond à la cuisine

Les aromatiques prennent peu de place, mais toutes ne demandent pas le même substrat ni le même arrosage. Le thym, le romarin et l'origan apprécient souvent un emplacement lumineux et un drainage rapide. Le persil, la ciboulette et le basilic préfèrent un suivi plus régulier de l'humidité. Des pots séparés facilitent l'entretien et évitent qu'une plante assoiffée impose un substrat trop humide à une autre.

Choisissez un récipient avec des trous de drainage, un mélange conçu pour les pots et un emplacement accessible. Une aromatique près de la porte de cuisine sera récoltée plus souvent qu'un pot caché derrière plusieurs bacs. Sur un balcon, vérifiez la stabilité et les règles de poids ; sur un rebord de fenêtre, assurez-vous que le pot ne gêne pas l'ouverture. Une soucoupe protège la surface, mais ne doit pas rester remplie d'eau.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Les aromatiques de soleil et de sol drainé

Le thym, le romarin et l'origan viennent de milieux où le soleil et le drainage sont importants. Un substrat qui reste gorgé d'eau peut abîmer leurs racines. Arrosez après avoir vérifié l'humidité au niveau des racines et laissez le dessus sécher davantage entre les arrosages que pour le basilic. La fréquence dépend du matériau du pot, du vent, de la saison et du volume disponible ; il n'existe pas de calendrier universel.

Récoltez les extrémités en petites quantités, en conservant assez de feuillage pour que la plante continue de pousser. Évitez de couper jusqu'au vieux bois du romarin si la plante ne repousse pas sur les parties dénudées. Une taille douce après une période de croissance aide à garder une forme compacte. Les fleurs du thym ne sont pas un échec et peuvent aussi attirer des insectes.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Persil et ciboulette pour des prélèvements fréquents

Le persil apprécie un substrat qui ne sèche pas complètement. Récoltez les tiges extérieures à la base en laissant le cœur. Le semis peut être lent et irrégulier : gardez l'humidité stable, étiquetez la variété et ne jetez pas le pot trop tôt. Si la plante monte en fleurs ou se fatigue, prévoyez un semis de remplacement plutôt que de compter sur le même plant indéfiniment.

La ciboulette est une vivace facile à diviser lorsque sa touffe devient dense. Coupez les feuilles au-dessus de la base et utilisez-les fraîches. En période froide, la croissance ralentit ; ne compensez pas ce repos par un excès d'engrais ou d'eau. Un pot robuste avec un drainage libre peut rester dehors dans de nombreux jardins, mais la résistance dépend de la variété et du climat.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Basilic : chaleur, eau et récolte régulière

Le basilic préfère la chaleur et n'aime pas les nuits froides. Placez-le dans un endroit lumineux, protégé des vents froids, et ne le sortez pas prématurément. Gardez le substrat frais sans maintenir de l'eau dans la soucoupe. Une plante qui flétrit peut manquer d'eau, mais vérifiez la motte avant d'arroser : des racines saturées peuvent donner un aspect similaire à une sécheresse.

Pincez les extrémités au-dessus d'une paire de feuilles pour encourager une ramification, et retirez les hampes florales si vous souhaitez prolonger la production de feuilles. Les fleurs restent utiles aux pollinisateurs ; un plant peut être laissé en fleur si plusieurs pots sont cultivés. Laissez une part de feuillage sur chaque tige. Récoltez par petites quantités et utilisez des méthodes alimentaires éprouvées pour toute conservation.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Récolter sans affaiblir la plante

Récoltez le matin après la disparition de la rosée, avec des ciseaux propres. Ne retirez pas plus d'un tiers du feuillage d'un plant en une fois comme repère prudent ; les plantes jeunes ou stressées ont besoin de davantage de feuilles. Rincez les herbes si nécessaire et séchez-les doucement. Pour un bouquet frais, retirez les feuilles qui tremperaient dans l'eau et changez l'eau régulièrement.

Identifiez chaque pot : feuilles de plantes différentes peuvent se ressembler, et la sécurité alimentaire commence par une identification certaine. Jetez toute herbe qui présente une moisissure, une odeur anormale ou une contamination. Ne consommez jamais une plante inconnue parce qu'elle ressemble à une herbe familière.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Renouveler un pot fatigué

Après une saison, inspectez les racines et la structure du substrat. Si l'eau traverse instantanément ou si le mélange est compact, rempotez dans un substrat adapté. Retirez les racines mortes, sans tailler fortement une plante affaiblie. Nettoyez le contenant et vérifiez ses trous. Pour les vivaces, un pot légèrement plus grand peut suffire ; pour les annuelles, un nouveau semis peut être plus simple.

Notez quelles herbes ont été réellement utilisées. Trois pots productifs sont plus utiles que dix plantes qui montent en graines sans être récoltées. Gardez une place pour une curiosité culinaire, mais identifiez-la avant usage et vérifiez qu'elle est comestible.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Organiser les pots autour des repas

Commencez par trois herbes que vous utilisez vraiment. Une personne qui cuisine souvent des salades et des omelettes n'a pas nécessairement les mêmes besoins qu'une personne qui prépare surtout des plats mijotés. Le persil et la ciboulette se prêtent à des prélèvements réguliers lorsque la plante est suffisamment établie ; le basilic dépend davantage de la chaleur et de la saison. Faites une place à chaque pot selon la lumière et l'eau qu'il réclame, puis rapprochez les pots de la cuisine si cela ne détériore pas leur exposition.

Pour savoir si l'installation fonctionne, notez les herbes que vous avez réellement cueillies pendant deux semaines. Si une plante n'est jamais utilisée, elle occupe un contenant qui pourrait accueillir une culture plus utile. Si elle est prélevée plus vite qu'elle ne repousse, agrandissez le nombre de plants ou réduisez la fréquence de coupe. L'objectif n'est pas de posséder une collection complète, mais d'avoir quelques herbes fraîches en bon état.

OBSERVER · CHOISIR · CULTIVER

Deux situations qui demandent des choix différents

Un rebord très chaud. Observez la température et la vitesse de séchage des pots avant de multiplier les plantes. Une herbe de climat méditerranéen pourra demander un substrat bien drainant ; le basilic, lui, ne doit pas être traité comme une plante supportant une sécheresse prolongée dans un petit pot. Un cache-pot décoratif ne doit pas retenir l'eau sous les racines. Si le contenant chauffe beaucoup, déplacez-le légèrement ou protégez sa paroi sans priver la plante de la lumière nécessaire.

Un emplacement lumineux mais sans soleil fort. Essayez une ou deux herbes adaptées à la lumière disponible, surveillez l'humidité et récoltez modestement. Une croissance lente ne signifie pas toujours qu'il faut fertiliser : vérifiez d'abord la saison, la taille du pot et la durée de lumière. Si les tiges s'allongent et s'affaiblissent, une place plus claire peut être plus utile qu'un produit ajouté au substrat.

Lavez les herbes avant la cuisine et identifiez chaque plante avec certitude. Une herbe achetée avec une étiquette claire se suit plus facilement qu'une plante inconnue prélevée au hasard. Gardez les dates et les usages sur la fiche : c'est la cuisine qui permettra de choisir les pots de l'année suivante.

EXERCICE À CONSERVER

Fiche 1. Mes herbes de cuisine

Herbes employées chaque semaine

Pots séparés selon leurs besoins

Emplacement et heures de lumière

Mélange et drainage

Date du dernier arrosage et humidité observée

Récolte utilisée en cuisine

Plante à renouveler ou à diviser

EXERCICE À CONSERVER

Fiche 2. Mes trois herbes utiles

Remplissez une ligne par herbe, puis reprenez cette page après quelques repas. Le prélèvement doit laisser assez de feuillage pour que la plante poursuive sa croissance.

Herbe 1, usage culinaire et emplacement

Herbe 2, usage culinaire et emplacement

Herbe 3, usage culinaire et emplacement

Jours où les pots reçoivent du soleil direct

Humidité de la motte avant arrosage

Parties récoltées et dates

Pot le plus utilisé et raison

Pot à déplacer, renouveler ou retirer

RÉFÉRENCES

Sources et méthode

Les repères de substrat, d'arrosage et de choix des herbes en pot s'appuient sur la RHS et l'University of Illinois Extension. Les conseils de récolte sont généraux et ne remplacent pas l'identification botanique ou les règles de sécurité alimentaire.

Royal Horticultural Society, « Growing plants in containers » — [consulter la source](#)

University of Illinois Extension, « Growing Herbs in Containers » — [consulter la source](#)