



# Les Herbes Folles

*Plantes vivaces comestibles, aromatiques*

*& médicinales*

*Catalogue des plantes - AUTOMNE 2022*



1, chemin des rochers 17380 SAINT-LOUP  
pepiniere.lesherbesfolles@gmail.com 06.52.58.13.71  
www.pepinierelesherbesfolles.com  
SIRET 533 239 984 0002

# Les plantes vivaces

*Aromatiques ; Condimentaires ; Médicinales*

» **Agastache anisée**

*Agastache foeniculum*

Facile à cultiver. Plante vivace qui disparaît en hiver, son feuillage est semblable aux orties mais ne pique pas. Toute la plante exhale une forte odeur d'anis et parfume la cuisine. 3 €.

» **Agastache rugueuse**

*Agastache rugosa*

Une des cinquante herbes fondamentales de la médecine chinoise pour soigner les troubles digestifs. Les feuilles à l'odeur mentholée peuvent se consommer crues dans les salades. 3 €.

» **Angélique**

*Angelica archangelica*

Si l'utilisation des tiges confites est bien connue, les jeunes feuilles peuvent aussi être consommées, en salade ou en infusion, exaltant un léger goût de réglisse. Préfère les sols humides. 3 €.

» **Calament nepeta**

*Calamintha nepeta*

Herbe culinaire populaire en Corse à la saveur légèrement mentholée et aux magnifiques petites fleurs rose pâle. Une tisane peut être élaboré à partir des feuilles. 3 €.

» **Camomille romaine**

*Chamaemelum nobile*

Plante médicinale native d'Europe occidentale. Vivace rampante, ses fleurs, simples ou doubles, sont décoratives et médicinales. Idéale pour les infusions du soir. 3 €.

» **Cataire**

*Nepeta cataria*

Plante connue pour ses feuilles et ses fleurs appréciées par les chats, mais moins pour agrémenter vos salades avec les feuilles pour un goût mentholé. Riche en vitamine C. 3 €.

» **Ciboule de Chine**

*Allium ramosum*

Contrairement aux autres Ciboules, ses feuilles sont aplaties. Les feuilles et les fleurs s'utilisent essentiellement crues ; leur goût proche de l'ail agrmente les salades et les plats. 4 €.

» **Coriandre vietnamienne** *Persicaria odorata*

C'est une vivace très utilisée dans la cuisine asiatique, elle a un goût étonnant de coriandre poivrée. Installée dans un sol qui reste frais toute l'année, elle est facile de culture. Elle craint cependant la sécheresse et les fortes gelées. 3 €.

» **Echinacée pourpre** *Echinacea purpurea*



**COUP DE CŒUR.** Répandue dans les plaines du centre-est des Etats-Unis, elle se cultive facilement dans nos jardins. Ses tiges dressées jusqu'à 1 m de hauteur portent de larges feuilles dentées et de grosses fleurs isolées au cœur sombre et entouré de pétales roses, souvent retombantes. La décoction et la teinture de la racine employées comme boissons stimulent les défenses immunitaires. Les pétales décorent les salades. 3 €.

» **Estragon français** *Artemisia dracunculus sativa*

Communément cultivé, l'estragon est un condiment apprécié et un ingrédient essentiel de la sauce béarnaise. Craint les grands froids et les sols humides. Alvéole 1€.

» **Herbe à curry** *Helichrysum italicum*

Plante vivace, pousse naturellement sur les terrains drainant du pourtour méditerranéen. Son fin feuillage gris argenté exhale une forte odeur de curry, qui parfamera vos plats. 3 €.

» **Hysope** *Hyssopus officinalis*

On cultive l'Hysope pour ses vertus condimentaires et médicinales. Les feuilles comme les sommités fleuries dégagent un arôme épicé très agréable, parfois fort. 3 €.

» **Lavande aspic** *Lavandula latifolia*

Plus vigoureuse que sa cousine officinale, elle présente des fleurs bleu violacé et un feuillage grisâtre nettement plus odorant. Rustique sous les climats tempérés. Alvéole 1€.

» **Lavande officinale** *Lavandula angustifolia*

Abondante sur les coteaux calcaires des montagnes du Midi. Toute la plante, mais surtout les inflorescences, dégage au froissement une odeur délicieuse bien connue de tous. 3 €.

» **Marjolaine** *Origanum marjorana*

Souvent confondue avec l'origan, la plante dégage une odeur puissante au froissement. Les feuilles et les fleurs s'emploient fraîches ou séchées pour parfumer les infusions et les plats. 3 €.

» **Mélisse officinale** *Melissa officinalis*

Plante vivace rustique au fort parfum citronné. Les infusions de feuilles sont délicieuses et relaxantes, idéales pour le soir, en mélange avec la Camomille romaine. 3 €.

## Les Menthes - 3€

» **Menthe Chocolat** *Mentha piperita f. citrata "Chocolate"*

Autre variété naturelle de la Menthe poivrée sélectionnée pour son agréable parfum chocolaté. Utilisée en infusion comme en dessert. Comme toutes les menthes les sols secs sont à éviter.

» **Menthe Verte 'Marocaine'** *Mentha spicata 'Nanah'*

Variété naturelle de la Menthe verte au parfum prononcé et aux grandes feuilles gaufrées, c'est LA menthe pour le thé, les infusions et ... le mojito !

» **Menthe Poivrée** *Mentha x piperita 'Mitcham'*

Elle est couramment cultivée pour ses vertus condimentaires et médicinales ou pour la production d'huile essentielle. C'est notamment une plante stimulante de l'appareil digestif, et antivirale. 3 €.

» **Monarde écarlate** *Monarda didyma*

Plante vivace sauvage dans l'est de l'Amérique du Nord. Les nombreuses fleurs rouges s'épanouissent de juin à août. Feuilles et fleurs dégagent au froissement une odeur de bergamote. 3 €.

» **Monarde fistuleuse** *Monarda fistulosa*

Magnifique plante vivace mellifère d'été. Les fleurs roses ont un parfum d'origan épicé et une saveur douce. Ses feuilles peuvent être dégustées avec parcimonie dans les salades ou en thés. 3 €.

» **Origan commun** *Origanum vulgare*



Plante vivace sauvage locale aux feuilles ovales et fleurs roses. Une des rares plantes plus aromatiques sèches que fraîches. Un incontournable pour le jardin d'herbes aromatiques ! 3 €.

» ***Origan de Grèce***

*Origanum vulgare hirtum*

Plante herbacée vivace très similaire à l'espèce sauvage. Ses feuilles vertes duveteuses sont plus grandes et plus aromatiques. Idéal pour la cuisine, excellent sur les pizzas. Ses fleurs sont blanches. Alvéole 1€.

» ***Reine des prés***

*Filipendula ulmaria*

Plante des prairies humides. Les fleurs peuvent être utilisées pour aromatiser des fruits, des confitures ou du vinaigre auxquels elles confèrent une saveur d'amande. Alvéole 1€.

» ***Romarin***

*Rosmarinus officinalis*

Plante herbacée ligneuse buissonnante à fleurs bleues, adorée des abeilles. Herbe culinaire bien connue, elle entre notamment dans la composition des herbes de Provence. 3 €.

» ***Rhubarbe***

*Rheum rhabarbarum*

Plante vivace très productive à tiges épaisses, idéales pour les tartes et les confitures. Les tiges et feuilles (non comestibles) se régénèrent rapidement après la coupe. La rhubarbe aime les sols frais et profond. 3 €.

» ***Sauge officinale***

*Salvia officinalis*

Herbe culinaire et médicinale bien connue. Les feuilles peuvent être utilisées crues comme cuites. Les infusions à la sauge redonnent de l'énergie, calment les nerfs et aident à la mémoire. 3 €.

» ***Sauge sclarée***

*Salvia sclarea*

Les feuilles peuvent être utilisées pour aromatiser des soupes et des ragoûts, et les fleurs pour décorer des salades. La Sauge sclarée est facile à cultiver. Elle aime les endroits ensoleillés. 3 €.

» ***Thym cascade***

*Thymus longicaulis*

Ce thym, aux arômes légers mais aux utilisations similaires au Thym commun, est un couvre-sol idéal. Ces nombreuses fleurs attirent les insectes en grand nombre. Plein soleil. 3 €.

» ***Thym commun***

*Thymus vulgaris*

Essentiel dans tous les jardins d'herbes aromatiques, le thym constitue un ingrédient de base du bouquet garni et des Herbes de Provence. Craint les sols lourds en hiver. 3 €.

» ***Thym faux pouliot***

*Thymus pulegioides*

Thym sauvage rampant à feuilles larges et aux fleurs roses mellifères. Les feuilles aromatiseront agréablement le thé et parfumeront les plats. Plante couvre-sol idéale en plein soleil. Alvéole 1€.

» ***Verveine citronnée***

*Aloysia citrodora*

Bien connues en infusion, ses feuilles peuvent aussi être utilisées en cuisine pour donner une saveur de citron aux plats, vinaigrettes, confitures, desserts et boissons.

Craint le gel(-7°C). 4 €.

## *Légumes & Salades Vivaces*

» ***Artichaut***

*Cynara cardunculus var. scolymus*

Variété 'imperial star'. Vigoureux, prolifique et rustique, aussi bon cru que cuit. Les feuilles d'artichauts infusées améliorent le fonctionnement du foie et de la vésicule biliaire. 3 €.

» ***Chou Daubenton***

*Brassica oleracea var. Ramosa*

Facile à cultiver, ce chou perpétuel peut survivre 3 à 6 années consécutives. Les feuilles sont délicieuses et riches en nutriments. A consommer crues ou cuites. 4 €.

» ***Ciboule commune***

*Allium fistulosum*

Crues, les feuilles parfument les crudités et les salades. Cuites, elles relèvent le goût des plats. Les bulbes peuvent être utilisés comme des oignons. 3 €.

» ***Crambe maritime***

*Crambe maritima*

Plante vivace sauvage du bord de mer, on consomme les jeunes pétioles (les tiges des feuilles), ils ont un goût entre l'artichaut et l'asperge : excellent ! 4 €.

» ***Grand Orpin***

*Hylotelephium telephium*

Plante grasse facile à cultiver. Ses feuilles posées sur les coupures et les brûlures en hâtent la cicatrisation. Croquantes et juteuses, on peut les consommer crues en salade. 3 €.

» *Livèche*

*Levisticum officinale*

Appelé aussi Céleri perpétuel, Ache des montagnes ou encore « Herbe à Maggy ». Les feuilles, fraîches ou sèches, remplacent le céleri pour aromatiser les plats. 3 €.

» *Oseille sanguine*

*Rumex sanguineus*

Plus décorative que la précédente avec son feuillage aux nervures rouges, son goût est similaire quoiqu'un peu plus citronnée. Idéale pour les salades. Plante robuste, culture facile. Alvéole 1€.

» *Petite pimprenelle*

*Sanguisorba minor*

Les petites feuilles au goût de concombre et de noix ajoutent un intérêt visuel et une délicieuse saveur aux salades et aux vinaigrettes. Elles sont meilleures lorsqu'elles sont récoltées jeunes. 3 €.

## *Fleurs et plantes compagnes*

» *Absinthe*

*Artemisia absinthium*

Herbe très amère, ingrédient de base de l'alcool du même nom. Appréciée au jardin, tant pour son côté esthétique que pour son odeur qui perturbe les insectes ravageurs comme les pucerons. 3 €.

» *Achillée millefeuille*

*Achillea millefolium*

Une de nos plantes multifonctionnelles préférées, et une couverture de sol idéale pour les zones les plus ensoleillées dans une forêt jardin. Ses feuilles et fleurs sont aromatiques. Alvéole 1 €.

» *Consoude Bocking 14*

*Symphytum bocking 14*

Très facile à implanter en sol frais. La variété Bocking 14 ne graine pas et est facile à contenir. Plante fertilisante pour les sols, mais aussi mellifère, médicinale et comestible. Alvéole 1€.

» *Consoude naine*

Elle possède les mêmes avantages que la Consoude Bocking 14 mais a un port bas et tapissant. Se couvre de fleurs bleus. 3 €.

» *Grande camomille*

*Tanacetum parthenium*

Plante souvent cultivée pour ses fleurs. En infusion, elle a un goût désagréable et amer mais a une action spécifique contre la migraine. 3 €.

» *Menthe coq*

*Tanacetum balsamita*

Aussi appelée Balsamite, cette plante aromatique vigoureuse fleurit tout l'été. Ses feuilles dégagent une odeur agréable balsamique. En infusion, elle est stimulante. 3 €.

» *Rue des jardins*

*Ruta graveolens*

Plante au beau feuillage bleu vert et à l'arôme piquant. Facile à cultiver, c'est une plante qui perturbe les insectes ravageurs par son odeur puissante. 3 €.

» *Sauge des prés*

*Salvia pratensis*

Plante sauvage communément trouvée sur les bords de route et les talus. C'est une plante robuste qui tolère la sécheresse et les sols pauvres. Ses fleurs bleues nourrissent de nombreux insectes. 3 €.

» *Tanaisie*

*Tanacetum vulgare*

Herbe aromatique utilisée depuis des siècles comme insectifuge. Plante vivace à fleurs jaunes en été qui peuvent être séchées pour qui veut éloigner les mites et les fourmis. 3 €.

Avec la sécheresse, pour économiser de l'eau, nous n'avons pas rempotés tous les plants déjà semés. Ils sont en alvéoles de 70 millilitres. Ils sont petits, les racines un peu à l'étroit et demande plus de soin qu'un godet de 9, mais leurs reprise ne fait pas de doute et nous vous les proposons qu'à 1 € pièce.

**Liste des plantes disponibles en alvéoles**

- |                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| ✓ Achillée millefeuille   | ✓ Lavande aspic    |
| ✓ Agastache anisée        | ✓ Livèche          |
| ✓ Camomille double        | ✓ Menthe Marocaine |
| ✓ Camomille simple        | ✓ Monarde Rose     |
| ✓ Consoude Bocking 14     | ✓ Origan de Grèce  |
| ✓ Consoude naine          | ✓ Oseille pourpre  |
| ✓ Coriandre Vietnamiennne | ✓ Rue des jardins  |
| ✓ Estragon français       | ✓ Tanaisie         |
| ✓ Herbe à curry           | ✓ Thym cascade     |
| ✓ Hysope                  | ✓ Thym commun      |



# Les petits fruits

## Les Framboisiers - 4€ le plant

*Rubus idaeus*

**Variété CAPITOU** framboisier non remontant tardif. Il est adapté au sol calcaire (pH élevé) et à la sécheresse.

## Les Cassisiers - 5€ le plant

*Rubus nigrum*

**Variété ANDEGA** Variété autofertile de mi-saison à la très bonne qualité gustative. Elle dispose d'une grande richesse aromatique.

**Variété GEANT DE BOSKOOP** Variété à floraison tardive qui nécessite une pollinisation croisée à gros fruits bleus foncés et en longues grappes.

## Les Groseilliers à grappes - 5€ le plant

*Rubus rubrum*

**Variété FERTILE DE PALLUAU** Variété autofertile de mi-saison à fruits rouges. Adaptée à tout type de sol (sauf trop calcaire). Excellente en confiture.

## Le Goji - 10€ (pot 1L)

*Lycium barbarum*

Arbuste évasé originaire de l'Asie du Sud-Est au port buissonnant. Il possède une floraison violette délicate et mellifère. Le fruit très antioxydant est utilisé dans la médecine chinoise depuis longtemps. Il se cultive en plein soleil, peu exigeant, il n'a besoin que de très peu d'eau. Il aime les sols calcaires.

**Economie d'eau oblige, nous n'avons pas multiplier de fraisier cet automne, mais vous pouvez passer commande dès maintenant pour le printemps prochain.**

**Fraisier : 1,5 € / pot**

Pépinière Les Herbes Folles – Catalogue AUTOMNE 2022

# Les arbres et arbustes

Disponible en pot de 1 à 3 L,

**Argousier** 10 € *Hippophae Rhamnoides*

Arbuste épineux fixateur d'azote à croissance rapide atteignant 6 m de haut, avec des fruits orange extrêmement nutritifs en automne. Adapté à la plupart des sols. Plein soleil. Résistant au gel. Tolérant au vent mais non recommandé pour les zones côtières. Bonnes espèces pionnières pour l'établissement de vergers / jardins forestiers. Des plantes mâles et femelles sont nécessaires pour la fructification. Uniquement des femelles en stock.

**Baguenaudier** 12 € *Colutea arborescens*

Arbrisseau buissonnant caduc de 2 m de hauteur peu connu mais qui présente de nombreux avantages.. Robuste et de culture facile même en sol calcaire, pauvre et caillouteux. Il fixe l'azote dans le sol, offre une floraison généreuse pour les abeilles et une fructification originale et décoratives pendant l'été. Rustique et résistant à la sécheresse et il ne demande aucun entretien une fois installé.



**Figuier** 15 € *Ficus carica*

Le figuier peut atteindre de 3 à 5 m de hauteur selon les variétés. Il se développe très bien dans nos régions à condition de l'exposer correctement et de le protéger l'hiver. Le figuier est rustique à -15°C, mais il a besoin de beaucoup de soleil et d'être abrité du vent. Plusieurs variétés disponibles.

## *Gattilier*

12 €

*Lycium barbarum*

Facile de culture, rustique et résistant à la sécheresse, cet arbuste se couvre de grappes de fleurs mauves ou blanches en fin d'été. Les baies sont utilisées pour traiter les irrégularités du cycle menstruel, le syndrome prémenstruel et la mastalgie. On dit qu'au Moyen Âge, les moines du sud de l'Europe consommaient les baies dans une boisson destinée à calmer la libido afin de pouvoir mieux supporter les affres du célibat. D'où son appellation populaire de « poivre des moines ».

## *Laurier sauce* 8 €

*Laurus nobilis*

C'est un arbre à feuilles persistantes pouvant atteindre 12 m de haut sur 10m de large et à croissance lente. A l'arôme épicé et aromatique, les feuilles de laurier sont couramment utilisées dans les soupes et les ragoûts et constituent un ingrédient essentiel du célèbre «Bouquet Garni». En godet de 9 cm.

## *Poivrier du Sichuan* 12€ *Zanthoxylum piperitum et Z. simulans*

Arbuste buissonnant caduc de 4 m de hauteur. Ce poivrier du Sichuan est fortement épineux et très aromatique dans toutes ses parties. Cultivé pour ses grappes de baies rouges que l'on récolte en octobre et que l'on utilise comme une épice en cuisine. Il offre aussi de belles couleurs automnales. C'est une espèce rustique, tolérante et vigoureuse, qui s'adapte à tout sol drainé.

N'hésitez pas à nous contacter pour tous renseignements et pour passer les commandes par mail

**pepinierelesherbesfolles@gmail.com**

**ou par téléphone au 06.52.58.13.71**

La pépinière est ouverte  
du 14 septembre au 14 octobre 2022

les mercredis et vendredis après-midi de 15h à 19h.  
(idéalement, nous appeler avant de passer)