

# Coriandre

*La coriandre est une plante aromatique indispensable pour la cuisine asiatique, orientale et indienne. Elle se cultive facilement en pleine terre, au potager mais aussi en bac, pot ou jardinière. De plus, elle a des vertus médicinales.*



## Sommaire

- En résumé .....
- Espèces et variétés .....
- Semis .....
- Idées d'associations .....
- Culture et entretien .....
- Maladies, nuisibles et parasites .....
- Récolte .....
- Multiplication .....
- Conseils écologiques .....

# Coriandre en résumé

---

## Dénomination

Nom(s) commun(s) Coriandre, Persil arabe, Persil chinois, Loriente

---

Nom(s) latin(s) *Coriandrum sativum*

---

Famille Apiacées

---

Type de plante

## Esthétique

Couleur des feuilles 

---

Couleur des fleurs 

---

Végétation Annuelle

---

Feuillage Semi-persistant

---

Hauteur à maturité 0,60 à 1 m

---

Largeur à maturité 0,20 à 0,30 m

---

## Jardinage

Entretien    Facile

---

Besoin en eau    Moyen

---

Croissance Rapide

---

Multiplication Semis

---

Résistance au froid    Moyenne (semi-rustique)

---

## Emplacement

Exposition  Soleil

---

Utilisation Balcon ou terrasse | Massif ou bordure | Potager

---

Plantation Pleine terre | Bac, pot ou jardinière

---

Type de sol Sol calcaire | Humus ou terreau

---

PH du sol Sol alcalin | Sol neutre

---

Humidité du sol

Sol drainé

Climat



### Plantation ou semis

mars	avril	mai
juin	juil.	août
sept.	oct.	nov.
déc.	janv.	fév.

### Floraison

mars	avril	mai
juin	juil.	août
sept.	oct.	nov.
déc.	janv.	fév.

### Récolte

mars	avril	mai
juin	juil.	août
sept.	oct.	nov.
déc.	janv.	fév.

La coriandre, nommée aussi persil arabe, persil chinois ou lorient, fait partie de la famille des Apiacées. Elle est originaire d'Asie, d'Europe méridionale ou du Proche-Orient.

**La coriandre est une herbe aromatique** au feuillage finement découpé. Ses fleurs, d'un blanc pur, donnent des petits fruits en fin de saison. Leur odeur est particulièrement désagréable, c'est pour cela que la plante doit son nom du grec *koris* (punaise). Quant aux graines, elles deviennent mures en septembre.

Cette plante est connue depuis la haute Antiquité principalement au niveau des feuilles et des graines dans la cuisine asiatique, orientale et indienne. Les graines assaisonnent les plats cuisinés tandis que les feuilles tendres parfument plus particulièrement les salades.

On peut aussi fabriquer des liqueurs ou parfumer divers alcools avec l'essence des graines qui a le goût de l'anis.

### Enfin, la coriandre a aussi des vertus thérapeutiques :

- L'huile essentielle de cette plante est un véritable décontractant musculaire pour les massages.
- Pour le transit intestinal, mélangez une à deux gouttes de cette essence dans de l'eau.
- Les infusions de graines traitent également les problèmes d'aérophagie.
- En cas d'invasion de poux, mettez quelques gouttes d'huile essentielle de coriandre derrière les oreilles, car ils détestent cette odeur.
- La coriandre a aussi des vertus aphrodisiaques.

# Coriandre, espèces / variétés

## Coriandre, persil chinois, persil arabe



- **Parfum** : Saveur piquante et anisée.
- **Hauteur** : 0,60 à 0,80 m.
- **Qualités** : Feuillage vert aromatique. Riche en fer et vitamine A, B, C.

## 'Lemon'



- **Parfum** : Arôme citron et non amer.
- **Hauteur** : 0,60 à 0,80 m.
- **Qualités** : Idéal en culture en pot.

## 'Delfino'



- **Parfum** : Même saveur que l'espèce.
- **Hauteur** : 0,60 à 0,80 m.
- **Qualités** : Feuillage ressemblant à l'aneth.

## Semis de la coriandre



### Où semer la coriandre ?

La coriandre aime un sol léger, souple, friable et humifère<sup>1</sup>. Elle a une préférence pour le calcaire ainsi qu'une **exposition chaude, très ensoleillée** et abritée des courants d'air.

Elle peut être cultivée en pot ou en jardinière mais aussi au jardin dans les massifs ou les bordures, et au potager.

Au potager, elle s'associe très bien avec l'[anis](#), la [carotte](#), le chou ([chou de Bruxelles](#) et [chou-fleur](#)) [oignon](#), [pomme de terre](#). Elle déteste la compagnie du [fenouil](#).

### Quand et comment la semer ?

Pour la coriandre en pleine terre :

- Semez directement en place, au printemps ou à l'automne, sachant qu'**elle déteste être repiquée ou déplacée**.
- Échelonnez les semis pour avoir des feuilles régulièrement, car elle monte très rapidement en graines.
- Recouvrez les graines de 1 cm de terreau ou de terre fine.
- Arrosez régulièrement pour conserver un sol humide jusqu'à la levée, environ 15 jours plus tard.
- Éclaircissez à 20 cm quand les plants ont 4 ou 5 feuilles.
- Binez et sarcliez régulièrement.

La récolte commence environ 2 mois après les semis.

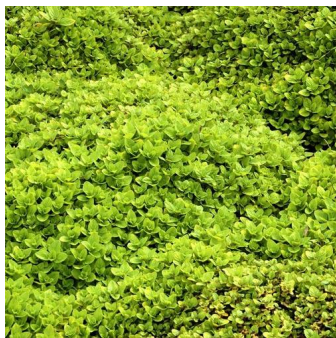
En pot, semez 3 graines espacées de 15 cm dans un pot de 20 cm de diamètre.

La coriandre se resème spontanément quand les graines tombent sur la terre.

**Bon à savoir** : la coriandre éloigne les doryphores.

## Idées d'association

---



### Origan

Au jardin d'herbes, mariez-la avec de l'origan doré.



### Chou pommé

Semez-la parmi vos rangées de choux rouges.



### Arroche

Le mariage avec de l'arroche rouge est décoratif au potager comme en massif.



### Œillet d'Inde

La coriandre en fleurs apporte de la légèreté aux grosses fleurs de l'été telles les roses d'Inde.

## Culture et entretien de la coriandre

---



La culture de la coriandre est relativement facile :

- Arrosez surtout en cas de fortes chaleurs.
- Binez, sarcliez et désherbez régulièrement.

- Coupez le feuillage avant la montée en graines.

## Maladies, nuisibles et parasites

---

La coriandre résiste bien aux maladies, toutefois, elle craint un peu les pucerons. Ces derniers peuvent être de différentes couleurs et se déplacent en colonie sur la plante pour sucer la sève.

Les feuilles et les jeunes pousses deviennent alors collantes, c'est à cause du miellat. Elles se recroquevillent puis s'enroulent.

Pour y remédier :

- Coupez et brûlez les jeunes pousses malades.
- Éliminez les premiers pucerons à la main ou au jet d'eau. De l'eau mélangée avec un peu de savon noir ou du savon de Marseille fondu est aussi très efficace.
- Pulvérisez cette solution sur la plante.

# Récolte

---

## Quand et comment récolter la coriandre ?

On récolte les feuilles de coriandre au fur et à mesure des besoins. Elle a lieu, en général, **de juillet à septembre** :

- Coupez les feuilles quand elles sont bien développées, en coupant les tiges à ras du sol.
- On récolte les graines en fin d'été ou en automne, lorsque leur couleur passe du vert au marron clair.
- Faites-les sécher durant une journée dans un endroit aéré et sec et conservez-les à l'abri de la lumière.

## La conservation de la coriandre

Une fois, les graines séchées, conservez-les dans des boîtes hermétiques ou en bocaux. Vous pouvez les garder **environ un an**.

Quant aux feuilles fraîches, elles ne se conservent que quelques jours dans le bac à légumes. Vous pouvez aussi les congeler ou les faire sécher, tête en bas dans un endroit aéré et sec.

# Multiplication de la coriandre

---

Comme dit plus haut, la multiplication de la coriandre s'effectue par **semis**.

## Conseils écologiques

---

Pour éliminer les pucerons, il existe également une technique naturelle. En effet, **les coccinelles adorent les dévorer** si bien qu'en introduire peut vous aider à vous en débarrasser.

Les fleurs de la coriandre attirent les coléoptères, prédateurs des limaces. Elle est donc utile au potager.

# Plantes du même type

---



**Origan**



**Airelle rouge**



**Marjolaine**



**Estragon**

---

1. Humifère : Riche en humus.



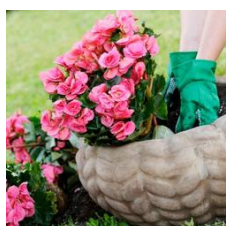
## Trouvez enfin la plante qu'il vous faut

parmi plus de 1000 fiches plantes

[Trouver une plante](#)

[www.ooreka.fr/plantes](http://www.ooreka.fr/plantes)

## Autres articles pouvant vous aider :



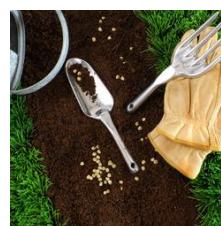
Comment  
repoter une  
plante

■ Débutant  
🕒 Quelques  
minutes



Comment  
lutter contre  
les pucerons

■ Moyen



Comment faire  
un semis à  
l'extérieur

■ Débutant  
🕒 Plusieurs  
semaines



© Fine Media, 2017

Ooreka est une marque de Fine Media - 204, rond-point du Pont de Sèvres - 92649 Boulogne-Billancourt cedex

**Ce document est la propriété exclusive de Fine Media.**

Vous pouvez partager ce document gratuitement en l'état mais vous ne pouvez pas le modifier, le revendre ou en utiliser tout ou parties des textes et images sans autorisation explicite de la part de la société Fine Media.

Pour toute question : [www.ooreka.fr/contact](http://www.ooreka.fr/contact)