



Bulletin no. 15

Novembre 2020

Fermeture du jardin et conservation des fines herbes

Nous espérons que vous avez apprécié le jardin de fines herbes de cette année. Il y aura des améliorations l'année prochaine mais nous avons fait le mieux possible en cette période de pandémie. Nous avons eu de la difficulté à nous approvisionner : plusieurs variétés n'étaient pas disponibles et les plants matures étaient rares. Nous fermons le jardin, mais le grand nettoyage se fera au printemps. Nous appliquons les pratiques de permaculture popularisées par Larry Hodgson « *Le jardiner paresseux* ». Cette méthode consiste à laisser les vivaces et les annuelles en place. Les feuilles mortes enrichiront le sol et les branches retiendront la neige et éviterons le déracinement des vivaces en cas de gel suivi de dégel. Nous avons ajouté un peu de paillis pour protéger les plantes plus fragiles comme la sauge. Les pots ont été vidés et rentrés et serviront à nouveau l'an prochain.

Nous avons déjà des idées d'améliorations pour l'année prochaine. Plus de plants, des plants plus matures et un délai plus long avant la première cueillette permettront au jardin d'être plus luxuriant. Certaines herbes trop abondantes et peu cueillies seront retirées en partie. Si vous avez des suggestions sur les fines herbes que vous désirez au jardin, n'hésitez pas à nous faire des suggestions. Les personnes qui voudraient s'impliquer sont les bienvenues. Ce printemps, compte tenu des mesures barrières, nous n'avons pas sollicité d'aide pour éviter la contamination.

Conservation des fines herbes

La saison du jardinage est terminée mais les fines herbes sont de plus en plus disponibles pendant tout l'hiver dans les supermarchés sous forme d'herbes coupées ou de plants en pot. Il est souvent difficile de les conserver jusqu'au moment de les consommer. Voici quelques méthodes pour conserver vos fines herbes.



Au frigo

On peut entreposer les fines herbes coupées au frigo, dans un plat de plastique de type *Tupperware* sur un essuie-tout ou un linge. L'humidité est absorbée par le linge et les herbes se gardent facilement pendant plus d'une semaine. Il existe également des pots spécialement conçus pour conserver les fines herbes au frigo, ils sont très beaux mais un peu encombrants. Ils passent souvent plus de temps dans l'armoire que dans le frigo.

Séchage

Vous pouvez aussi les sécher en petits bouquets, la tête en bas, dans un endroit bien ventilé, sec et sombre. Vous pouvez également les suspendre dans des sacs en papier percé de petits trous. Ils protégeront les herbes de la lumière. Une fois bien séchées, entreposez les



fines herbes dans un pot de verre dans une armoire à l'abri de la lumière. Les herbes qui se prêtent le mieux au séchage sont : l'origan, la marjolaine, le thym, le laurier et la verveine. Par contre, d'autres plantes perdent leur saveur ou brunissent au séchage soit le basilic, le cerfeuil, la ciboulette, le persil et la sauge ananas. Il existe également sur le marché des déshydrateurs qui sont très efficaces mais assez coûteux. Le séchage au four ou au four à micro-ondes est également possible mais plus difficile.

Congélation

Pour les plantes qui sont difficiles à sécher on peut toujours utiliser la méthode de la congélation. On hache les plantes et on les place dans des bacs à glaçons. On les recouvre ensuite d'eau ou d'huile. Lorsque les glaçons sont bien pris, on les transfère dans des sacs conçus pour la congélation. Les plantes qui se prêtent bien à la congélation sont : le persil, la coriandre, la livèche et le basilic.



Cultiver ses fines herbes à l'intérieur

Vous pouvez cultiver vos fines herbes à l'intérieur tout l'hiver. Les fines herbes nécessitant en moyenne 12 heures d'ensoleillement par jour, il vous faudra vous munir de lampes conçues spécialement à cet effet.

Les beurres d'herbes

Les beurres d'herbes sont également une excellente et délicieuse façon de conserver les fines herbes. Il suffit de broyer des fines herbes de son choix et de les mélanger à du beurre mou. On façonne ensuite des rouleaux que l'on emballe dans du papier ciré et on les congèle. On peut également couper ce rouleau en rondelle lorsqu'il a un peu durci et entreposer ces rondelles dans les contenants et les remettre au congélateur pour une utilisation plus facile. Les beurres de menthe, d'aneth, de thym ou de marjolaine associés à l'ail ou à l'échalote française seront délicieux sur du pain, des légumes vapeur ou des poissons.



Les huiles d'herbes



Laisser flétrir légèrement 30 ml de fines herbes puis les ajouter ensuite à une tasse d'huile. Laisser macérer deux ou trois semaines et brasser la bouteille régulièrement. On peut ajouter 30ml de vinaigre par 250 ml d'huile pour empêcher la dégradation de l'huile par l'eau contenue dans les plantes. Ouvrir la bouteille à l'occasion pour laisser la condensation s'échapper. Ensuite filtrer l'huile en pressant bien. Remettre l'huile dans la bouteille. Vous pouvez y ajouter une branche de la même herbe qui a servi à aromatiser votre huile pour décorer. Mes huiles préférées sont les huiles de thym, d'estragon et d'aneth. Le romarin aromatisé aussi très bien l'huile d'olive.

Les vinaigres d'herbes

Le procédé est semblable aux huiles d'herbes : mettre 125 ml des herbes broyées dans 500 ml de vinaigre et fermer le contenant hermétiquement. Placer à l'abri de la lumière et brasser de temps en temps. Le vinaigre devrait être prêt après une dizaine de jours. Filtrer puis on ajoute une petite branche de l'herbe fraîche pour la décoration. On peut utiliser du vinaigre de vin rouge ou blanc, de cidre ou encore de riz. Le vinaigre de basilic pourpré se colore d'une magnifique couleur.

Les miels aromatisés



Les graines et les fines herbes peuvent apporter des arômes et des propriétés médicinales supplémentaires au miel. Les graines d'anis, de coriandre, de fenouil, la lavande, la verveine citronnelle, la marjolaine, la menthe, le romarin, la sauge, et le thym sont de bonnes options. On utilise 15 ml d'herbes fraîches ou 2,5 ml de graines pour chaque 500 ml de miel. On place les herbes ou graines choisies dans un petit morceau de coton fromage. On insère ce petit sac dans le miel et on laisse macérer au moins une semaine. Ensuite, on retire le petit sac et voilà, un merveilleux miel aromatisé !



Nous espérons que ces suggestions vous permettront de profiter des fines herbes tout l'hiver. Ces petites gâteries font de beaux cadeaux pour parents et amis durant le temps des fêtes.



Nous vous souhaitons un excellent hiver. Faites-nous parvenir vos suggestions pour le printemps prochain !

Références : Herbes et épices médicinales au menu, de Danièle Laberge et Natacha Imbeault

Confessions d'un jardinier paresseux: «Je ne travaille pas fort à l'automne!» de Larry Hodgson <https://jardinierparesseux.com/articles/>

