# TOP 5 DES MEILLEURS AROMATES POUR LE POTARIUM

Nous avons voulu vous présenter ici les aromates qui se plairont dans votre Potarium.
De la menthe en passant par le basilic et la ciboulette, retrouvez les infos utiles et nos idées de recettes, testées et approuvées par nous même !

## 1. La menthe c'est détente !

Que ce soit pour parfumer vos cocktails ou faire votre thé, la menthe ouvre plein de possibilités, à vous de les explorer !

La menthe a peu de besoin en lumière et en apports nutritifs.

Elle mesure de 20 à 60 cm mais grandira tant que son milieu lui permet. Elle fait des fleurs violettes.

C'est une plante vivace qui reproduit d'une année sur l'autre.

La menthe, c'est la plus simple. A partir du moment où elle a le minimum nécessaire, de l'eau et de la lumière à la hauteur de ses besoins, elle poussera forcément dans votre Potarium !

Nos conseils recettes testées et approuvées pour la menthe :

- Sauce à la crème et menthe pour assaisonner du riz.
- Assaisonnement de curry pour rafraichir votre plat.
- Mojitos frais.
- Thé vert.

## 2. Le basilic c'est chic !

Avec le basilic, assaisonnez vos salades, aromatisez vos tomates ou parfumez vos pizzas.
Succès garanti avec cette touche italienne ajoutée à vos plats !

Le basilic nécessite de la lumière mais pas d'exposition directe car la plante peut brûler.

Il mesure 20 à 40 cm et fait des fleurs blanches ou violettes qui se développent sur le dessus de la plante.

C'est une plante annuelle qu'il faudra replanter chaque année.

Le basilic est idéal pour le Potarium. Il n'a pas beaucoup de besoin en lumière et trouvera donc forcément une place de choix dans votre Potarium !

Nos conseils recettes testées approuvées pour le basilic :

- Tomates – basilic – mozzarella
- Pates tomates basilic
- Salade méditerranéenne  tomate, poivron, concombre, basilic, ciboulette.
- Soupe aux légumes parfumées de basilic.

## 3. La ciboulette c'est chouette !

Pour agrémenter et relever les poissons ou pour améliorer vos préparations, la ciboulette et ces tiges feront des prodiges !

La ciboulette a peu de besoins en lumière et d'apports nutritifs.

C'est une plante vivace qui repousse d'une année à l'autre.

Elle mesure de 30 à 60 cm en fonction des espèces et fait des fleurs violettes ou blanches.

La ciboulette est un aromate peu gourmand ce qui simplifie sa culture.

Nos conseils recettes testées approuvées pour la ciboulette :

- Papillotes de poissons aux herbes aromatiques ciboulette et citronnelle.
- Sauce crème – ciboulette pour accompagner vos pommes de terre.
- Assaisonnement de salades estivales.
- Verrines au tzatziki avec ciboulette et coriandre

## 4. Le persil c'est facile !

Son utilisation simple et efficace vous rendra plus tenace.

Grâce à ses vitamines et minéraux vous n'en serez que plus costaud !

Le persil nécessite peu de lumière et peut être mis à mi-ombre.

C'est une plante annuelle qu'il faudra replanter chaque année.

Il mesure de 30 à 60 cm et fait des fleurs blanches.

Le persil est plus qu'utile en cuisine ! Il est lui aussi simple à cultiver ce qui justifie sa place dans notre classement.

Nos conseils recettes testées approuvées pour le persil :

- Persillade ail – persil – citron pour accompagner vos plats.
- Accompagne vos salades de haricots ou salades vertes
- Papillote de poissons aux aromates : persil et poivrons

## 5. La coriandre c'est (sait) surprendre !

Ce n'est pas le plus évident, et pourtant !

Pour ses graines et ses feuilles, pour son association sucrée et pour son côté décalé, vous y succomberez !

La coriandre pousse parfaitement dans un milieu mi-ombre, avec un sol drainé.

C'est une plante annuelle qu'il faudra replanter chaque année.

Elle mesure de 20 à 50 cm et fait des fleurs blanches ou mauves.

La coriandre clôt notre Top 5 mais reste dans la catégorie des plantes ayant peu de besoin en lumière c'est pourquoi elle a aussi sa place dans votre Potarium.

Nos conseils recettes testées approuvées pour la coriandre :

- Sauce citron, coriandre, gingembre
- Marinade de poulet tikka – coriandre
- Marinade de persil et coriandre
- Assaisonnement de couscous