

Graines de Shiso

[5PER0107]

Semences non traitées de *Perilla frutescens* var. *crispa*

Caractéristiques principales

Nom latin :	<i>Perilla frutescens</i> var. <i>crispa</i> , <i>Perilla frutescens</i> var. <i>nankinensis</i>
Nom vernaculaire :	Perilla à feuilles crépues, Périlla de Nankin, Pérille, Sésame sauvage, Shiso pourpre, Shiso rouge, Shiso vrai
Lieu de culture :	Jardin fleuri, *Jardin tropical, *Serre chaude et Véranda, *Serre froide, Gazon & Prairies fleuries, *Jardin tempéré, Culture en pot - Balcon & Terrasse, Potager & Verger
Hauteur :	70 à 80 cm
Emprise au sol :	25 à 30 cm
Type de plante :	Plante annuelle (cycle de vie sur 1 an)
Port :	Buissonnant
Période de floraison :	Automne
Feuilles :	Grandes feuilles crépues de 8 à 12 cm de long, opposées, simples, larges, ovales, pointues, dentées, duveteuses, longuement pétiolées. Couleur pourpre foncé à bronze foncé, parfois vert foncé.
Fleurs :	Floraison tardive. Toutes petites fleurs rose à violette, en forme de cloches, très mellifères, en épis de 5 à 10 cm de long.
Fruits :	Graines noires, très petites, oléifères.
Autres :	Tiges à section carrée.
Température minimale (Rusticité) :	de -5°C à 0°C
Recommandations :	0.25 gr équivaut à environ 125 graines.

Culture

Exposition :	Ensoleillé, Chaude
Substrat / Sol :	Riche, fertile & humifère, *Humifère, Bien drainant, Frais (garde un certain temps l'humidité après arrosage & pluie)
Arrosage (plante adulte) :	2/5 Arrosage moyen
Maladies / Ravageurs :	Escargots, Limaces
Culture au jardin :	Pincez les extrémités des pousses pour que la plante buissonne correctement. Plante très vigoureuse.
Culture en pot :	Oui
Conseils du comptoir des graines :	Toutes les parties de la Périlla sont comestibles et aromatiques : pousses, feuilles, fleurs et graines. Les jeunes feuilles se consomment crues, entières en salade verte mélangées à d'autres plantes ou ciselées comme le persil ou le basilic pour parfumer salades et crudités. Les feuilles ciselées parfument agréablement les salades de fruits, en particulier avec des fraises, des pêches, des oranges ou de l'ananas. Les feuilles s'utilisent cuites pour agrémenter un poisson ou rehausser le goût d'un plat de riz ou de légumes. Les sommités sur le point de fleurir s'utilisent comme des légumes cuits à la poêle.

Semis

Facilité semis :	1 Facile - voir aussi les conseils de semis généraux dans le menu
Mode de semis :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tremper les graines dans de l'eau pendant 24h 2. Semer sous abri entre 13 et 18°C 3. Semer dans un substrat léger, un mélange de terreau spécial semis et de sable 4. Couvrir de 2 à 3 mm de substrat et tasser légèrement 5. Placer à la lumière 6. Conserver le substrat humide mais non détrempé 7. Repiquer les plants de 2 à 3 feuilles dans des pots individuels 8. Planter en place après les dernières gelées à 25 cm de distance en tous sens

Durée de germination : 2 à 4 semaines

En savoir plus

Origine :	*Asie orientale
Intérêt :	Plante amie des auxiliaires du jardin, Plante médicinale ou ayurvédique, *Feuillage, *Plante mellifère, *Fruits, Plante exceptionnelle (de collection), *Comestible, *Productif, *Permaculture
Recolte :	Cueillez les feuilles au fur et à mesure de vos besoins de mai à octobre.
Propriétés :	Riche en antioxydants et minéralisant.

*Attention : Les informations ci-dessus ne sont données qu'à titre indicatif. Consultez un pharmacien ou un médecin avant toute ingestion, inhalation ou application d'un produit végétal. Le Comptoir des Graines décline toute responsabilité en cas de mauvaise utilisation des produits vendus.

© L'intégralité du contenu de cette fiche est la propriété intellectuelle du Comptoir des graines - www.comptoir-des-graines.fr

La reproduction totale ou partielle est interdite.

L'usage de cette fiche est strictement réservé aux clients du Comptoir des graines pour les aider à manipuler et faire germer les semences acquises sur le site.

