Périlla vert

Le périlla, ou perille, sésame sauvage (shiso en japonais) (Perilla frutescens var. crispa) est une herbacée, utilisée comme légume feuille, plante aromatique et médicinale. de la famille des lamiacées du genre perilla.

Le Périlla est une plante ornementale comestible. Il est consommé comme légume feuille, condiment ou aromate. Sa saveur est astringente et comporte des notes d’anis, de cannelle et de coriandre. C'est aussi une plante médicinale aux nombreuses propriétés (antiseptiques, antiallergiques, anti-inflammatoires, antioxydantes, expectorantes et antispasmodiques...). Il est utilisé en médecine traditionnelle chinoise.

Le Périlla est originaire d'Asie. Il existe plusieurs variétés de Périlla dont le pourpre, le vert et et le bicolore.

Caractéristiques du périlla vert

Cycle : plante annuelle

Hauteur : jusqu'à 60 cm

Rusticité : ne supporte pas le gel

Besoin en eau : arrosage régulier.

Température de germination : 20°C à 22 °C

Rôle attractif : Mellifère

Ses ennemis : Il n'y a pas d'incompatibilité observée.

Plantation du périlla vert

Emplacement : en massif comme plante ornementale, en pot ou au potager.

Exposition : ensoleillée à mi-ombre

Type de sol : léger, frais et riche en humus.

Espacement des plans : 25 à 30 cm

Rotation : peut se ressemer au même endroit.

Cultures associée : S'associe bien avec les autres plantes.

Maladies et ravageurs du périlla vert

Ravageurs : Les limaces et escargots.

Calendriers du périlla vert

Périlla

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Semis en pépinière			M	A	M	J						
Semis pleine terre						J						
Plantations					M							
Floraison								A	S			
Récoltes				A	M	J	J	A	S	O		

Semis de mars à juin. Récolte après semis : 60 jours. Multiplication: le Périlla se ressème de lui même d'une année à l autre.