

# SOMMAIRE

---

Introduction	9
I HERBES DES DIEUX ET DES HOMMES	11
LES MYTHES FONDATEURS	11
DES DIEUX AUX HOMMES	17
LA POÉSIE DU THYM	21
II POUR MIEUX CONNAÎTRE LE THYM ET LA SARRIETTE	27
LA RECONNAISSANCE DES ESPÈCES	27
DE L'ORIGINE DES NOMS AUX FORMES POPULAIRES	32
• <i>La sarriette, ou poivre d'âne</i>	32
• <i>Le thym, ou farigoule</i>	34
• <i>Le serpolet, ou herbe rampante</i>	35
MÉLI-MÉLO CHEZ PLINE	38
NOMS, FOLKLORE ET SYMBOLISME	38
III LA CULTURE ET LA RÉCOLTE	41
LES CULTURES DES ANCIENS	42
• <i>Les conseils de Pline</i>	42
• <i>Cultures du Moyen Age</i>	44
• <i>Les instructions d'Olivier de Serres</i>	45
• <i>Il y a cent ans, Le Livre de la ferme</i>	46
QUELLES VARIÉTÉS CHOISIR ?	47
RÉUSSIR SES CULTURES	49
• <i>La sarriette annuelle</i>	50
• <i>La culture des vivaces</i>	51
POTÉES PARFUMÉES	53
MULTIPLICATION	54
LA CUEILLETTE ET LA TAILLE	55
IV LA MÉDECINE DES HERBES	59
PLINE ET D'AUTRES ANCIENS	59
REMÈDES POPULAIRES	62
LES ESSENCES DES PLANTES	64
PHARMACIE MODERNE	66
L'ART D'AIMER	68
PHYTOTHÉRAPIE D'AUJOURD'HUI	71

• <i>La sarriette</i>	71
• <i>Le thym</i>	72
• <i>Le serpolet</i>	74
V A TABLE	75
HERBES MILLÉNAIRES	75
DE LA MÉSOPOTAMIE JUSQU'À ROME	77
LA GASTRONOMIE FRANÇAISE	77
LA CUISINE AUX HERBES	81
• <i>Sels et huiles</i>	82
• <i>Des herbes pour découvrir les céréales</i>	83
LES SARRIETTES :	85
• <i>Quinoa aux carottes</i>	85
• <i>Salade de harengs aux haricots de mer</i>	86
• <i>Soufflé aux choux de Bruxelles</i>	86
• <i>Feuilletés de cabécou</i>	87
LE SERPOLET :	88
• <i>Lapin au serpolet</i>	88
• <i>Artichauts braisés au cidre</i>	88
• <i>Thon grillé au serpolet</i>	89
LE THYM :	89
• <i>Boulghour poêlé à la tomate</i>	89
• <i>Epaule de chevreau au thym</i>	90
• <i>Filets de sardines marinés</i>	90
• <i>Omelette aux oignons</i>	91
LE THYM CITRON :	91
• <i>Tarte aux poireaux</i>	91
• <i>Pommes de terre farcies au fromage blanc</i>	92
LES MOTS DU THYM ET DE LA SARRIETTE	93
LES LIVRES DU THYM ET DE LA SARRIETTE	94
LES ADRESSES DU THYM ET DE LA SARRIETTE	95