

# Coriandre

*Coriandrum sativium*



Le coriandre est une plante annuelle de la famille des Apiaceae.

Il possède de petites fleurs aromatiques roses ou blanches et ses feuilles dégagent une odeurs caractéristique.

Mais informação em: [https://www.amu.bio/\\_coriandre](https://www.amu.bio/_coriandre)

## Cultivation

La coriandre préfère les sols légers, bien drainés et contenant une quantité importante de matière organique.

Il s'adapte à tout type de sol et n'aime ni l'excès d'eau ni la sécheresse extrême.

## Histoire

Son origine est incertaine, main on dit que les anciens Égyptiens utilisaient déjà cette plante pour embaumer leurs corps.

Au Moyen Âge, it était cultivé dans les jardins et les monstères.

## Utilisation

En cuisine, il est largement utilisé dans l'Alentejo dans les açordas, les soupes et le porc.

En plus d'être utilisé principalement comme condiment (feuilles et graines), il est très efficace pour combattre les migraines, par infusion.

Il est riche en carotène, calcium et fer et ses graines sont un excellent digestif lorsqu'elles sont mâchées.