

Deborah Peterson & Millicent Selsam

*Les cahiers du jardinier*



# PLANTER SES *noyaux*



*60 espèces à faire  
pousser à la maison*

MARABOUT



# 60

FRUITS, LÉGUMES,  
HERBES À FAIRE  
POUSSER CHEZ VOUS

## *Le cahier pour planter ses noyaux*

Un ouvrage complet pour tous ceux qui veulent observer le développement d'une nouvelle plante, à partir d'un noyau, d'une graine, d'une racine :

- l'essentiel des techniques de jardinage pour démarrer une plante chez vous et en faire une jolie plante d'intérieur,
- un répertoire de plantes communes et exotiques,
- des conseils adaptés à chaque plante.



3644308  
978-2-501-13030-1



9 782501 130301

9€<sup>90</sup>

Prix TTC France

[www.marabout.com](http://www.marabout.com)

*Les  
cahiers  
du  
jardinier*



*Les cahiers du jardinier*

**planter**  
SES **NOYAUX**

Deborah Peterson & Millicent Selsam

**MARABOUT**

Publié pour la première fois aux Etats-Unis en 1977  
sous le titre *Don't Throw it, Grow it of Houseplants* par Shorey Publishing  
Textes : © 1977, 2008 Deborah Peterson et Millicent Selsam  
Illustrations : © Chip Wass

© 2018 Hachette Livre (Marabout) pour la présente édition française

**Traduction :** Virginie de Bermond-Gettle

**Mise en pages :** Les PAOistes

**Relecture :** Odile Raoul

Hachette Livre – Marabout  
58 rue Jean Bleuzen, 92178 Vanves Cedex

Tous droits réservés.

Toute reproduction ou utilisation de l'ouvrage sous quelque forme et par quelque moyen électronique, photocopie, enregistrement ou autre que ce soit, est strictement interdite sans autorisation écrite de l'éditeur.

3644308/01  
ISBN 978-2-501-13030-1  
Dépôt légal : février 2018  
Imprimé en Espagne par Macrolibros en janvier 2018



# Sommaire

Preface .....	6
<b>Chapitre 1</b>	
<b>L'essentiel des techniques de jardinage .....</b>	<b>8</b>
Les besoins des plantes .....	10
Les débuts d'une plante .....	14
Les soins à prodiguer aux jeunes plantes .....	18
Les ravageurs et comment s'en défaire .....	20
<b>Chapitre 2</b>	
<b>De jolies plantes avec les légumes de tous les jours .....</b>	<b>22</b>
Ail, oignon et échalote .....	24
Betterave .....	26
Carotte .....	27
Courgette .....	28
Haricot .....	30
Lentille .....	32
Navet .....	33
Patate douce .....	34
Pois .....	36
Pois chiche .....	37
Pomme de terre .....	38
Radis .....	39
Topinambour .....	40
<b>Chapitre 3</b>	
<b>Fruits et noix diverses en pots .....</b>	<b>42</b>
Agrumes (pamplemousse, kumquat, citron, orange, mandarine) .....	45
Amande .....	46
Ananas .....	47
Avocat .....	49
Cacahouète .....	51
Carambole .....	52
Caroube .....	53
Datte .....	54
Feijoa .....	56
Figue .....	57
Grenade .....	58
Kiwi .....	60
Mangue .....	62
Papaye .....	64
Sapotille .....	66
<b>Chapitre 4</b>	
<b>Des potées d'aromatiques et d'épices .....</b>	<b>68</b>
Aneth .....	70
Anis .....	72
Carvi .....	73
Céleri .....	74
Citronnelle .....	75
Coriandre .....	77
Fenouil .....	78
Fenugrec .....	79
Moutarde .....	80
Sésame .....	81
<b>Chapitre 5</b>	
<b>Plantes exotiques .....</b>	<b>82</b>
Cherimoya .....	84
Christophine .....	86
Figue de Barbarie .....	87
Goyave .....	89
Igname .....	91
Jicama .....	93
Malanga .....	94
Quenette .....	96
Sapote noire .....	97
Tamarillo .....	99
Tomatillo .....	101
<b>Chapitre 6</b>	
<b>Plantes asiatiques .....</b>	<b>102</b>
Canne à sucre .....	104
Châtaigne d'eau .....	105
Daikon .....	106
Gingembre .....	107
Jujube .....	108
Kaki .....	110
Litchi .....	112
Momordique .....	113
Nèfle du Japon .....	115
Sagittaire à larges feuilles .....	117
Tamarin .....	118
Taro .....	120
<b>Index .....</b>	<b>122</b>
<b>Remerciements .....</b>	<b>125</b>
<b>Crédits .....</b>	<b>126</b>

# Préface

---

**U**n beau jour, à New York, après une conférence que j'avais donnée devant un public choisi sur le thème « Croquez le fruit, plantez la graine », une toute petite dame aux cheveux roux est venue me trouver et m'a déclaré : « Je veux écrire un livre avec vous. » J'ai pris sa carte, pensant avoir affaire à une originale, et me suis renseignée un peu. Milly Selsam n'était pas du tout cinglée et n'était pas non plus un écrivain débutant. Elle avait d'ailleurs remporté plusieurs prix en tant qu'auteur réputé de livres de vulgarisation scientifique à l'intention des enfants.

J'ai accepté la proposition de Milly et notre aventure horticole a démarré ainsi. Nous n'avons pas hésité à silloner New York en tous sens, en quête d'épiceries exotiques proposant des fruits et légumes inconnus. Notre tactique était très simple : nous choisissions un quartier emblématique d'une partie du monde et explorions ses marchés, en quête de végétaux hors du commun. Nous avons couvert un territoire immense, des magasins latinos du West Side et du Bronx aux épiceries indiennes de Lexington Avenue, des marchés de Chinatown et de Little Italy au Queens et à son ambiance plus méditerranéenne.

Presque toujours, nous avons trouvé des produits nouveaux et différents. Chacune de nous en achetait deux : un à manger, l'autre à cultiver. Ensuite, nous déjeunions dans un restaurant du coin. Certaines de nos aventures, de nos « haltes-noyaux », furent très drôles, d'autres un peu terrifiantes. Milly prenait chaque herbe, fruit ou légume, l'observait avec soin et recherchait des indices dans les racines, les parties molles, les yeux et les pousses ou une chair ferme. Inutile de dire que les marchands n'étaient pas ravis. Nous avons sans doute été maudites dans toutes les langues.

Au cours d'une incursion avec l'un de mes enfants, un jour, j'ai repéré un cageot contenant les tubercules les plus étranges que j'âe jamais vus : ovales, noirs et aussi fermes que des pommes de terre. Fidèle à notre mode d'achat, j'en ai pris deux pour moi-même et deux pour Milly. En sortant du magasin, j'ai entendu l'éternel « Ça ne

*poussera pas, Madame ! », que je devais connaître en cinq ou six langues. Sans me laisser démonter, je suis passée au bureau de Milly et ai déposé mes magnifiques tubercules. Plus tard, dans la soirée, Milly m'a appelée et, en s'étranglant de rire, m'a expliqué que j'avais acheté des œufs d'oie en saumure. Conclusion : tout le monde peut se tromper, le ridicule ne tue pas et certaines de nos plus belles trouvailles provenaient de ce quartier asiatique.*

*Nous avons continué à nous voir après la publication de ce livre, pour partager notre passion pour les plantes, la bonne cuisine et les gens, jusqu'à la mort de Milly, en 1987. Quand je vérifie les informations sur les noyaux dans ce livre, je ne cesse d'entendre sa voix.*

*Bien des choses ont changé depuis la première publication de cet ouvrage\*. Des plantes que nous considérions comme exotiques – les kiwis, les mangues et les papayes – sont en vente toute l'année à peu près partout. Au cours des années 1980 et 1990, les magasins se sont ouverts à une foule de fruits et légumes exotiques : le nauséabond durian thaï, le fruit phallique du Monstera délicieux (un philodendron) et le rambutan, qui ressemble à une anémone de mer. C'était une époque merveilleuse pour les « cultivatrices de noyaux » – jusqu'au jour où des fraises importées du Guatemala ont failli tuer toute une famille. Les autorités américaines n'ont rien trouvé de mieux, en réaction, que d'irradier tous les fruits et légumes importés. L'ionisation modifie l'ADN des végétaux et les stérilise. En Europe, où l'ionisation concerne un nombre restreint de produits, l'étiquette doit signaler le traitement, une obligation que contournent souvent les importateurs. Inutile de planter un noyau d'un fruit irradié, stérilisé, qui ne donnera rien.*

*Lorsque je donne une conférence sur les noyaux, j'apporte toujours un grand saladier rempli de fruits et légumes variés. J'explique à mes auditeurs qu'il contient des annuelles, des vivaces, des arbres, des arbustes et des lianes qui ne demandent qu'à pousser ! Lisez ce livre, il vous réserve de merveilleuses surprises. Partez en quête de noyaux avec un(e) ami(e) et souvenez-vous qu'il faut tout acheter en double : un pour cultiver, un pour savourer.*

\* 1977 : première édition aux États-Unis



CHAPITRE

1

# L'essentiel des techniques de jardinage

**N**ous allons faire un petit voyage qui sera aussi bien horticole que gastronomique. Dans ce livre, vous apprendrez à cultiver des plantes à partir de graines, de noyaux et de racines que vous jetez d'habitude. J'espère aussi qu'il vous donnera envie de chercher des fruits et légumes en dehors des sentiers battus. Regardez sur les marchés près de chez vous, mais aussi dans les épiceries orientales et africaines. Je vous indiquerai où et quand trouver certaines de ces plantes étranges. Je ne le précise pas quand ces plantes aromatiques, ces fruits et ces légumes sont en vente toute l'année un peu partout.

Tous les fruits et légumes non traités ou presque ne demandent qu'à devenir de superbes plantes d'intérieur. Les unes sont vivaces (leur cycle se poursuit d'année en année), les autres annuelles (elles ne vivent qu'un an) ou bisannuelles (elles meurent la deuxième année). Suivre le développement de cette végétation est un émerveillement.

# *Les besoins des plantes*

**A**voir « la main verte », ça ne veut rien dire. Les plantes poussent bien si vous tenez compte de leurs envies et leur donnez la lumière, l'eau, les engrains, les pots et les substrats – eau, terreau ou substitut de tourbe – qui leur conviennent.

Le secret de la réussite, pour un jardinier, c'est de reproduire les conditions naturelles de l'habitat de la plante.

Certaines, par exemple la mangue et l'amande, ne germent et ne fleurissent que dans un contexte particulier. Un noyau de mangue qui tombe à terre atterrit sur un sol chaud et humide. Il germe dès que la chair qui l'enrobe a fini de pourrir.

Le manguier a besoin d'un environnement chaud, humide et ensoleillé, et il boit beaucoup, toute l'année. Un amandier perd ses feuilles à l'automne, signe de repos végétatif, et il lui faut 3 à 4 mois de températures autour de 5 °C. L'amande tombe aussi en automne, juste avant un hiver vif et froid. Elle va rester dans sa coque protectrice jusqu'au printemps, à attendre des conditions plus favorables. Pour réussir avec les manguiers et les amandiers, vous devez vous renseigner sur leur milieu naturel et sur ce qu'il révèle de leurs exigences. Si vous n'avez jamais cultivé de plantes ou estimez nécessaire de vous rafraîchir la mémoire, voici quelques notions essentielles de jardinage.

## **LA BONNE LUMIÈRE**

Les plantes ont cette faculté fabuleuse de produire leur nourriture. Elles le font par le biais de la photosynthèse, en associant la lumière solaire, le dioxyde de carbone et l'eau, pour les transformer en sucres et en amidons. Regardez une betterave. Elle est pleine d'amidons, d'eau et de sucre – tous les aliments utiles à sa croissance.

Pour se développer, la plante tire parti de la lumière solaire et transforme ces sucres et ces amidons en nutriments. C'est assez miraculeux.

Les plantes n'ont pas toutes besoin de la même luminosité. S'il leur faut plus de lumière, elles vous le montrent : elles deviennent pâlichonnes et leurs tiges s'allongent. En revanche, trop de soleil brûle les feuilles ou les fait jaunir, même si la plante est bien nourrie.

En général, ce problème ne se pose pas pour les plantes d'intérieur. Étudiez l'exposition au soleil chez vous. Une orientation à l'est fait entrer une lumière matinale et froide.

Plein sud, vous aurez beaucoup d'heures de soleil, mais risquez une forte chaleur.

Si vos fenêtres donnent à l'ouest, les rayons obliques de la fin d'après-midi ne sont pas si intenses. Les artistes apprécient le côté nord, pour sa lumière régulière, qui est par ailleurs la moins forte. Chacune de ces expositions est parfaite pour un ou plusieurs types de plantes.

En ville, les immeubles voisins font plus ou moins écran à la lumière. Quand nous avons fait connaissance, Milly et moi habitions en plein New York et nous cultivions nos plantes à l'intérieur, sous des lampes spéciales. Vous en trouverez dans les jardineries, mais aussi sur Internet ou dans les catalogues. Elles se composent de deux ou quatre tubes fluorescents qui reproduisent les rayons ultraviolettes de la lumière solaire. Comme

elles sont parfois un peu chères, vous pouvez les monter vous-même avec des tubes et des fixations en vente dans toute bonne surface de bricolage. Associez des ampoules blanches, chaudes et froides.

Nous avons installé nos éclairages sur les étagères vides des bibliothèques et des placards et les avons trouvés aussi efficaces que ceux du commerce.



## LES PRINCIPES DE L'ARROSAGE

Sans eau, la plante s'affaisse et flétrit. Trop d'eau, et les racines sont privées de l'air qui les empêche de pourrir. L'astuce consiste à maintenir une humidité régulière mais jamais excessive. Il est impossible de donner des règles générales pour toutes les plantes, mais commencez à les arroser quand la surface du terreau n'est plus sombre et humide, mais plus claire, signe de déshydratation. Ne vous contentez pas de vaporiser un peu d'eau. Arrosez généreusement, jusqu'à ce que l'eau ressorte par le fond du pot ou de la jardinière. Ensuite, attendez pour arroser que

le terreau paraisse sec. Utilisez de préférence de l'eau à température ambiante.

L'eau rentre par les racines et remonte dans les tiges, puis les feuilles, dont les pores servent à l'évaporation. Cette transpiration végétale incite la plante à puiser davantage d'eau dans ses racines. L'importance de la transpiration dépend de l'épaisseur de ses feuilles. Les espèces au feuillage fin et délicat, comme le tamarinier, perdent vite leurs réserves d'eau. Il faut donc surveiller de près leur substrat. Des végétaux au feuillage plus épais, comme les avocatiers, perdent moins d'eau par transpiration.

On peut retenir deux grands principes : les plantes installées dans un endroit frais et humide se dessèchent moins vite que leurs consœurs au chaud et au sec. Dans un petit pot, la terre sèche plus vite que dans une grande jardinière.

Pour lutter contre l'air sec, chez vous, vous avez plusieurs solutions. Vaporisez les feuilles des plantes ou regroupez-les sur des plateaux garnis de gravier. Recouvrez les cailloux d'eau et ne laissez pas baisser le niveau. L'évaporation de l'eau dans

le plateau, en raison de son importante surface, humidifiera l'air.

Observez le stade de développement de la plante. Si elle est en train de grandir, de s'allonger et de se couvrir de feuilles ou de fleurs, elle aura besoin de plus d'eau qu'une plante ayant cessé de pousser. Souvent, l'hiver est une période de repos. Les besoins en eau sont alors très inférieurs à ceux des épisodes d'intense activité végétale, comme le printemps. Bien sûr, vérifier régulièrement l'humidité du terreau est l'une des clés du succès.



## LE TERREAU

Les jardineries et les supermarchés proposent tout un éventail de terreaux qui répondent aux exigences de plantes particulières. Pour celles présentées dans ce livre, choisissez un mélange universel de très bonne qualité. Ces produits vendus en sacs sont stériles, donc sans risques de maladies et sans graines de mauvaises herbes.

En pleine terre, les plantes bénéficient d'une quantité de matière organique qui leur permet de se nourrir de leur mélange de lumière, de dioxyde de carbone et d'eau, mais aussi des substances minérales présentes dans un sol fertile. Les plus importantes sont l'azote, le phosphore et le potassium. Les feuilles et les tiges doivent

leur croissance et leur couleur verte à l'azote. Quant au phosphore, il favorise les fleurs, les fruits et les graines. Le potassium rend les tiges plus solides et assure une végétation vigoureuse et touffue. En revanche, dans un pot ou une jardinière, les plantes ont besoin d'aide pour obtenir ces éléments. Les mélanges à base de substitut de tourbe et de perlite étant très peu nourrissants, vous devez fournir les nutriments nécessaires. Il existe des terreaux contenant des engrais à diffusion lente ou enrichis avec du compost et des amendements organiques. Dans les deux cas, un jour ou l'autre, la plante aura tout absorbé

et vous devrez la rempoter dans du terreau neuf. Sinon, donnez-lui un engrais liquide régulièrement, en suivant les conseils du fabricant.

Soyez raisonnable dans vos distributions d'engrais liquide ! Tout excès pourrait brûler les racines et les feuilles, ce qui serait fatal à votre protégée. C'est ce qui arrive souvent en hiver, période d'inaction pour les végétaux, où ils n'ont pas besoin d'engrais. Il vaut mieux, dans ce cas, se retenir et attendre les premiers signes de repousse au printemps. Reprenez les distributions d'engrais à petite dose, pour les plantes en pleine croissance, puis augmentez selon la demande.

#### LE SECRET DU SAC DE SPHAIGNE

**M**illy et moi, au début, ne savions pas le moins du monde dans quel sens faire pousser un gros noyau de mangue ou une racine de taro. Nous voulions aussi leur procurer un milieu chaud et humide, pour leur rappeler leur environnement naturel. C'est ainsi que nous avons eu l'idée du sac de sphaigne. Il sert à des tubercules comme le malanga, à de grosses graines comme celles de la quenette et à des racines tel le taro.

Remplissez un sac en plastique de 1 litre et pouvant se fermer de sphaigne à fibres longues, à peine humide. La mousse doit avoir la consistance d'une pâte à tarte crue et ne pas goutter quand vous en serrez une poignée. Presque toutes les jardineries vendent de la sphaigne à fibres longues. Placez la graine dans le sac, bien au milieu de la mousse. Fermez le sac et placez-le dans un endroit chaud et obscur. Vérifiez plusieurs fois

par semaine qu'il n'y a ni taches molles sur le tubercule ou la racine, ni moisissure sur la graine. Si la mousse est trop sèche, arrosez, si elle est trop humide, laissez le sac ouvert une journée. Quand vous rempotez des graines ou des tubercules ayant levé dans un sac de sphaigne, vous devrez les endurcir (voir Acclimater les jeunes plantes, p. 18).



# *Les débuts d'une plante*

Pour produire de nouvelles plantes, vous pouvez utiliser différentes parties de la plante mère : racines, tubercules, bulbes, graines ou tiges. Les méthodes de culture varient de l'une à l'autre. Faites démarrer les gros tubercules et les graines, ainsi que les bulbes dans de l'eau, du terreau, sur du gravier ou dans un sac de sphagnum. Et vous sèmez les petites graines dans du terreau et des pastilles de fibre de coco. Souvent, après la germination, vous rempoterez les jeunes plants dans des pots garnis de terreau. Cependant, certains préfèrent des graviers entourés d'eau. La partie « Mode de culture » des articles sur les plantes vous renverra de temps en temps au présent chapitre.

## **COMMENT FAIRE DÉMARRER UNE PLANTE DANS L'EAU**

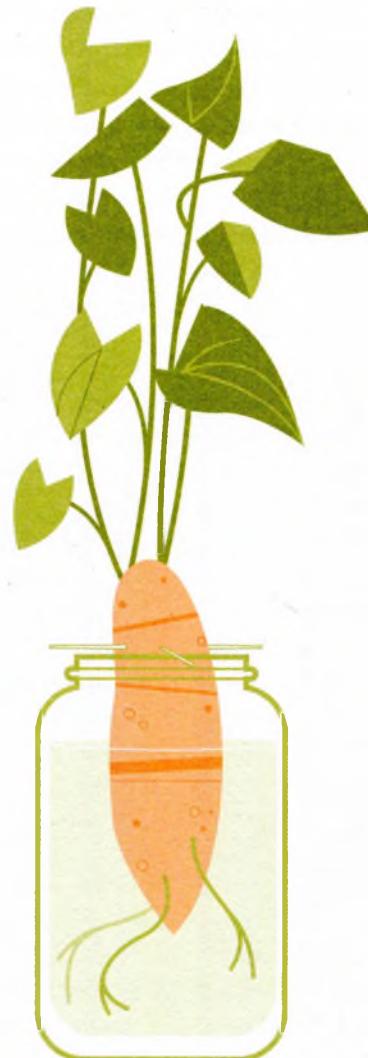
Vous pouvez faire démarrer dans l'eau de gros tubercules, noyaux et racines, comme les patates douces, le daikon, la sagittaire nageante et la châtaigne d'eau. Pour les faire tenir dans l'eau, percez la chair ou le noyau avec des brochettes en bambou.

(Les piques à cocktail ne sont pas assez solides pour les retenir après le démarrage de la végétation.)

Dès que les racines font 10 cm, le moment est venu de les installer dans un pot avec du terreau. Maniez avec délicatesse les racines, qui sont très fragiles.

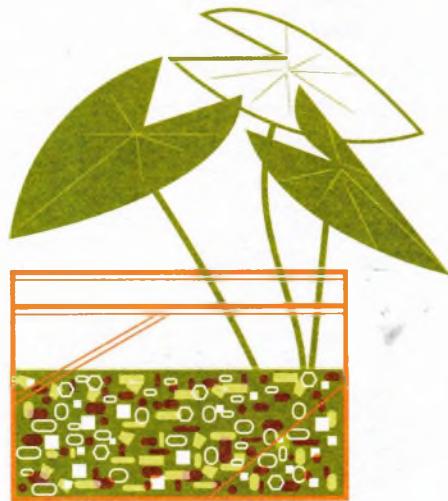
La sagittaire nageante et la châtaigne d'eau flottent volontiers sur l'eau tant que

leurs racines ont moins de 10 cm. Pensez au charbon de bois. Utilisez une part de « charbon végétal activé » pour quatre d'eau, pour l'adoucir. Il est en vente dans les jardineries et les animaleries.



## UN BON DÉPART DANS LE GRAVIER

Cette méthode facile est conseillée pour les légumes-racines telles les carottes, pour les tubercules comme la sagittaire nageante et les bulbes tels que l'ail. Choisissez un bac étanche, assez grand pour le légume ou le groupe que vous souhaitez y installer. Remplissez-le aux deux tiers de graviers blancs propres (en vente dans les jardineries). Placez les racines sur les graviers et rajoutez-en. Un tiers de la plante doit être visible au-dessus des graviers. Recouvrez les graviers d'eau et ne laissez pas baisser le niveau.



## FAIRE LEVER DES PLANTES DANS DU TERREAU

La plupart des légumes-racines peuvent démarrer dans du terreau. Achetez des légumes frais et fermes et ôtez toutes les feuilles de la racine, sans abîmer la racine. Trouvez un pot ou un bac assez grand pour la ou les racines et remplissez-le aux deux tiers de terreau de rempotage humide. Déployez les racines sur le terreau et rajoutez-en. La racine doit dépasser d'un tiers le terreau. Arrosez abondamment si la surface du terreau vous paraît sèche (voir *Les principes de l'arrosage*, p. 11).



## TOUT SUR LES SEMIS

Pour semer de petites graines, remplissez un pot ou un bac (voir p. 12) de terreau pour semis humide, jusqu'à 2,5 m du haut. Répartissez-les régulièrement et recouvrez d'un peu de terreau. En règle générale, on les recouvre de deux fois leur épaisseur

de terre : une graine épaisse de 5 mm aura droit à 1 cm de terreau, par exemple. Vous enfoncez avec les doigts les graines fines comme de la poussière. Couvrez le pot ou le bac de film alimentaire et placez-le au chaud, jusqu'à la levée. (La plupart des graines se passent de lumière pour germer.)

## NETTOYER LES GRAINES

**L**es graines de fruits et légumes tels que les papayes, les grenades et les momordiques sont entourées d'un arille, une excroissance charnue. Il faut en extraire la graine pour la semer ou la garder. Sinon, l'arille pourrit et attire des insectes. Prenez une cuillerée de graines et répartissez-les sur une double épaisseur de papier absorbant. Aplatissez doucement les arilles. Quand les graines germent, posez-les sur un torchon propre, pour les faire sécher. Semez-les tout de suite ou rangez-les dans un récipient étanche. Il n'est pas toujours facile de nettoyer les graines sur du papier absorbant, si elles sont

trop petites ou collantes, ce qui est le cas de celles du tamarillo, de la figue et de la goyave. Vous devrez les faire fermenter. Retirez le plus de chair possible, placez-les dans un petit récipient avec de l'eau et faites-les tremper 2 jours. Ce qui reste de chair va remonter à la surface. Égouttez les graines et frottez-les sur du papier absorbant. Vous pouvez les semer sur-le-champ ou les sécher et les conserver plusieurs mois dans un récipient hermétique. Un rinçage en douceur suffit pour les graines d'agrumes, de cherimoya et de loquat. Vous pouvez en semer quelques-unes aussitôt et attendre pour le reste.

## Les récipients

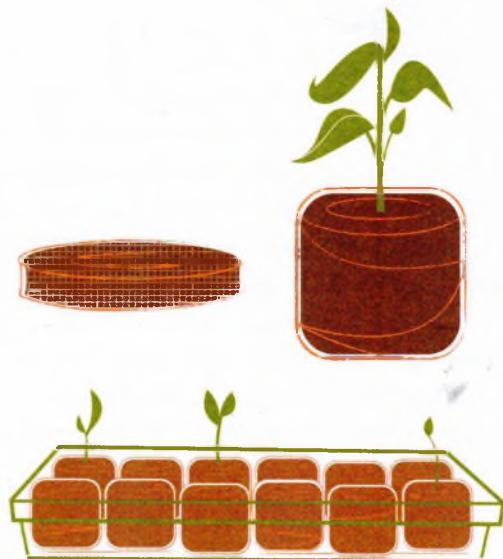
Je me fournis très volontiers chez les traiteurs, qui vendent leurs soupes, plats et salades dans des pots et des barquettes en plastique de toutes les tailles. Je les garnis de sphaigne et les convertis en plateaux à semis. Les barquettes avec un couvercle transparent sont mes préférées. Le couvercle garde l'humidité pour les jeunes plants et, ensuite, on le soulève progressivement pour les endurcir (voir *Acclimater les jeunes plantes*, p. 18).



### Les pastilles

Vous pouvez aussi semer les petites graines dans des pastilles compressées en fibre de coco. Elles sont en vente sur Internet, sur catalogue, dans les jardineries et réunissent les fonctions du pot et du substrat. Sèches, elles ressemblent à des palets bretons mais, si vous les mouillez, elles gonflent et se transforment en godets de 6 cm. Placez une pastille dans 10 cl d'eau et laissez-la gonfler 5 minutes. Elles sont particulièrement efficaces pour les racines pivots fragiles, comme celles des papayes et des dattiers.

Pour semer dans une pastille, grattez un peu le haut, insérez la ou les graine(s) et recouvrez avec ce que vous venez d'enlever. Remplissez un plateau de pastilles. Versez de l'eau quand elles semblent sèches. Recouvrez de film alimentaire pour garder l'humidité et installez le tout à la lumière, mais pas en plein soleil.



### LE FROID A PARFOIS DU BON

**P**our germer, les graines des fruits des zones froides et tempérées ont besoin d'un semblant d'hiver. Les châtaignes, les amandes et les kiwis, entre autres, apprécient un coup de froid. La stratification, qui consiste à exposer les graines au froid, fait croire à la plante qu'elle est dans son habitat d'origine, en hiver. Ensuite, elle ne demandera qu'à sortir de son repos végétatif.

Pour procéder à cette opération, remplissez à moitié un pot en plastique de sphagnum humide, semez, recouvrez de film alimentaire et placez-le au réfrigérateur. Vérifiez une fois par semaine si la sphagnum est encore humide. Au bout de 6 à 8 semaines, sortez le pot du réfrigérateur et placez-le au chaud. N'enlevez pas le film alimentaire. La germination devrait se produire dans les 3 semaines.

# *Les soins à prodiguer aux jeunes plantes*

**A**pprenez à soigner vos plantes si vous voulez qu'elles prospèrent. Les plantes tropicales aiment avoir les pieds au chaud, toutes ont besoin d'un temps pour s'acclimater aux conditions extérieures et il faut rempoter les plants dès qu'ils sont établis.

## **Les pieds au chaud**

Les dattes, les papayes, les grenades et bien d'autres viennent de pays tropicaux. Leurs graines germent plus vite si vous leur procurez une chaleur ascendante. La solution se trouve dans les jardineries, sous la forme de nappes chauffantes horticoles qu'on place sous des plateaux ou des pots étanches. Il existe aussi des mini-serres chauffantes. Lisez le mode d'emploi. La température du sol doit se situer entre 21 et 27 °C. Une lampe de culture procure juste la bonne chaleur.

## **Acclimater les jeunes plantes**

Après la levée, vous devrez retirer le film alimentaire qui les protège, mais progressivement. C'est ce qu'on appelle le « durcissement ». L'air sous le film est bien plus humide que celui d'un intérieur, où règnent souvent des conditions quasi désertiques. Pour faciliter la transition, commencez par perforez le film et ôtez-le au bout de 1 semaine.

## **Le repiquage**

Quand les plants ont deux paires de feuilles, ils sont prêts pour le transfert dans un pot

ou une jardinière. Si vous servez de gobelets en plastique, perforez d'abord le fond, pour laisser l'eau s'écouler. Pour cela, faites chauffer une petite brochette à la flamme du gaz, puis enfoncez-la avec délicatesse au fond du gobelet. Faites plusieurs trous dans chaque gobelet.

Repiquer de jeunes plants est une tâche délicate. Remplissez le pot de terreau humide jusqu'à 2,5 cm du bord. Faites un trou assez grand pour loger les racines. Démêlez la sphaigne autour du plant et soulevez-le avec une cuiller. Tenez-le par une feuille (il mourra si vous cassez la tige, mais il pourra toujours refaire une feuille) et posez-le en douceur dans le trou. Recouvrez les racines de terreau, en faisant attention à ne pas couvrir la tige.

## **Quand faut-il rempoter ?**

Choisissez des pots juste assez grands pour laisser vos plantes se développer jusqu'au moment où les racines les remplissent. Pour vous repérer, le diamètre du pot doit être supérieur de 2,5 cm à celui du collet ou du tubercule. Si elles ont trop de place,



et donc trop de terreau, les racines de la jeune plante risquent de souffrir d'humidité excessive, ce qui peut les rendre malades. Les plantes n'ont pas toutes besoin de se sentir à l'étroit mais, par précaution, mieux vaut augmenter peu à peu leur espace vital. Elles peuvent rester longtemps dans des petits pots avant que leur développement n'en souffre. Cependant, quand la plante devient trop grosse pour son pot, vous devez la rempoter. En effet, quand les racines n'ont plus de place, elles s'enroulent et finissent par étrangler la plante. Si vous constatez que vous devez arroser tous les jours, peut-être est-il temps de songer à rempoter l'assoiffée. Pour vérifier si vous devez rempoter une plante, arrosez-la et, en tenant la tige, retournez le pot. Tapez le bord contre une surface dure, pour faire glisser la motte. Si les racines remplissent tout, au point que vous ne pouvez plus retirer de terreau de la surface, il est temps de rempoter. Prenez un pot d'un diamètre supérieur de 2,5 cm. Placez un bout de journal au fond, pour retenir la terre mais laisser l'eau s'écouler. Versez 2,5 cm de terre (neuve) au fond du pot et posez la plante dessus. Remplissez les côtés de terre et tapotez les parois pour la faire descendre. Appuyez avec les doigts autour de la tige. Rajoutez de la terre, si nécessaire, pour qu'elle soit à 2,5 cm du bord – ce qui laisse une bonne marge pour les arrosages.

### L'été au soleil

En été, sortez vos plantes – rien ne leur fait plus de bien. Elles auront l'impression de

retrouver leur habitat naturel avec cet air frais, la brise, le soleil chaud et l'eau de pluie. Il est faux de croire que les insectes vont les envahir. C'est même le contraire. Une nuit d'été, Milly et moi avions sorti un laurier chétif, couvert de cochenilles farineuses. Le lendemain, il avait été nettoyé et deux coccinelles bien dodues se prélassaient sur ses feuilles.

Pour éviter les chocs thermiques et leur assurer une transition naturelle de l'extérieur à l'intérieur, sortez vos plantes quand la température est la même dedans et dehors. Placez-les à un endroit bénéficiant du soleil juste le matin ou en fin d'après-midi, au début. Elles auront ainsi le temps de s'adapter à la lumière. Ensuite, vous pourrez les installer dans un coin plus ensoleillé.

Entre la lumière tamisée d'un intérieur et le plein soleil, le contraste n'est pas négligeable. Vos plantes auront besoin d'un peu de protection pour que les feuilles ne brûlent pas. Veillez à ce qu'elles aient assez d'humidité et l'ombre qui leur convient.

Je laisse les plantes dehors jusqu'au début du mois d'octobre ou quand j'allume le chauffage pour l'hiver. Après un séjour en plein air, elles sont bien développées, plus fournies et en meilleure santé. Si les ravageurs disparaissent en général quand vous les installez dehors, ils reviennent dès que vous les rentrez. Pour empêcher l'infestation de se propager, taillez les sujets que vous aviez sortis et prenez des mesures contre les envahisseurs. C'est le bon moment pour inspecter les racines et rempoter au besoin.

# *Les ravageurs et comment s'en défaire*

**V**oici un petit récapitulatif des hôtes indésirables les plus fréquents, et quelques conseils pour s'en débarrasser. La prévention reste la meilleure méthode. Un terreau stérile, des pots propres, des tubercules, des noyaux et des graines bien nettoyés, une bonne aération et assez de place diminuent les risques d'infestation.

## **Les pucerons**

### *Description*

Ces petits insectes qui sucent la sève forment des colonies importantes sur les jeunes tiges, les feuilles ou les fleurs. Vous en verrez vraiment de toutes les couleurs (noirs, rouges, verts, jaunes, roses, bruns, blancs...)

et ils sont à peine plus gros qu'une tête d'épingle.

**Traitements** Le plus efficace est de vaporiser une solution d'alcool (un tiers d'alcool pour deux tiers d'eau), avec une goutte de savon liquide. En été, sortez la plante et les coccinelles feront le ménage.

Si ces méthodes ne suffisent pas, je conseille de jeter le sujet atteint. L'infestation est trop grave et vous devez protéger les autres plantes. Le planticide n'est pas un crime.



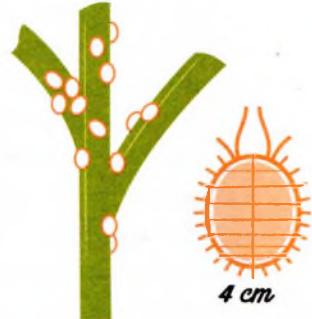
## **Les cochenilles farineuses**

### *Description*

Vous remarquez à l'aisselle des feuilles (entre la tige et le pétiole) des petits points blancs et duveteux très, très nombreux.

**Traitements** Faites tomber les cochenilles

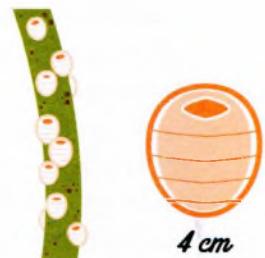
avec un Coton-Tige imbibé d'une solution d'alcool (un tiers d'alcool pour deux tiers d'eau), avec une goutte de savon liquide comme agent humidifiant. Posez le Coton-Tige sur la peluche, qui disparaît aussitôt pour laisser place à un petit insecte rond. Faites-le tomber avec le bout du Coton-Tige. Ou, pour les coins difficiles à atteindre, remplissez un vaporisateur de la même solution. Recommencez tous les 2 jours pour être sûr d'en débarrasser la plante.



## **Les cochenilles**

**Description** Ces petits disques bruns et durs, deux fois gros comme une tête d'épingle, se fixent sous les feuilles, le long des tiges et des branches.

**Traitements** Ce sont de méchants insectes suceurs. Les éliminer n'a rien d'agréable : vous devez les pincer fort pour les tuer.



Je les décolle avec un Coton-Tige imbibé d'alcool à brûler et les fais tomber sur une surface dure. Il faut recommencer quelques jours plus tard. Vous serez étonné d'en avoir raté autant.

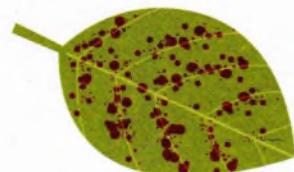
Une fois la plante nettoyée, utilisez de l'huile blanche (assez semblable à l'huile de dormance utilisée pour les sujets vivant à l'extérieur) pour empêcher les cochenilles de revenir. Suivez le mode d'emploi et vaporisez entièrement la plante. Je fais ce traitement deux fois par an, au printemps et en automne.

### Fumagine

#### Description

C'est une maladie cryptogamique.

Un champignon noir et huileux s'étale sur les feuilles.



**Traitements** Un peu de savon dilué dans de l'eau le fait partir facilement. La fumagine résulte souvent d'une mauvaise aération et d'un manque de place. Aérez et espaces vos plantes pour éviter qu'elle ne revienne.

### Acariens

#### Description

Ces affreux insectes sont à peine visibles à l'œil nu, mais on aperçoit leurs toiles sous les feuilles.

#### Traitements

Là, je fais preuve d'imagination. Quand il fait moins de 5 °C,



je vaporise de l'eau sur les plantes infestées, de tous les côtés, puis je les sors et les laisse dehors quelques heures.

Les acariens s'empressent d'aller voir ailleurs.

### Aleurode

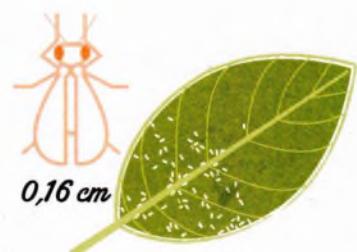
#### Description

Si un nuage de petites mouches blanches s'envole à votre passage, ce sont des

aleurodes. Ils logent en général sous les feuilles.

**Traitements** Les aleurodes ou mouches blanches peuvent rapidement infester les autres plantes. Isolez les victimes et nettoyez-les avec une solution à l'alcool (un tiers d'alcool pour deux tiers d'eau), avec une goutte de savon liquide.

Ces insectes ne vivent que quelques jours. Quand la plante vous paraît propre, lavez-la au savon et à l'eau plusieurs jours de suite, pour éliminer les œufs. Dans les jardineries, vous trouverez des bandes gluantes jaunes, une couleur qui attire les adultes. Placez-les près du pot ou dedans pour attraper les derniers aleurodes.





**CHAPITRE****2**

# De jolies plantes avec les légumes de tous les jours

**D**epuis que Milly et moi décorons nos intérieurs de racines comme les betteraves et les navets, je ne les vois plus juste comme des légumes. Elles décorent la maison et, quand j'en achète, ce n'est pas seulement pour le dîner, mais aussi comme centre de table.

Ces légumes que vous plantez ou semez vous réservent bien des surprises : les navets et les radis fleurissent. Les petites fleurs violettes des patates douces ressemblent à des ipomées. Les feuilles des patates douces à chair blanche sont gaufrées et leurs fleurs blanches à violettes. Un panier suspendu de pois chiches est charmant. Fécondées à la main, les fleurs des courges produiront de petits fruits. Une remarque : tous les légumes secs poussent, sauf les pois cassés. Essayez-les tous.

Bien des plantes présentées dans ce chapitre ne durent que quelques mois, mais elles sont magnifiques et méritent un essai.

# Ail, oignon et échalote

Allium spp., Aliacées



TYPE : Bulbes vivaces

CROISSANCE : Rapide



**L**e bourgeon à l'intérieur d'un bulbe d'*Allium* émet de longues feuilles vertes et brillantes. Ce sont toutes des plantes très amusantes à cultiver. Milly avait le secret d'une composition ravissante avec 5 types d'oignons et je ne donne jamais une conférence sans une gousse d'ail germée dans un plateau pour bonsaïs.



Jeune pousse d'ail.

MÉTHODE : Terreau ou graviers

LUMIÈRE : Plein soleil

## Origine

Les aliacées sont connues depuis l'aube de l'humanité. Pour les Égyptiens, qui voyaient l'enfer, la terre et le paradis dans des cercles concentriques, elles symbolisaient l'univers.

L'ail a toujours eu la réputation de guérir des tas de maux, de faciliter la digestion, de faire baisser l'hypertension et de soulager les bronchites.

Les oignons contiennent des substances antiseptiques et anti-inflammatoires.



## MODE DE CULTURE

Choisissez un bol haut de 8 à 10 cm (un bol de soupe chinois est parfait). Vous pouvez cultiver les oignons sur du gravier ou dans du terreau (voir *Un bon départ dans le gravier* et *Faire lever des plantes dans du terreau*, p. 15). Installez votre plantation en pleine lumière. Les racines sortiront en premier,

suivies d'une pousse verte en haut du bulbe. Transformez ce potager miniature en centre de table pour que vos invités puissent goûter aux feuilles vertes et découvrir les nuances subtiles des pousses d'oignon, d'ail et d'échalote.

Vous pouvez aussi cultiver de l'ail et des échalotes pour cuisiner. Prélevez les caïeux et plantez-les sous 2,5 cm de terre, dans un bac ou un pot. Espacez-les de 12,5 cm. Placez le pot dans un coin au soleil et donnez de l'engrais tous les 15 jours. Chaque caïeu donnera un bulbe entier composé de jeunes goussettes.



Jeune pousse d'oignon.



Bulbes d'échalotes.

# Betterave

*Beta vulgaris*, Chénopodiacées



TYPE : Racine bisannuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Terreau ou graviers

LUMIÈRE : Faible luminosité

Les betteraves ont un superbe feuillage vert, mis en valeur par de gros pétioles rouges. Les feuilles font 15 à 18 cm.

## MODE DE CULTURE

N'achetez que des betteraves fermes et fraîches, avec de minuscules feuilles sur le collet. Remplissez aux deux tiers une soupière ou un saladier de terreau humide. Retirez toutes les feuilles des betteraves, sans entamer la chair. Placez-les sur le terreau, en appuyant doucement et en laissant les deux tiers de la racine à l'air. Rajoutez du terreau autour des betteraves et arrosez bien.



Betteraves au potager.

Vous pouvez aussi les cultiver sur du gravier (voir *Un bon départ dans le gravier*, p. 15).

Les feuilles et les tiges sortent au bout de 5 jours. Dès l'apparition du feuillage, ce jardin miniature mérite d'occuper le centre de la table, surtout en hiver, à Noël. Les pétioles rouge foncé et les feuilles d'un vert brillant sont en effet des couleurs très festives.

Les feuilles se fanent au bout de 2 à 3 semaines, mais ne jetez pas les betteraves. Ce sont des bisannuelles, à qui il faut 2 ans entre la graine et la fleur. Les racines que vous achetez se forment sous terre la première année. Laissez-les en terre une autre année et les plantes porteront des fleurs et des graines. Si vous plantez une betterave dans un pot, son développement naturel saute une étape et, avec un peu de chance, vous aurez droit à une hampe florale mauve.

## Origine

Pourtour méditerranéen. L'ancêtre de la betterave, *Beta vulgaris* var. *maritima*, est une plante tapissante du littoral. Aujourd'hui encore, elle pousse en Europe, sur les rives de la Méditerranée. Ses racines dures, minces et ligneuses n'ont rien à voir avec les raves charnues issues de siècles de culture.

# Carotte

*Daucus carota*, Apiacées



TYPE : Racine bisannuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Sur du graviers

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**e feuillage vert tendre et vaporeux des carottes est charmant.

## MODE DE CULTURE

Coupez le sommet de plusieurs carottes sur 5 cm. Choisissez un saladier ou un plat creux et reportez-vous à *Un bon départ dans le gravier*, p. 15. Une fois les fanes sorties, la plante ne vit plus très longtemps (3 à 6 semaines). Mais elle est si facile à cultiver que vous pouvez en planter à chaque fois que vous en cuisinez.

Vous pouvez aussi planter une carotte entière dans un pot profond, rempli de terreau. Six à huit semaines plus tard, après la sortie des feuilles, le pédoncule s'agrémenté d'une véritable dentelle de fleurs blanches.



Carottes prêtes à être récoltées.

## Origine

Asie centrale.

Dans l'Antiquité, les Grecs accordaient à la carotte des vertus aphrodisiaques. Au premier siècle de notre ère, on la cultivait pour ses vertus médicinales, comme tonifiant ou cataplasme et contre les morsures de serpent.



Fleur de carotte sauvage.

# Courgette

Beta vulgaris, Chénopodiacées



TYPE : Racine bisannuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**E**n plein air, la courge est une liane vigoureuse. À l'intérieur, elle est plus petite, avec des feuilles en cœur qui retombent sur les parois du pot. Ses grandes fleurs jaunes, qui apparaissent dans les 3 à 6 semaines, sont comestibles.

## MODE DE CULTURE

Retirez les graines de la courge et grattez la chair. Plantez-les immédiatement ou faites-les sécher complètement et réservez-les pour plus tard. Ces grosses lianes n'aimant pas être repiquées, faites-les démarrer dans des pastilles de coco.



Semis de courgettes dans des pots à fibres biodégradables, en attente d'être plantés.

## Origine

### Amérique du Nord et du Sud.

Les premiers explorateurs, à leur arrivée dans le Nouveau Monde, découvrirent les nombreuses variétés de courges cultivées par les Amérindiens. Les membres de la tribu des Narragansett les appelaient *askutasquash*, ce qui a donné *squash* en anglais.

Placez les pastilles sur un plateau et recouvrez le tout de film alimentaire, pour garder l'humidité. Les graines germent en moins de 1 semaine.

Dès la levée, retirez le film alimentaire et placez le plateau près d'une fenêtre au soleil. Quand les racines dépassent des pastilles, plantez-les dans du terreau. Pour chaque pastille, remplissez un pot de 15 cm aux deux tiers de terreau humide, placez la pastille et garnissez de terreau, mais en recouvrant à peine. Installez les pots au soleil, arrosez régulièrement et donnez de l'engrais toutes les semaines. Les fleurs viennent après les feuilles. Vous pouvez aussi semer des courges dans un panier suspendu de 15 cm.

La courge porte des fleurs mâles et femelles. Les premières n'ont que des étamines pleines de pollen, les secondes une boule verte – l'ovaire –, située derrière les pétales. Dehors, les abeilles assurent le transfert du pollen, des fleurs mâles vers les fleurs femelles. À la maison, vous n'aurez pas de fruits, sauf si vous vous chargez de la fécondation. Prenez un petit pinceau et posez-le sur le pollen, pour prélever des grains, et déposez-les sur la fleur femelle. Un petit fruit devrait se former au bout de 1 semaine.



Floraison de courgettes.

# Haricot

Plusieurs espèces, surtout *Phaseolus vulgaris*, Fabacées



TYPE : Annuel

CROISSANCE : Rapide

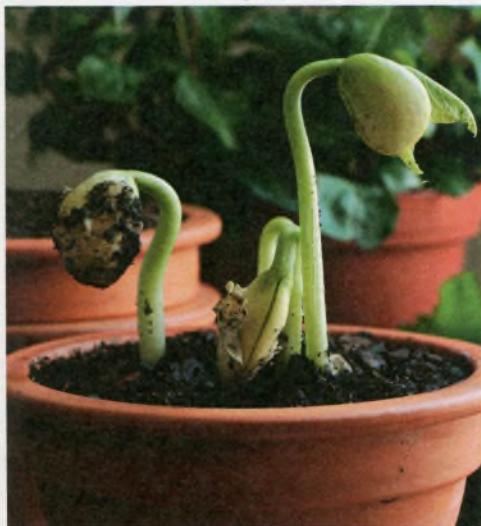
MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**es haricots nains à port buissonnant font dans les 30 cm. Leurs fleurs ont des tons pastel.

## MODE DE CULTURE

Si vous semez des haricots secs, rincez-les dans une passoire et faites-les tremper toute une nuit. Semez tout de suite les graines fraîches. Remplissez un pot de 10 cm aux deux tiers de terreau de rempotage et tassez un peu pour chasser l'air. Placez 3 graines sur le terreau, à 2,5 cm d'écart, et recouvrez de 1 cm de terreau. Maintenez une humidité constante, mais sans excès, et vos haricots devraient germer en l'espace de quelques jours.



Semis de haricots émergents dans des pots d'argile.



Haricots prêts à être récoltés.

## Origine

**Amérique du Nord.** Les premiers visiteurs européens du Nouveau Monde remarquèrent que les Amérindiens consommaient des centaines de variétés de haricots. Du nord au sud, les haricots de Lima, les haricots blancs, noirs et bicolores, à filet et une foule d'autres variétés poussaient partout en Amérique. Chaque région ou à peu près avait ses espèces, que les explorateurs ne tardèrent pas à répandre dans le monde entier.

Éliminez les plants chétifs pour ne laisser pousser que le plus vigoureux. Placez le pot près d'une fenêtre au soleil et arrosez bien. Si vous regardez votre haricot la nuit, vous aurez l'impression qu'il s'avachit. Cela n'a rien de grave, car les feuilles de haricots se ferment naturellement la nuit. Votre haricot va fleurir et, comme il est autofertile, il portera des gousses comestibles au bout de 8 semaines environ.

Bien sûr, elles seront moins grosses que celles de pieds cultivés en pleine terre. Si vous les laissez mûrir, vous pourrez semer vos propres graines.

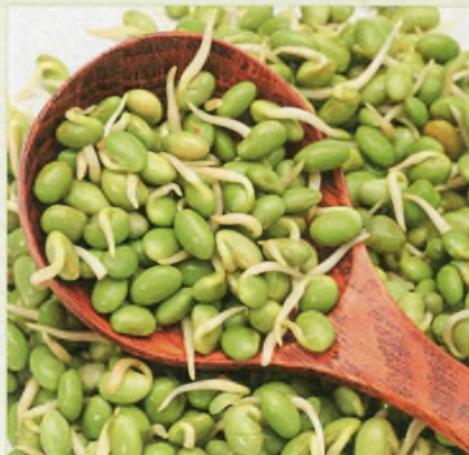


### GORUMANDS ET REJETS

**L**es haricots germent très facilement et sont délicieux sous cette forme. Leurs germes, pleins de vitamines et de substances minérales, servent dans la cuisine asiatique depuis des siècles. Essayez les haricots blancs, de Lima, de Soisson, bicolores, le soja et les haricots mungo. Pour faire germer des haricots secs, prenez-en 2 poignées et nettoyez-les sous le robinet. Faites-les tremper toute une nuit dans quatre fois leur volume d'eau tiède. Le lendemain matin, rincez-les dans une écumoire et étalez-les sur un plateau assez grand pour qu'ils aient leurs aises. Un plateau ordinaire, aux bords relevés, est le conteneur idéal. Posez du papier absorbant humide sur les grains, recouvrez d'un autre plateau et placez au chaud. Veillez à ce que le papier reste humide. Le lendemain, rincez les haricots et étalez-les de nouveau sur un plateau. Humidifiez de nouveau du papier absorbant et recouvrez-les. Rincez les graines tous les jours. (Les plus grosses germent mieux si vous les rincez deux fois par jour). Le soja et le haricot mungo peuvent passer à table dès qu'ils font 5 à 8 cm. Ils atteignent

cette taille en 4 à 5 jours. Les haricots mungo se savourent crus. Récoltez les autres gros haricots quand ils font 2,5 cm, soit au bout de 3 jours. Décortiquez les gros haricots et faites-les cuire quelques minutes avant de les savourer.

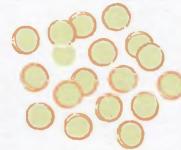
Ce n'est pas un haricot, mais essayez de faire germer du maïs de la même façon – il est sucré et fond dans la bouche.



Germes de haricots.

# Lentille

*Lens culinaris*, Fabacées



TYPE : Annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : TSemis

LUMIÈRE : Faible luminosité

**C**e très jolie plante d'une trentaine de centimètres porte de délicates feuilles gris-vert et de petites fleurs bleues.

## MODE DE CULTURE

Remplissez un pot de 10 cm aux deux tiers de terreau humide. Placez dessus 6 lentilles et recouvrez de 5 mm de terreau. Posez le pot près d'une fenêtre en pleine lumière et maintenez l'humidité. La lentille germe en quelques jours et vit plusieurs mois.



Plante de lentille.

## Origine

**Asie.** Des lentilles ont été mises au jour dans des sites préhistoriques en Asie, en Europe et dans des tombes égyptiennes de plus de 4 000 ans. Les Égyptiens leur accordaient un pouvoir spirituel, les Romains pensaient le contraire. Aujourd'hui, on en consomme dans le monde entier.



## UNE RÉSERVE DE PROTÉINES

Bourrées de protéines, les lentilles sont un pilier des régimes végétariens. Cent grammes de lentilles sèches contiennent 26 grammes de protéines.

Pendant la première guerre mondiale, les bons patriotes, aux États-Unis, mangeaient des lentilles pour laisser la viande aux boys partis se battre en Europe.

# Navet

*Brassica rapa*, Brassicacées



TYPE : Racine bisannuelle

CROISSANCE : Rapide

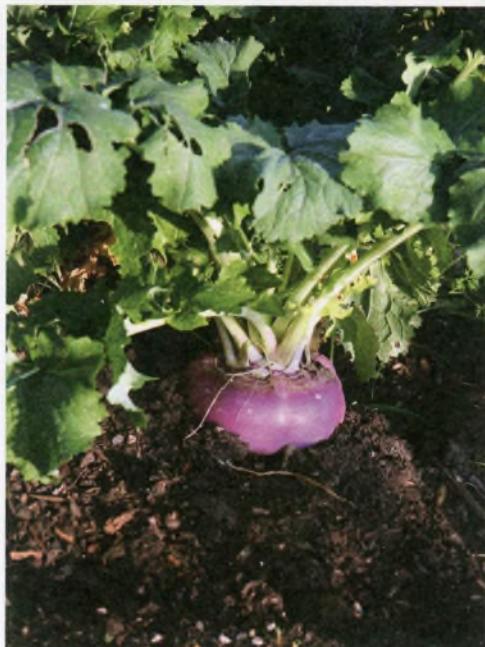
MÉTHODE : Terreau ou gravier

LUMIÈRE : Plein soleil

**N**e navet est une bisannuelle, comme la carotte et la betterave. À l'intérieur, il produit une rosette de feuilles frisées et rugueuses. S'il fleurit, ses fleurs sont petites et jaunes, assez semblables à celles de la moutarde.

## MODE DE CULTURE

Le navet pousse aussi bien sur du gravier que dans du terreau (voir *Un bon départ dans le gravier* et *Faire lever des plantes dans du terreau*, p. 15).



Navet en terre.

## Origine

Russie, Sibérie et Scandinavie.

La culture du navet remonte à l'Antiquité.

Des textes grecs mentionnent des géants de 50 kg. Ce sont probablement les Hollandais qui ont sélectionné nos petits navets blancs actuels.



Coupez en deux un beau navet et placez le haut, face coupée vers le bas, sur des graviers ou du terreau. Rajoutez des graviers ou du terreau pour coincer le navet. Arrosez jusqu'au niveau des graviers, qui doivent toujours baigner dans l'eau. De même, le terreau doit être humide en permanence. Placez le saladier en pleine lumière. Après les feuilles vertes, vous aurez peut-être droit à des fleurs.

# *Patate douce*

*Ipomea batatas*, Convolvulacées



TYPE : Tubercreux annuel

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Eau

LUMIÈRE : Pleine lumière

**L**a patate douce est une liane qui peut couvrir une fenêtre en peu de temps. Ses feuilles en cœur ressemblent à celles de l'ipomée et sont en prime veinées de violet. Elle dure des mois. (Dans le pot adéquat, cette créature modeste peut ressembler à une élégante plante à caudex, dont le tronc renflé fait sensation.)



Plante de patate douce en pot.

## Origine

**Amérique centrale et du Sud.** À son arrivée dans le Nouveau Monde, Christophe Colomb remarqua les nombreuses variétés de patates douces. Aujourd'hui encore, on en cultive de toutes sortes dans les pays tropicaux et subtropicaux du monde entier.



Petit germe de patate douce.

## MODE DE CULTURE

Choisissez soigneusement vos patates douces, qui sont souvent déshydratées ou traitées pour ne pas germer. Cherchez des signes de vie, comme des racines ou de petits germes violets. Piquez 3 brochettes en bambou ou 3 cure-dents dans la patate douce, à un tiers de sa hauteur (le haut est plus arrondi que le bas). Posez-la dans un grand récipient opaque rempli d'eau, les cure-dents reposant sur le bord.

Rajoutez de l'eau quand le niveau baisse.

Versez 1 cuillerée de charbon végétal activé pour l'adoucir (*voir Comment faire démarrer une plante dans l'eau, p. 14*).

Posez le récipient devant une fenêtre en plein soleil et au chaud.

Quand le récipient est plein de racines, plantez la patate douce dans un pot assez haut. Laissez-la dépasser d'un tiers. Vous apercevrez d'abord une tige et des bourgeons à feuilles, puis des fleurs.



Fleur blanche et violette de la patate douce.

## DEUX FOIS PLUS DE PLAISIR

**J**e vous propose une expérience amusante : une de mes amies m'a demandé un jour la permission de couper des tiges de mes patates douces. Elle les a ensuite étalées dans une grande jardinière et les a fixées

avec des épingle à cheveux. En quelques semaines, plusieurs plantes ont germé le long des tiges. Sa jardinière en déborde et toutes ont formé de petits tubercules.

# Pois

*Pisum sativum*, Fabacées



TYPE : Annuel, nain ou grimpant

CROISSANCE : Rapide

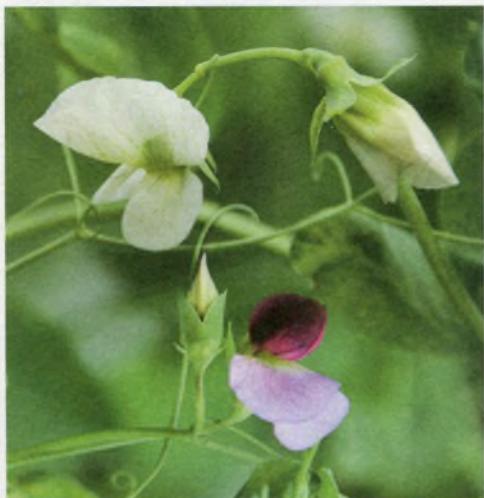
MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Pleine lumière

**L**es pois, nains ou grimpants, ont de petites feuilles vertes arrondies et de très jolies fleurs blanches. Ils sont vendus frais au printemps un peu partout.

## MODE DE CULTURE

Ouvrez une gousse fraîche et retirez les grains ou faites tremper des pois secs toute une nuit. Remplissez un pot de 10 cm aux deux tiers de terreau humide. Posez 3 pois et recouvrez-les de 1 cm de terreau. Placez le pot près d'une fenêtre au soleil, où il ne risque pas d'avoir trop chaud. Arrosez dès que le terreau est sec et versez de l'engrais liquide tous les 15 jours. Les pois germent en 1 semaine. Les grimpants, munis de vrilles,



Fleurs de pois verts.

ont besoin d'un treillage. Ces plantes étant autofertiles, elles fructifieront si vous les cultivez dans un lieu frais et ensoleillé.

## Origine

### Europe.

Des pois ont été exhumés dans des habitations vieilles de 5 000 ans, dans la région des lacs en Suisse. De là, ils se sont propagés jusqu'à Sumer (aujourd'hui en Irak, près du golfe Persique) et ensuite en Égypte.

Lorsqu'elle devint reine de France en 1533, Catherine de Médicis lança la mode des petits pois. En 1696, Madame de Maintenon parlait de leur vogue comme d'une sorte de folie : « L'impatience d'en manger, le plaisir d'en avoir mangé et la joie d'en manger sont les trois points que nos princes traitent depuis quelques jours. »

La mode gagna rapidement la cour d'Angleterre et les colonies américaines. Aujourd'hui, on cultive des pois dans tous les pays bénéficiant d'un climat tempéré.





# Pois chiche

*Cicer arietinum*, Fabacées



TYPE : Annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**e pois chiche présente des feuilles vertes et délicates sur de longs pétioles, et des fleurs blanches ou violacées.

## MODE DE CULTURE

Remplissez un pot de 10 cm aux deux tiers de terreau humide. Placez 3 pois chiches secs dessus et recouvrez de 1 cm de terreau. Recouvez le pot d'un film alimentaire pour garder l'humidité. Ces pois germent en quelques jours. Quand vous apercevez les pousses, retirez le film alimentaire et placez votre plantation au soleil. Garnissez un panier suspendu de pois chiches.



Semis de pois chiches.



Jeunes gousses de pois chiches sur plante.

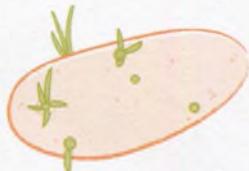
Il leur faut le plein soleil, de la chaleur et beaucoup d'eau pour fructifier. Ils ne vivent pas longtemps et dépérissent au bout d'à peu près 6 mois.

## Origine

**Europe et Asie centrale.** L'origine exacte du pois chiche se perd dans la nuit des temps. Il pousse à l'état sauvage dans toute l'Europe et en Asie centrale et fut peut-être l'un des premiers aliments de base des hommes. Dans l'Antiquité, les Égyptiens, les Hébreux et les Grecs en cultivaient. Aujourd'hui, le pois chiche a gagné les régions tropicales et subtropicales de la planète.

# Pomme de terre

*Solanum tuberosum*, Solanacées



TYPE : Tubercre annuel

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**a pomme de terre, haute de 60 à 90 cm, porte de jolies fleurs violettes qui ressemblent à celles de la tomate. Toutes les parties de la plante sont toxiques, sauf le tubercule.

## MODE DE CULTURE

Choisissez une petite pomme de terre avec des yeux sur le point de démarrer. Remplissez un pot de 15 cm aux deux tiers de terreau humide et enterrez le tubercule. Installez le pot en plein soleil et arrosez quand le terreau est sec. Au lieu d'utiliser une pomme de terre entière, vous pouvez aussi couper une tranche avec un œil (germe). Laissez-la sécher une nuit sur le plan de travail, dans la cuisine, pour durcir la surface coupée. Plantez-la dans un pot assez grand, l'œil en haut.



Rangée de pommes de terre germées.



Pommes de terre en fleurs.

L'une et l'autre méthodes vous donneront de petites pommes de terre. Cette mini-culture est très décorative, mais vous pouvez aussi tout repiquer en pleine terre. À la fin de l'été, vous aurez une petite récolte.

## Origine

Amérique du Sud.

Les navigateurs espagnols ont ramené la pomme de terre d'Amérique du Sud au XVI<sup>e</sup> siècle. Elle a repris la mer un siècle plus tard, avec les colons européens embarqués pour le nord du continent américain.



# Radis

*Raphanus sativus*, Brassicacée



TYPE : Annuelle

CROISSANCE : Rapide

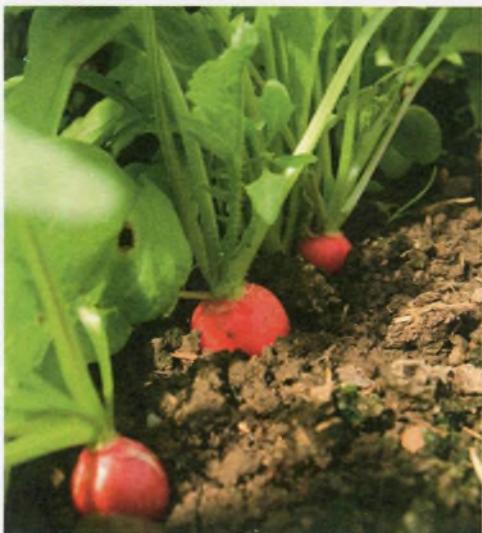
MÉTHODE : Terreau ou gravier

LUMIÈRE : Plein soleil

Les petites feuilles vertes et gaufrées du radis offrent un joli contraste avec ses racines rondes et rouges. Il pousse vite et peut émettre une hampe florale qui, si elle fleurit, fera de votre potager un vrai point de mire dans un plat.

## MODE DE CULTURE

Les radis poussent aussi bien sur du gravier que dans la terre (voir *Un bon départ dans le gravier et Faire lever des plantes dans du terreau*, p. 15). Une plantation de radis dans un plat ne dure que quelques semaines, mais ils poussent si vite et si bien que vous pouvez les cultiver en continu.



Radis prêts à être récoltés.



## Origine

**Chine.** Les radis sont souvent cités dans les textes antiques. Les Égyptiens les cultivaient à l'époque des pharaons. Ceux-ci les avaient inscrits au menu des esclaves qui construisaient les pyramides et les Grecs en offraient à Apollon sur des plateaux en or (ils présentaient les navets sur des plats en plomb et les betteraves sur de l'argent).

**Au Moyen Âge**, en Europe, on prêtait au radis des pouvoirs magiques et thérapeutiques. Il servait à reconnaître les sorcières, à guérir la folie et à exorciser les démons.

Plus prosaïquement, il était censé soulager les maux de tête, le zona, les douleurs oculaires et des articulations. Enfin, il faisait disparaître les verrues et les hématomes.

# Topinambour

*Helianthus tuberosus*, Astéracées



TYPE : Tubercule vivace

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Faible luminosité

Rond ou allongé, le topinambour, avec sa peau lisse et beige, et ses petites nodosités, ressemble à une pomme de terre cabossée. Il pousse vite et atteint 90 cm à 1,50 m. Ses longues feuilles (8 cm) sont vertes et rugueuses. Ses fleurs sont de petits tournesols.

## MODE DE CULTURE

Installez un tubercule entier au chaud, dans un sac de sphagnum humide (voir *Le secret du sac de sphagnum*, p. 13). Il va germer



Jeune plante de topinambour.

## Origine

Amérique du Nord. Ce tubercule a longtemps été associé aux restrictions de la guerre de 40, mais sa vogue actuelle est bien justifiée : il a un délicieux goût d'artichaut. Il descend probablement d'un tournesol originaire de la vallée du Mississippi. Lorsque l'explorateur français Samuel de Champlain arriva à Cape Cod en 1605, il vit les Indiens en manger. Parvenu en Europe au début du XVII<sup>e</sup> siècle, le topinambour a conquis tout l'hémisphère Nord.





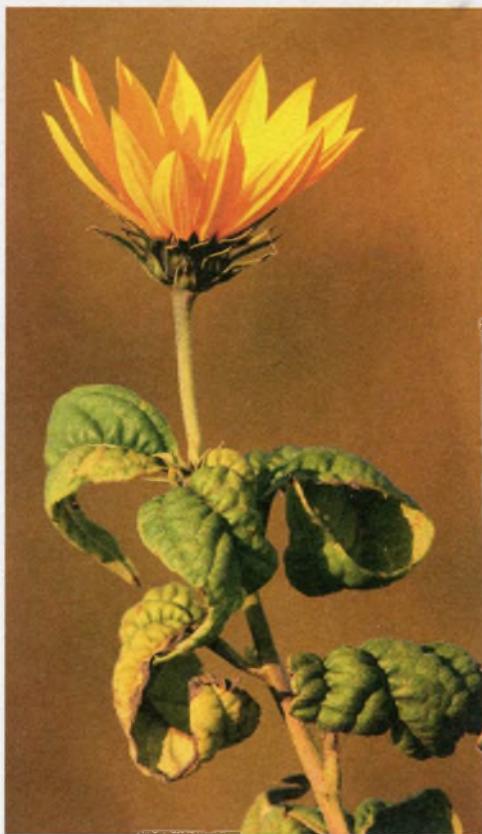
Topinambours.

rapidement. En 1 semaine, les nœuds placés en haut commencent à gonfler et il en sort d'épaisses racines. Un tubercule peut produire 15 tiges. Dès que les racines atteignent les 8 cm et que les nœuds sont bien gonflés, plantez le tubercule dans un pot.

Le topinambour étant une plante d'une taille exceptionnelle, trouvez-lui un pot d'une longueur égale à la largeur du tubercule plus 8 cm. Plantez-le à l'horizontale dans du terreau de rempotage. Ne le recourez pas complètement, les nœuds doivent être visibles. Il fleurit fin août, si vous le placez dehors en pleine terre ou près d'une fenêtre orientée au sud, mais où il ne fait pas trop chaud. Le feuillage flétrit au bout de quelques mois, mais de nouveaux tubercules auront pris la relève.

#### ATTENTION

*J*'ai commis un jour l'erreur de planter des topinambours dans mon jardin à la campagne, à Scituate, dans le Massachusetts. Trente ans plus tard, ils sont toujours là. Ils ont formé une énorme touffe de vivaces maigrichonne de 2,40 m. Si vous êtes tenté de planter des topinambours dehors, sachez qu'ils sont envahissants !



Fleurs de topinambours.



## CHAPITRE

# 3

# Fruits et noix diverses en pots

**E**n botanique, le fruit est la partie d'une plante qui contient les graines. Ce qui fait de l'avocat un fruit, au même titre que la cacahuète et l'amande. Les graines que vous trouvez dans un fruit frais sont les meilleures que vous puissiez acheter pour vos cultures. Elles n'ont pas été traitées, séchées ni conservées avant d'atterrir dans les magasins. Un peu tout le monde a planté des noyaux d'avocat pour s'offrir une belle plante d'intérieur, mais les graines et les noyaux des dattes, des pamplemousses et des mangues deviennent des sujets tout aussi décoratifs. La datte se mue en palmier. Les graines des agrumes donnent de jolis petits arbres aux feuilles vertes et brillantes. L'exotisme de l'ananas se manifeste par ses longues feuilles en forme de glaive.

Dès que vous aurez commencé à cultiver ces petites merveilles, vous réfléchirez à deux fois avant de jeter le haut d'un ananas ou les graines des fruits du dessert. Préparez-vous à cultiver des plantes extraordinaires et à goûter à des espèces hors du commun.

## AGRUMES

**L**a plupart des agrumes du commerce sont des hybrides, obtenus par des croisements successifs visant des fruits plus gros et plus sucrés. Les graines de ces hybrides donnent des plantes stériles ou qui portent des fruits différents de ceux du pied mère. En revanche, les agrumes issus de l'espèce et non d'hybrides ont le même ADN que l'arbre d'origine. Leurs graines (ou plutôt leurs pépins) produiront des sujets qui vous offriront des fruits et des fleurs aux arômes intenses. Ces fruits sont assez difficiles à trouver. En voici quelques-uns.



**Kumquat 'Meiwa'** (*Citrus crassifolia*). Ce fruit rond d'un diamètre de 4,2 cm, dont la peau est comestible, est en vente dans les épiceries asiatiques en hiver. En 5 ans, une amie en a récolté une bonne vingtaine sur son arbre de 90 cm.



**Citron 'Ponderosa'** (*Citrus limon 'Ponderosa'*). Ce gros citron à la peau grumeleuse peut peser près de 2 kg. On le reproduit habituellement par bouturage, mais les graines sont fidèles au type. Le fruit met presque une année à mûrir. On le voit de temps à autre dans les magasins spécialisés.



**Citron 'Meyer'** (*Citrus × meyeri*). Ce citron sucré et à la peau lisse est visible dans les magasins spécialisés et certains supermarchés en hiver. Plantez une graine et vous aurez des fleurs 4 ans plus tard – peut-être.



**Combava** (*Citrus × hystrix*). Ce citron jaune pâle, à la peau verrueuse, est long de 10 à 12 cm. Ses feuilles, utilisées dans les cuisines thaïe et indienne, ont une odeur de moisi. Les magasins asiatiques en proposent en automne. J'ai attendu 3 ans que le mien fleurisse.

# Agrumes

(pamplemousse, kumquat, citron, orange, mandarine)

Citrus spp., Rutacées

TYPE : Arbre/arbuste à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**E**n plein air, ces arbres atteignent 7,50 m mais, à l'intérieur, ils ne dépassent pas 3 m. En fait, leur hauteur dépend de la taille du pot et des apports d'engrais. Leur croissance est lente, de l'ordre de 30 cm par an. Ils ramifient spontanément et, avec leurs feuilles foncées et brillantes, sont de magnifiques plantes d'intérieur. Avec le temps et assez de soleil, ils finiront par fleurir.

## MODE DE CULTURE

Choisissez des fruits mûrs, extrayez les graines, rincez-les et plantez-les aussitôt dans des pastilles de coco, à raison d'une graine par pastille (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Grattez la pastille avec les doigts, pour faire place à la graine, et recouvrez avec ce que vous avez ôté. Placez les pastilles sur un plateau que vous pouvez arroser, pour assurer une humidité régulière.



Oranger.



Citronnier en pot.

Couvrez le plateau de film alimentaire (ou d'un sac en plastique) pour qu'il reste humide. Les graines devraient germer en 2 à 3 semaines. Dès la levée, retirez le film alimentaire et installez le plateau près d'une fenêtre au soleil. Dès que les racines se sentent à l'étroit, repiquez les plants dans des pots de 10 cm, remplis aux deux tiers de terreau humide, avec une pincée de chaux ou de coquille d'œuf brisée. Placez une pastille par pot et recouvrez-la à peine de terreau. Disposez les pots en plein soleil si possible.

## Origine

Inde, Chine, Indochine et Birmanie.

# Amande

*Prunus amygdalus*, Rosacées



TYPE : Arbre à feuillage caduc

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Faible luminosité

**U**n amandier sorti d'une amande est une plante d'intérieur peu commune. Ses feuilles sont longues et pointues. Dans la nature, ses ravissantes fleurs à 5 pétales sont blanches et roses.

## MODE DE CULTURE

La partie comestible de l'amande est le noyau. Quand le fruit tombe de l'arbre, sa gangue fibreuse s'ouvre et on peut en sortir l'amande (encore dans sa coque). Les amandes ne germent pas spontanément. Vous devrez ruser et recourir à la stratification (voir *Le froid a parfois du bon*, p. 17).



Branche d'amandes.

## Origine

Afrique du Nord et Asie.

Les Hébreux comme les Phéniciens navigateurs aimaient les amandes. Aujourd'hui, l'amandier est cultivé dans à peu près tous les pays à climat doux.



Placez-les 6 à 8 semaines au réfrigérateur, avec ou sans leur coque, dans un sac rempli de sphagnum humide. Sortez les amandes (vos graines, si vous voulez) du sac. Si vous ne les aviez pas extraites de leurs coques, c'est le moment de le faire.

Plantez une amande par pastille de coco (voir *Tout sur les semis*, p. 16).

Quand les racines sont à l'étroit dans leur pastille, repiquez la plante dans un pot de 10 cm. Remplissez-le d'un tiers de terreau humide, posez la pastille et rajoutez du terreau, mais sans recouvrir tout à fait. À ce stade, l'amandier se met à pousser à toute allure. Il a des poussées de croissance et devient vite malingre. Pour lui donner une forme et l'inciter à se ramifier, rabattez la tige principale.

# Ananas

*Ananas comosus*, Broméliacées



TYPE : Vivace

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Faible luminosité



L'ananas lisse d'Hawaï, qui représente 75 % des cultures, a de longues feuilles sans piquants. Le vigoureux 'Queen Abakka' porte des feuilles plus étroites, hérissées de piquants, et devient une plante à l'aspect plus exotique que la variété hawaïenne. Mais tous deux fournissent des sujets au feuillage étonnant.

Imaginez une couronne d'ananas en six fois plus gros et vous aurez une idée de son aspect en pleine nature. À l'intérieur, il sera au mieux deux fois moins important.

C'est une plante qui fleurit et fructifie, puis meurt, mais vit plusieurs années à la maison. Pour la multiplier, on prélève des rejets à la base de la couronne.



Couronne d'ananas dans un vase rempli d'eau.

## Origine

Amérique tropicale.

En 1493, Christophe Colomb repéra aux Antilles des ananas qui provenaient d'Amérique du Sud.

L'ananas fit la conquête du monde en 50 ans, sous la houlette des Espagnols et des Portugais.



## MODE DE CULTURE

Choisissez un ananas, d'Hawaï ou un 'Queen Abakka', dont la couronne soit garnie de feuilles bien vertes au milieu. Si vous devez attendre quelques jours avant de vous en occuper, vaporisez la couronne avec de l'eau pour lui conserver sa fraîcheur. Arrachez la couronne, en la prenant dans une main et le fruit dans l'autre, et donnez un tour vigoureux. Elle cassera sans difficulté. Épluchez les feuilles du bas pour ne garder qu'un moignon de 2,5 cm. Regardez les nodosités qui forment des bandes horizontales tout autour : ce sont les futures racines.

Placez la couronne dans un grand bocal, remplissez d'eau pour couvrir la base de la couronne et versez 1 cuillerée à café de charbon activé. Les nodosités vont gonfler en quelques jours et les racines sortiront au bout de 1 mois.

Quand les racines font 10 cm, le moment est venu de planter votre ananas dans un pot de 15 cm. Installez-le dans le coin le plus ensOLEillé de la maison. Pour arroser, attendez que le terreau soit complètement desséché. Tout excès d'eau ferait pourrir les racines. L'ananas fleurit vers ses 3 ans. Si les conseils qui suivent ressemblent à de la sorcellerie, ils n'en sont pas moins une garantie de succès. Placez la plante avec son pot dans un sac en plastique noir. Posez la moitié d'une pomme pourrie, la chair vers le bas, dans la couronne et l'autre moitié tournée vers le bas sur le terreau. Fermez le sac, attendez 2 semaines et regardez si vous voyez quelque chose émerger de la couronne. Si rien ne se passe, refermez le sac et patientez 15 jours de plus. Dès que vous apercevez une pousse, placez l'ananas au soleil. Il lui faudra presque 6 mois



Jeune ananas.



Fleurs d'ananas.

pour fleurir, mais vous serez alors plus que récompensé. Le secret ? L'éthylène émis par les pommes en décomposition est un activateur de croissance.



Plante d'ananas.

# Avocat

*Persea spp.*, Lauracées



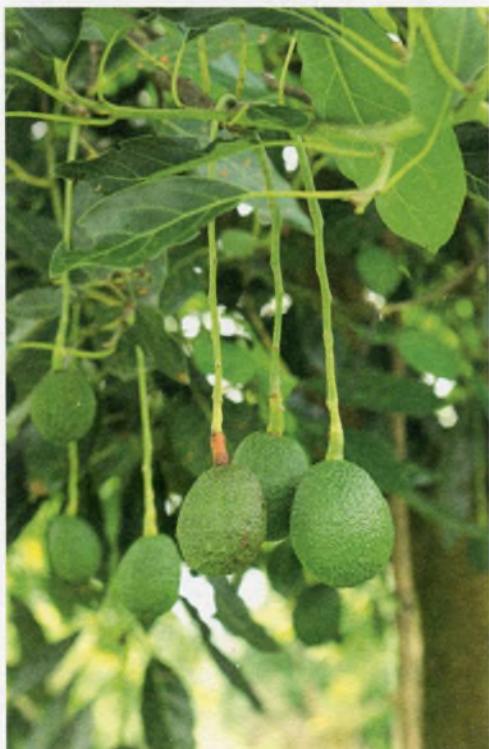
TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : PLEINE LUMIÈRE

**Q**uand vous plantez un noyau d'avocat, il produit une tige garnie de feuilles, qui ne cesse de s'allonger. Ce petit arbre deviendra l'une des plus belles plantes de votre collection. À une époque, Milly avait garni un tonneau de 80 cm de 10 avocatiers à des stades variés de leur développement. Ils formaient un bosquet rafraîchissant au fond de son séjour.



Avocatier.

## *Origine*

Amérique centrale et du Sud et Antilles.

## **MODE DE CULTURE**

Quand Milly et moi avons commencé à cultiver des avocats, il y avait 2 grands types. Les plus gros, cultivés en Floride, avaient une peau brillante et vert foncé et un gros noyau d'un diamètre maximal de 5 cm. Ce noyau ne demandait qu'à germer et parfois même avait déjà des germes quand on ouvrait le fruit. Les avocats californiens, plus petits, avaient une peau violacée et grumeleuse, ou lisse et verte. Les noyaux de ces derniers étaient plus petits et germaient moins volontiers. Ces deux groupes comptaient plus de 400 hybrides.

Aujourd'hui, les sélections commerciales se limitent à la variété 'Haas', un hybride californien, et au gros avocat de Floride.



### PINCER OU NE PAS PINCER ?

**P**our inciter l'avocatier à buissonner, d'ordinaire, on rabat sa tige unique à 8 cm du noyau. Or, à chaque fois que vous rabattez la tige principale, un rameau se forme pour reconstituer la charpente : vous avez de nouveau une tige qui ne ramifie pas et en prime le moignon de la première. Rabattez plusieurs fois votre avocat et il finira par ressembler à un hérisson. Laissez-le faire et, au bout de 1 an, il ramifiera de lui-même. Vous pourrez alors couper les rameaux latéraux pour le former.

Le 'Haas' a une chair onctueuse et une agréable saveur de noisette. Après plusieurs expériences, nous avons découvert que la méthode du sac de sphaigne était plus facile et plus fiable que le noyau perforé et placé dans un verre d'eau (voir *Le secret du sac de sphaigne*, p. 13).

Les noyaux ne germent pas tous au même rythme, mais il leur faut en moyenne quelques semaines.

Quand les racines font 8 à 10 cm, installez le noyau dans un pot d'un diamètre supérieur (à celui du noyau) de 2,5 cm. Remplissez-le sur un tiers de terreau humide.

Posez le noyau – avec délicatesse – et garnissez de terreau, en laissant dépasser la moitié du noyau. Placez le pot dans un coin chaud et bien éclairé (les avocats n'ont pas besoin du plein soleil). Une fois établies, ces plantes poussent à une vitesse hallucinante. Le terreau doit rester humide en permanence, mais pas être détrempé. Pendant leur repos végétal habituel, d'octobre à janvier, les avocatiers boivent moins. Dès que les jours allongent, de nouvelles feuilles apparaissent. Vous les arroserez alors plus souvent.



Jeune pousse d'avocat à partir d'un noyau.

# Cacahouète

Arachis hypogaea, Fabacées



TYPE : Annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

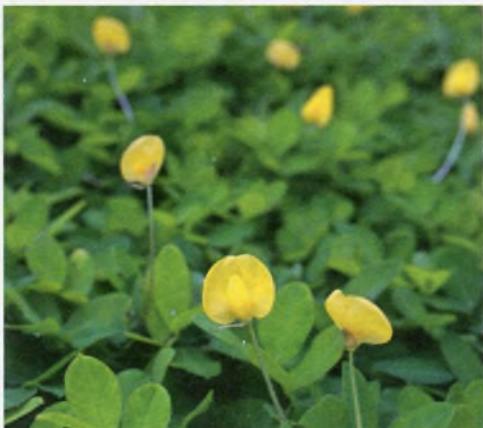
LUMIÈRE : Plein soleil



**L**a cacahouète est le fruit de l'arachide, une jolie plante aux feuilles composées de folioles ovales, qui atteint 20 à 30 cm. La nuit, les feuilles se ferment pour « dormir », ce qui amuse toujours les enfants. Ses fleurs papilionacées sont jaunes.

## MODE DE CULTURE

Procurez-vous des cacahouètes fraîches, surtout pas grillées. Vous en dénicherez dans les épiceries asiatiques ou bio. Sortez-les de leurs gousses et plantez-les par quatre dans des pots de 15 cm, remplis de terreau humide. Recouvrez-les de 2 à 3 cm de terreau. Après la levée, quand les plants font dans les 10 cm, éliminez les plus faibles. Placez le pot dans un endroit ensoleillé. Attendez la floraison. La plante étant autofertile, une fois les pétales tombés, l'ovaire grossit et le pédoncule



Fleurs de cacahouètes.

## Origine

Amérique du Sud. L'arachide a voyagé dans le monde entier. On a longtemps pensé qu'elle était originaire d'Asie et d'Afrique, jusqu'au jour où des archéologues en ont exhumé au Pérou, datant de 7 600 ans.

l'enfonce sous terre. Elle finit par produire des gousses souterraines contenant 2 cacahouètes. Plantez votre arachide dans un contenant en plastique transparent, près du bord, pour suivre ce processus assez peu ordinaire. Si vous avez un jardin, en mars, semez plusieurs arachides à l'intérieur dans des pots individuels. Les gobelets en plastique pas trop haut font très bien l'affaire, mais pensez à percer le fond. La nuit, quand la température extérieure se stabilise à 12-13 °C, repiquez les arachides en pleine terre. Vous devriez avoir une petite récolte début octobre ou quand le feuillage jaunit.



Cacahouètes fraîchement récoltées.



# Carambole

*Averrhoa carambola*, Oxalidacées



TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Pleine lumière

**L**a carambole jaune d'or, ovoïde et aux côtes saillantes fait toujours sensation dans un compotier. Si vous la coupez, les tranches ont la forme d'étoiles. Les feuilles composées de 7 à 11 folioles en cœur donnent à la plante une silhouette aérienne rappelant le mimosa. Elles se ferment la nuit. On en trouve dans les magasins de l'automne au début de l'hiver.

## MODE DE CULTURE

Les caramboles ne contiennent pas toutes des graines. Comme elles sont translucides, vous pouvez les regarder à contre-jour et vous verrez les graines en transparence. Retirez-les avec précaution et plantez-les dans des pastilles de coco humides (voir *Tout sur*

## Origine

Indes orientales et Chine.



*les semis, p. 16*). Elles germent en 3 semaines. Quand la première paire de feuilles est sortie, retirez le film alimentaire qui les protégeait et placez-les près d'une fenêtre, à la lumière mais à l'abri des courants d'air. Quand les racines sont à l'étroit dans leur pastille ou quand les plants font 8 à 10 cm, repiquez-les. Pour chaque pastille, remplissez un pot de 10 cm aux deux tiers de terreau humide. Posez la pastille sur le terreau, garnissez sur les côtés et recouvrez à peine. Placez le pot près d'une fenêtre en plein soleil et à l'abri des courants d'air. La carambole pousse lentement, de 30 cm par an, et ne donnera pas de fruits chez vous.



Branche de carambolier.

## PETITE DÉGUSTATION

En général, la carambole fait toujours sensation dans une salade de fruits, mais la qualité est très inégale. Les meilleures évoquent aussi bien un pamplemousse sucré qu'une orange. Les pires sont amères et pleines d'acide tannique. Pour mettre toutes les chances de votre côté, reniflez-les quand vous en achetez. Si l'odeur est sucrée, la chair devrait l'être aussi. Les variétés acides servent dans les confitures et les gelées.



# Caroube

Caesalpinoideae, Fabacées

TYPE : Arbuste/arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Pleine lumière

Les gousses de caroube ressemblent un peu à celles d'un gros haricot de Lima, mais en marron. Elles sont garnies de graines dures et brillantes. Les feuilles ovales, brun-rose et brillantes au début, deviennent ensuite gris-vert foncé. Origininaire de régions arides, le caroubier est un arbre magnifique, qui pousse lentement. Sur les marchés moyen-orientaux, ses gousses sont en vente toute l'année.

## MODE DE CULTURE

Sortez les graines de la gousse. Faites sur chacune une entaille avec une lime à ongle ou du papier de verre. Faites-les tremper un jour ou deux. Elles sont prêtes à planter dès qu'elles ont gonflé. Faites-les démarrer sur des pastilles de coco humides (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Plantez au moins 3 graines par pastille. Posez-les sur un plateau, recouvrez de film alimentaire et placez le tout sur un radiateur ou une nappe chauffante.



Graines de caroube dans leur gousse séchées.



## Origine

Pays méditerranéens. Des gousses séchées de caroube ont été retrouvées au milieu des ruines de Pompéi.

Quand Jean-Baptiste sillonnait le désert, le « miel sauvage » dont il se nourrissait était peut-être la pulpe de ces gousses. Autrefois, ses graines uniformes servaient d'étalement aux orfèvres pour vérifier le poids de l'or.

Arrosez régulièrement. Les graines devraient germer au bout de 1 semaine.

Quand vous apercevez les plantules, retirez le film alimentaire et installez le plateau près d'une fenêtre au soleil.

Repiquez les plants quand ils font 15 cm. Remplissez des pots de 10 cm aux deux tiers de terreau humide. Placez une pastille sur le terreau, garnissez sur les côtés et recouvrez à peine. Mettez les pots près d'une fenêtre en plein soleil. Le terreau doit rester humide, mais pas plus. Rempotez le moment venu.

## PETITE DÉGUSTATION

Autrefois, les gousses de caroube n'étaient consommées qu'en période de famine mais, aujourd'hui, elles remplacent parfois le chocolat. Elles ont un goût de moka et une consistance de gomme qui est assez agréable.

# Datté

*Phoenix dactylifera*, Arécacées



TYPE : Arbre

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Faible luminosité

**L**e dattier présente de longues feuilles linéaires au début, puis des palmes.

## MODE DE CULTURE

Si vous avez envie d'un palmier dattier, sélectionnez des dattes dorées, séchées au soleil et non au four. Choisissez des dattes naturelles en branches, non glucosées et n'ayant subi aucun traitement thermique. Achetez-les fraîches, de début octobre à fin novembre. Elles sont en vente partout et germent très vite.



Dattes sur un palmier.

## Origine

**Afrique du Nord et Arabie.** Le palmier dattier est cultivé depuis plus de 4 000 ans. Le récit biblique de la traversée du désert de Jean-Baptiste en décrit quatre variétés. Aujourd'hui, la cuisine moyen-orientale est impensable sans dattes.



Retirez les graines des fruits et plantez-les dans des pastilles de coco (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Insérez les graines et couvrez-les bien. Placez les pastilles sur un plateau et couvrez de film alimentaire. Installez le tout sur une nappe chauffante (ou un radiateur) assurant une température de 27 °C.

Le premier signe de croissance est souvent une grosse racine pivot qui sort du fond de la pastille. Une petite feuille linéaire apparaît dans les 3 à 6 semaines. Il est alors temps de repiquer.

Placez chaque pastille dans un pot de 10 cm, rempli aux deux tiers de terreau humide. Rajoutez du terreau sur les côtés et couvrez à peine.

Les palmiers poussent lentement, mais réclament assez peu d'attention. Contrairement à ce que vous pourriez imaginer, ils n'ont pas besoin du plein soleil, qui risquerait même de les brûler. Arrosez ces grands buveurs dès que le terreau a l'air sec. Si ses progrès semblent lents au début, c'est une plante que vous pourrez léguer à vos petits-enfants. Sa longévité était déjà célébrée dans la Bible : « Ils portent encore des fruits dans la vieillesse, ils sont pleins de sève et verdoitent [...] » (Psaume 92.)

## LA PATIENCE EST RÉCOMPENSÉE

Les palmiers croissent avec lenteur et le dattier ne fait pas exception. Après avoir assisté à la naissance d'une feuille linéaire, la première année, vous aurez la joie d'en voir sortir une deuxième 12 mois plus tard. Milly et moi avons été découragées. Vu les prix de l'immobilier à New York, les palmiers revenaient très cher, sans vraiment éblouir. Par chance, une jardinière de Washington, qui soignait un potager et un palmier dattier de 6 ans tout à fait magnifique, nous a réconfortées. Elle faisait démarrer tous ses dattiers en pleine terre, sous d'autres grandes plantes, et les laissait là jusqu'à ce qu'ils deviennent assez présentables pour avoir droit à un pot.



Jeunes palmiers dattiers.



# Feijoa

*Feijoa sellowiana*, Myrtacées



TYPE : Arbuste à feuillage persistant

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil



Le feijoa ou goyavier du Brésil porte des fruits gris-vert ovales, à la peau coriace et longs de 2 à 8 cm. Chaque fruit se termine par un calice (ensemble des sépales). La chair crémeuse contient des dizaines de minuscules graines qui se mangent. Dans la nature, le feijoa est un arbuste buissonnant à feuillage persistant qui fait ses 15 m de hauteur et d'envergure. Dans les régions les plus chaudes des États-Unis, on le plante en haies. Ses feuilles sont ovales, vert foncé et coriaces, argentées sur le revers, et ses fleurs rouge vif. Il ne faut pas le confondre avec ses cousins plus tropicaux, le goyavier (*Psidium guajava*) et le goyavier-fraise (*Psidium cattleianum*). Ils font partie de la même famille botanique, celle des myrtacées, mais prospèrent dans des conditions différentes (voir p. 89 et 90). Les feijoas sont en vente de septembre à novembre, mais pas partout.



Feijoa.

## MODE DE CULTURE

Pour nettoyer les toutes petites graines du feijoa, faites-les tremper.

Prenez 1 cuillerée de chair et de graines et déposez-la dans un petit récipient plein d'eau. Laissez reposer 2 à 3 jours. Quand les graines tombent au fond du récipient, jetez l'eau et la chair, puis faites sécher les graines sur du papier absorbant. Semez-les tout de suite ou conservez-les dans une boîte hermétique. Elles se gardent des mois.

Semez les graines de feijoa dans un pot rempli de terreau humide. Répartissez-les sur la surface et recouvrez d'un peu de terreau. Recouvrez le pot de film alimentaire, pour retenir l'humidité, et placez-le au chaud et à la lumière. Les graines germent en 2 à 3 semaines. Quand les plants ont 2 paires de feuilles, repiquez-les dans des pots séparés. En été, sortez ceux qui sont établis. Sinon, profitez-en à l'intérieur.

Voici une astuce pour les faire fleurir. Comme il leur faut une période de froid d'environ 1 mois, placez vos feijoas au réfrigérateur – s'il est assez spacieux.



# Figue

*Ficus carica*, Moracées

TYPE : Arbre à feuillage caduc

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

Les figuiers ont de grandes feuilles profondément lobées qui contrastent avec leurs rameaux bruns et anguleux. En intérieur, ce sont de grandes plantes. Mais rien ne vaut la saveur des figues cultivées chez soi !

## MODE DE CULTURE

Achetez des figues de Smyrne, qu'on trouve toute l'année. Ses graines sont fertiles et peuvent donner de nouvelles plantes, alors que celles des figues habituelles n'ont pas d'embryon et sont donc stériles. Prélevez un peu de pulpe, là où se trouvent les graines, et déposez-la dans un bol d'eau. Enlezez-en le plus possible avec les doigts, jetez l'eau et rajoutez-en. Le lendemain, la pulpe se sera plus ou moins dissoute et les graines minuscules reposeront au fond du bol. Versez l'eau en faisant attention à retenir les graines.

Pour les planter, remplissez à moitié un pot de terreau humide. Avec une cuillère, prélevez quelques graines et enfoncez-les dans le terreau. Couvrez avec du film alimentaire et placez au chaud. Quand les plants font 10 cm, sélectionnez les plus beaux pour les repiquer et les laisser grandir.

Pour retirer un plant, enfoncez un crayon dessous pour remuer un peu la terre et soulevez-le par les feuilles. Remplissez un pot de 10 cm de terreau humide pour chaque

## Origine

Proche-Orient  
et Afrique du Nord.

plant et, avec le crayon, faites un trou assez profond pour recevoir les racines. Recouvrez-les de terreau, mais non la tige. Arrosez bien et placez le pot près d'une fenêtre au soleil. Votre figuier devrait pousser assez vite. Vous pouvez installer les figuiers dans le jardin pour l'été. À l'automne, dès qu'ils perdent leurs feuilles, arrosez-les généreusement et rentrez-les dans un garage ou une cave non chauffée (ou tout autre local où la température ne descend pas en dessous de -10 °C) pour l'hiver.



Branche de figuier.

# Grenade

*Punica granatum*, Lythracées



TYPE : Arbre à feuillage caduc

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Faible luminosité

**L**a grenade est un fruit rouge et rond, à la peau épaisse et coriace, d'un diamètre de 7 à 15 cm. En pleine terre, le grenadier peut atteindre 3 à 4,50 m. Chez vous, il se développera dans des proportions plus modestes. Ses feuilles délicates et son tronc ligneux en font un sujet idéal en bonsai. Ses fruits sont en vente un peu partout à la fin de l'automne et en hiver.

## MODE DE CULTURE

Coupez une grenade en deux et vous apercevrez des quantités de graines, chacune



Semis de grenade.

## Origine

**Asie du Sud.** La grenade a été acclimatée dans tout le Bassin méditerranéen

enrobée d'un gros arille (ou enveloppe) rouge et juteux. Mettez un tablier et ayez sous la main un rouleau de papier absorbant. Faites rouler les graines doucement sur plusieurs épaisseurs de papier absorbant. Le jus rouge et les arilles feront des éclaboussures dans tous les sens, mais ce n'est pas grave, les taches partent facilement. Quand vous avez éliminé les arilles, placez les graines sur un torchon propre, pour les faire sécher. Vous pouvez les semer tout de suite. Si vous souhaitez les garder, laissez-les sécher 24 heures et rangez-les dans un bocal hermétique, où elles conserveront leur vitalité au moins 1 an. Semez les graines dans des pastilles de fibre de coco humides (voir *Tout sur les semis*, p. 16) et placez-les sur un plateau. Vous pouvez aussi les semer ensemble dans un plateau. Recouvrez de film alimentaire et placez le tout sur une nappe chauffante. Bien au chaud, les graines devraient germer dans les 5 à 10 jours. Sans chaleur, elles mettront plus de 1 mois à germer.

Après la levée, retirez le film alimentaire et placez les plants dans un coin chaud et ensoleillé. Maintenez une humidité constante. Quand ils font 7 à 10 cm, il est temps de les planter. Les grenadiers poussent volontiers sous une lampe ou devant une fenêtre orientée au sud.

Une fois passé le stade du jeune plant, le grenadier ne réclame pas l'humidité requise pour la plupart des espèces tropicales, ce qui est un réel avantage, compte tenu de l'air généralement sec de nos intérieurs confortables. Pendant la période de croissance active, veillez à l'humidité du terreau, sauf en automne, où il vaut mieux qu'il soit sec.

Pour contrôler l'envergure du grenadier, pincez les bourgeons terminaux, ce qui l'empêche aussi de pousser tout en longueur. Quand il compte 6 vraies feuilles, pincez les deux du sommet. De nouveaux rameaux sortiront bientôt. Pincez-les dès qu'ils ont 6 feuilles et continuez pour former l'arbuste

à votre idée. Il ne donnera probablement pas de fruits à l'intérieur.

Si vous avez un jardin, sortez votre grenadier par temps chaud. La zone de rusticité des grenadiers est 7b, ce qui correspond à des températures situées entre -12,3 et -14,9 °C. Quand les feuilles tombent, installez-le grenadier à la cave, au frais, ou dans un garage non chauffé, jusqu'au printemps.

### **PETITE DÉGUSTATION**

Les grenades ne sont pas faciles à manger, mais sont délicieuses au dessert. Leur jus est le principal ingrédient du sirop de grenadine. Mahomet déclara un jour que manger une grenade, c'était se purger de ses ennemis et de toute haine.



Grenade mûre.



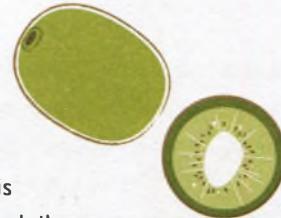
# Kiwi

*Actinidia chinensis*, Actinidacées



TYPE : Liane à feuillage caduc

CROISSANCE : Rapide



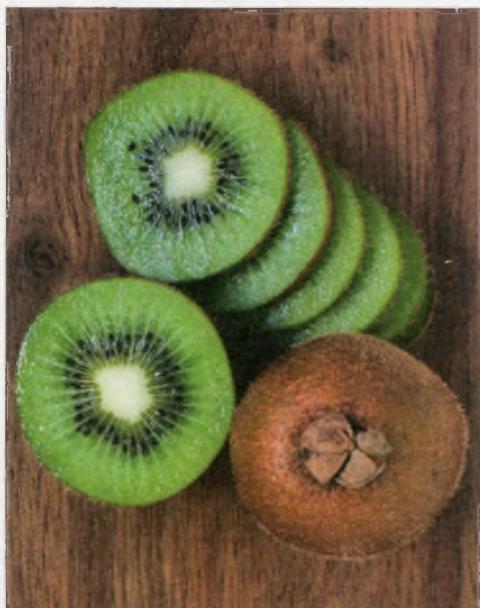
MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**K**os kiwis auront la taille d'un petit abricot. C'est un fruit brun et velu, à la peau fine et parcheminée. La chair est d'un beau vert translucide. Dans la nature, cette liane à feuillage caduc atteint 7,50 m. À l'intérieur, une taille judicieuse et un pot pas trop grand l'empêcheront de prendre trop d'ampleur. C'est une jolie plante, aux feuilles vert clair, douces et pelucheuses.

## MODE DE CULTURE

Une tranche de kiwi fait apparaître des dizaines de minuscules graines noires.



Kiwi mûr.

## Origine

**Chine.** Les kiwis sont désormais en vente toute l'année. De mai-juin à novembre, ils proviennent de Nouvelle-Zélande.

Puis l'hémisphère Nord prend la relève pour le reste de l'année. La France est le cinquième producteur mondial.

Pour une raison inconnue, ce fruit porte le même nom que l'oiseau aptère néo-zélandais.



Recueillez-en quelques-unes et éliminez la chair en les faisant rouler sur du papier absorbant, avec les doigts. Remplissez un petit bac en plastique de fibre de coco humide et épargillez les graines dessus. Recouvrez-les d'un peu de fibre de coco humide. Posez du film alimentaire sur le bac et placez-le au réfrigérateur, pour 4 à 6 semaines (voir *Le froid a parfois du bon*, p. 17).

Après ce subterfuge d'hiver, placez le bac dans un coin au chaud. Les graines devraient

germer assez vite. Dès la levée, retirez le film alimentaire et placez le bac près d'une fenêtre, en pleine lumière.



Semis de kiwis.

Quand les plants font 5 cm, repiquez-les. Remuez un peu la terre avec un crayon et soulevez le plant par les feuilles. Remplissez un pot de 10 cm de terreau humide. Avec le crayon, faites un trou assez profond pour recevoir les racines. Recouvrez la tige de terre sur 2,5 cm. Arrosez bien et placez le pot près d'une fenêtre au soleil.



Jeunes plants de kiwis.



Actinidier.

Vous devrez tuteurer vos kiwis, pour aider les jeunes lianes à grimper, puis à se déployer. Faites-les tenir aux tuteurs avec des attaches pour plantes. Les kiwis ont besoin de soins attentifs et il faut savoir les tailler, si vous voulez avoir des fruits, mais ils sont très rustiques et poussent même en plein air dans le nord de la France.

### PETITE DÉGUSTATION

Le kiwi est un fruit délicieux pour le petit déjeuner ou le dessert. Son goût se situe entre la fraise et la pastèque. Il est très bien aussi en compote.

# Mangue

*Mangifera indica*, Anacardiacées



TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

La mangue a été célébrée comme la « reine des fruits » et la « pomme des tropiques », mais elle ne fait pas toujours l'unanimité. En effet, les variétés sont nombreuses et la qualité très inégale. Les unes sont jaune d'or et pas plus grandes qu'une pêche, les autres vert printemps avec des taches rouges et peuvent peser jusqu'à 2 kg. Les plus courantes sont ovales, avec une peau épaisse et cireuse. Quand elles sont bien mûres, la chair orange et onctueuse cède si vous appuyez dessus et un parfum agréable se dégage du fruit. Les mangues de mauvaise qualité sentent un peu la térbenthine et ont une chair fibreuse, mais leurs noyaux livrent de superbes plantes d'intérieur. Le tronc et les feuilles sont d'un rouge intense au début. Peu à peu, le feuillage passe



Germination des noyaux de mangue.

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Faible luminosité

## Origine

Inde et Asie du Sud-Est. Aujourd'hui, la mangue est cultivée dans tous les pays tropicaux.

du rouge au rose et au cuivre, puis devient d'un beau vert foncé et brillant.

## MODE DE CULTURE

Le fruit renferme un gros noyau velu que vous devrez nettoyer pour arriver à le manipuler. Au mieux, vous ferez pas mal de saletés. Pour aller plus vite, grattez avec un couteau à lame dentée, mais il vous faudra aussi beaucoup de papier absorbant et d'eau courante.

Quand le noyau est propre, laissez-le sécher une nuit. Le lendemain, pour parvenir à la graine (qui ressemble à une grosse noix de cajou), coupez un tout petit bout du noyau là où il est légèrement creusé, du côté pointu. Insérez la pointe d'un petit couteau et forcez jusqu'à ce que vous puissiez saisir les bords du noyau et l'ouvrir.

Faites attention à ne pas abîmer la graine qui se trouve à l'intérieur. On peut aussi juste

nettoyer le noyau et le planter ainsi, la graine à l'intérieur. Une amie qui n'aime pas massacrer le noyau ne jure que par cette méthode.

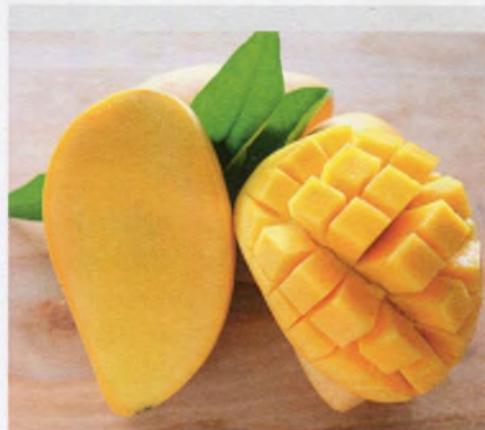
Les graines germent en quelques jours. Le sac de sphagnum est là encore ma technique favorite (voir *Le secret du sac de sphagnum*, p. 13). En 2 à 3 semaines, les graines qui ont séjourné dans la mousse vont émettre des racines énormes. Remplissez à moitié un pot de 10 cm de terreau humide et placez la graine germée dessus. Vous n'aurez aucun mal à deviner où sont le haut et le bas, car les racines et les pousses seront bien apparentes au moment où vous planterez votre petit manguier. Ajoutez du terreau autour de la graine et cachez-la sous 5 mm de terreau. Recouvrez de film alimentaire, pour garder l'humidité. Retirez-le peu à peu, sur plusieurs jours, pour laisser la plante s'habituer à l'air sec d'un intérieur. Aux premiers stades de leur développement, protégez les plants des rayons directs du soleil. Placez-les au milieu d'autres plantes plus grandes ou sous des tubes fluorescents.

### PETITE DÉGUSTATION

La mangue est l'un des fruits tropicaux les plus délicieux qui soient, mais il n'est pas très facile de la manger.

Voici une méthode simple : coupez 2 tranches épaisses, parallèles au noyau, en l'évitant. Incisez la chair en faisant des hachures parallèles dans un sens, puis dans l'autre, de façon à former de petits cubes. Appuyez sur la peau, de l'autre côté. Elle va se hérisser de petits cubes faciles à saisir avec une cuillère. Pelez le morceau

autour du noyau et mangez la pulpe, avec les doigts ou un couteau et une fourchette.



Mangue mûre prête à être dégustée.

### ATTENTION

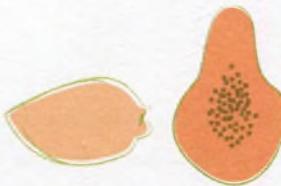
*L*a mangue appartient à la famille des anacardiacées, dont font partie des plantes toxiques comme le sumac véneneux. Sa peau peut déclencher des allergies, heureusement assez rares.



Branche de manguier.

# Papaye

*Carica papaya*, Caricacées



TYPE : Vivace

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

Ce gros fruit en forme de poire, long de 20 à 25 cm, est vendu vert, en général, mais jaunit en mûrisant. Pour faire mûrir une papaye, placez-la au chaud et à l'abri de la lumière, dans la cuisine. Une plantation réussie donne assez vite un petit arbre à tronc unique. Sous les tropiques, en 10 mois, le papayer peut grandir de 30 m et donner ses premiers fruits. À l'intérieur, il pousse moins vite et ne fructifie pas. Le papayer étant dioïque, il faut deux arbres, un mâle et une femelle, pour que le second produise des fruits. Vous aurez sans doute du mal à déterminer le sexe de vos jeunes plants, mais leurs feuilles profondément lobées, qui rappellent celles de l'érythrina, ajoutent une note exotique à toute collection de plantes. Dans un intérieur, un papayer 'Solo' hermaphrodite peut donner des fleurs



Papaye mûre.

## Origine

Amérique centrale.

Les Amérindiens utilisent depuis longtemps les graines de papaye pour guérir les indigestions et attendrir leur viande. Les fruits contiennent une enzyme, la papaïne, qui est exploitée aujourd'hui à l'échelle industrielle pour attendrir la viande.



et des fruits. Le fruit met longtemps à mûrir, dans un climat tempéré, mais il est incroyablement savoureux.

## MODE DE CULTURE

Une papaye fournit assez de graines pour démarrer une exploitation agro-industrielle. Elles sont brun foncé et entourées d'une enveloppe gélatineuse, l'arille. Placez-les sur du papier absorbant et appuyez – elles ressemblent à des grains de poivre.

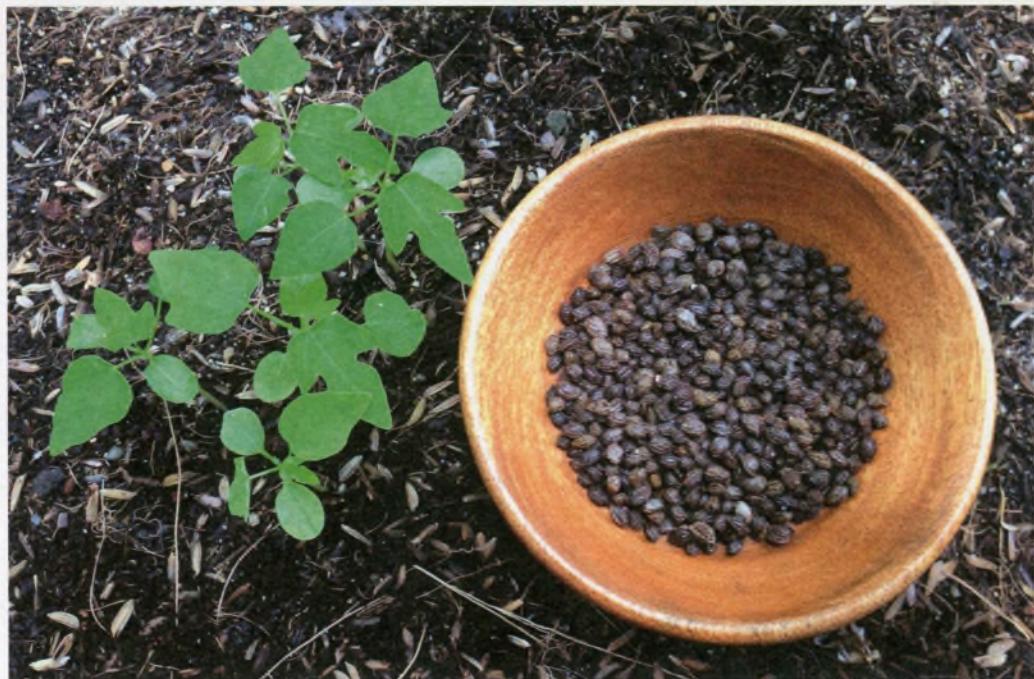
Vous pouvez les faire sécher et les garder dans un bocal hermétiquement fermé. Placez quelques graines dans des pastilles de fibre de coco, sur un plateau (voir *Tout sur les semis, p. 16*). Couvrez le plateau de film alimentaire et installez-le sur une nappe chauffante. Les graines vont germer en 2 semaines. Retirez alors le film alimentaire et placez le plateau dans un coin bien éclairé, mais pas trop au soleil. Il arrive qu'un champignon provoque un flétrissement brutal. Dans ce cas, le plus sûr est de jeter la malade et d'acheter une autre papaye. Quand les plants font quelques centimètres, sélectionnez les plus vigoureux et éliminez les autres. Repiquez-les dans des pots de 10 cm. Dorénavant, les jeunes papayers

auront besoin de beaucoup d'eau et d'engrais et devraient rester près d'une fenêtre au soleil et au chaud. Ils apprécieront une forte humidité, mais n'aiment pas les courants d'air.

### PETITE DÉGUSTATION

La papaye est délicieuse crue, en jus ou en chutney. Mais n'oubliez pas que ses graines ressemblent à des grains de poivre. Il y a quelques années, pour préparer un steak au poivre, j'ai moulu du poivre et en ai lardé la viande avant de la griller. Mais je m'étais trompée et j'avais utilisé mes graines de papaye, qui sont très efficaces pour attendrir la viande : on aurait pu manger ce steak à la cuillère.

Pensez à étiqueter vos réserves de graines !



Graines de papaye à côté d'une jeune pousse de papaye.

# Sapotille

Achras sapota, Sapotacées



TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

**L**a sapotille ou sapote, fruit du sapotier, ne doit pas être confondue avec la sapote noire (voir p. 97). Ce fruit rond à oblong fait la taille d'une petite pomme. Sa peau marron est mince et ligneuse et la chair du fruit mûr est beige doré. Chacun renferme 5 à 8 graines noires et luisantes de 1,2 cm. Dans son habitat d'origine, le sapotier atteint 9 à 12 m. Dans un intérieur, vous aurez un arbre touffu et droit, qui poussera de 15 cm par an. Ses belles feuilles brillantes, longues de 7 à 10 cm, sont vert foncé, et vert clair sur le revers. Les fruits sont en vente dans les magasins spécialisés toute l'année.



Sapotilles.

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil



## Origine

Amérique tropicale, probablement sud du Mexique. Des sapotilliers vivent en pleine nature aux Antilles et en Amérique centrale. Leur fruit est la principale source du latex avec lequel on fabrique les chewing-gums.



## MODE DE CULTURE

Les graines de sapotier germent facilement. Vous pouvez les semer individuellement dans des pastilles de coco (voir *Tout sur les semis*, p. 16) ou ensemble dans un plateau. Comme la germination réussit à 100 %, ne semez que ce que vous voulez élever. Recouvrez le plateau de film alimentaire. Le sapotillier étant un arbre tropical, ses graines apprécieront une nappe chauffante. Elles germent en 10 jours à 3 semaines.

Dès la levée, retirez le film alimentaire et placez le plateau près d'une fenêtre au soleil ou sous un tube fluorescent.

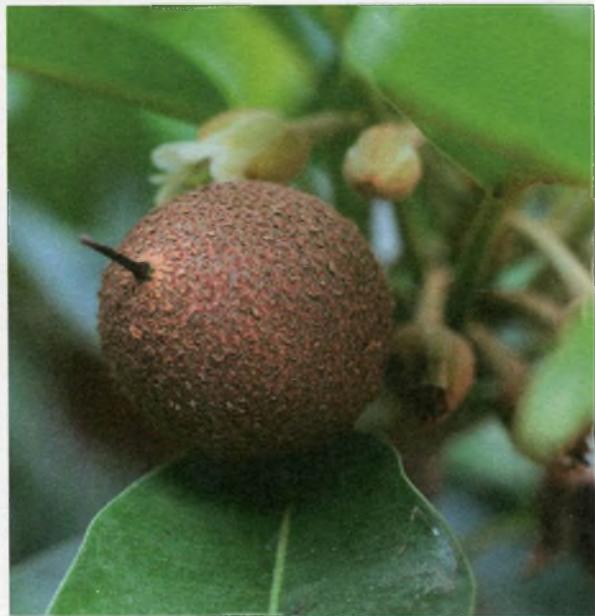
Les jeunes plants exigent une humidité constante. Quand les racines remplissent les pastilles ou dès la deuxième paire de feuilles, plantez-les dans des pots de 10 cm. Placez-les à la lumière, mais évitez le plein soleil. Le terreau doit rester humide en permanence.

Assez vite, dans sa première année, l'arbrisseau se couvre d'une jolie écorce couleur cannelle. Il ramifiera de lui-même

dans sa deuxième année. Sinon, pincez le bourgeon central. Le sapotillier, toutefois, ne porte pas de fruits s'il vit à l'intérieur.

### PETITE DÉGUSTATION

La sapotille est un fruit pour le dessert. Servez-la avec une rondelle de citron ou de lime. Par sa saveur et sa consistance, elle rappelle la poire, mais en beaucoup plus sucrée.



Sapotillier.

### LA TARTE AU CAOUTCHOUC

**A**ucun autre fruit ne change autant d'un stade à l'autre de sa maturation. Une sapotille mûre est sucrée mais, au toucher, on la croirait blette. Ferme et encore verte, elle laisse un goût acide en bouche pendant plus de 1 heure. Entre les deux, elle a le goût d'une pomme acide. Nous avons commis un jour l'erreur de faire une tarte aux « pommes » avec des sapotilles mi-mûres. Le latex que contient ce fruit l'a transformée en tarte au caoutchouc.

Ma famille n'a jamais oublié...



## CHAPITRE

# 4

# Des potées d'aromatiques et d'épices

**C**harlemagne disait des herbes aromatiques qu'elles sont « les amies des médecins et la fierté du cuisinier ». Et j'ajouterais modestement qu'elles font le bonheur du jardinier. Elles sont souvent très jolies à regarder et savoureuses en prime. Des aromatiques et des épices savamment dosés confèrent toutes sortes de nouvelles saveurs aux plats classiques.

Les aromatiques sont en vente partout et ne coûtent pas cher. Et surtout, elles sont faciles à cultiver. La prochaine fois que vous allez au supermarché, regardez attentivement les bocaux et les boîtes d'épices et vous verrez que beaucoup contiennent des graines. La plupart pousseront, certaines fleuriront et quelques-unes monteront à graines. Tout en faisant vos emplettes, vous trouverez facilement de l'anis, du carvi, de l'aneth, du fenouil et bien d'autres. Il est évidemment tout à fait envisageable, aussi, d'acheter des graines dans une jardinerie. Vous n'avez pas besoin de les commander sur catalogue.

# Aneth

*Anethum graveolens*, Apiacées



TYPE : Aromatique annuelle

CROISSANCE : Rapide

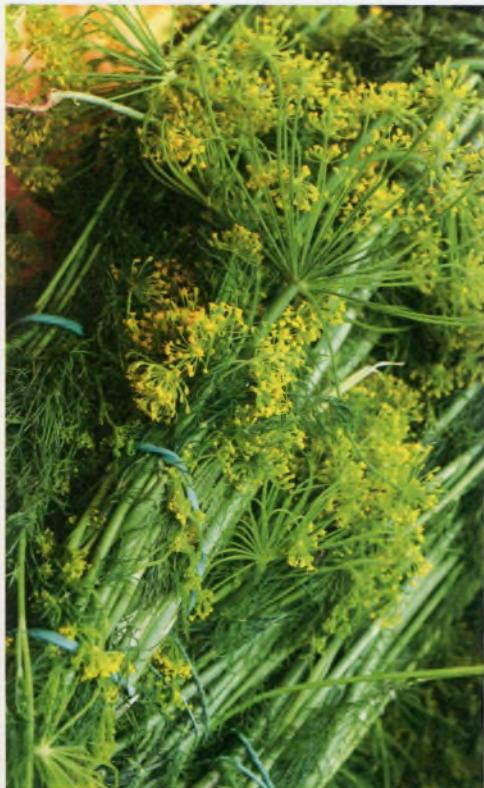
MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

L'aneth possède un charmant feuillage aérien et des ombelles de fleurs jaune-vert. Une plante en bon état atteint 30 à 45 cm.

## MODE DE CULTURE

Comme les jeunes plants d'aneth n'aiment pas le repiquage, semez dans des



Bottes d'aneth.

## Origine

**Europe et Asie.** Utilisé depuis toujours, l'aneth avait aussi la réputation d'aider à garder la ligne et de faire passer le hoquet.

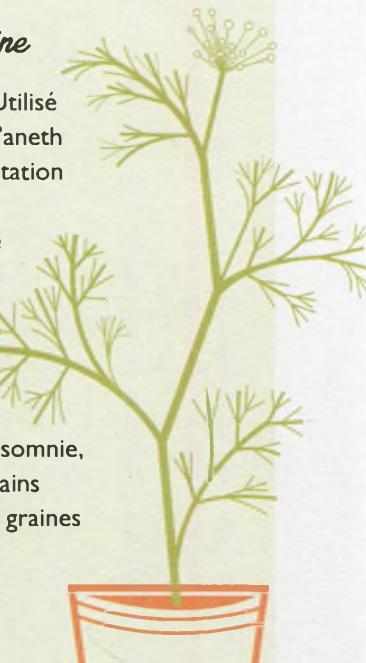
Détail

amusant :

comme

l'aneth était

réputé contre l'insomnie, les colons américains en mâchaient des graines quand ils allaient à l'église, pour ne pas s'endormir.



pastilles de coco et semez serré (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Disposez les pastilles sur un plateau et recouvrez-le de film alimentaire. La levée a lieu en général au bout de 1 semaine. Retirez alors le film alimentaire et placez le plateau près d'une fenêtre ensoleillée, mais à l'abri de la chaleur. Quand les racines sont à l'étroit, installez chaque pastille dans un pot de 10 cm. Dès que les plants ont quelques centimètres de hauteur, éclaircissez et laissez-en juste un par pot.

En 2 semaines, ils se couvriront de feuilles fines, que vous pourrez consommer. Si la plante a eu sa dose de lumière solaire, elle fleurira dans les 6 semaines. Pour produire des graines, voir *La pollinisation à la main*, ci-dessous.

## PETITE DÉGUSTATION

L'aneth est une aromatique tout à fait polyvalente. Vous pouvez ciseler sur vos salades, soupes et dips ses feuilles, qui parfument aussi le poisson. Les graines rehaussent les pickles, les pains, les ragoûts et se marient très bien avec les légumes-racines.

### LA POLLINISATION À LA MAIN

**L**a plupart des plantes de ce chapitre sont des apiacées, caractérisées par la dentelle de leurs fleurs en ombelles – qui ensuite nous fournissent des graines savoureuses. En plein air, les insectes se chargent de féconder les fleurs, en transportant le pollen de l'une à l'autre mais, chez vous, vous devrez polliniser vous-même, si vous désirez des graines. Si les grains de pollen se déposent sur vos doigts quand vous touchez une fleur, vous pouvez les transférer. Secouez les fleurs au-dessus d'une feuille de papier pour faire tomber le pollen. Puis tenez le papier au-dessus des mêmes fleurs et agitez-le à son tour pour assurer la pollinisation.



Graines d'aneth.



*Pimpinella anisum*, Apiacées



TYPE : Aromatique annuelle

CROISSANCE : Rapide

Les premières feuilles de l'anis sont rondes et dentées, les suivantes profondément lobées. Les fleurs disposées en ombelles sont blanches et délicates. En plein air, l'anis atteint 60 cm mais, chez vous, il fera au plus la moitié.

### MODE DE CULTURE

Semez les graines dans des pastilles de coco. Semez serré (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Elles germent en 1 semaine. Comme les jeunes plants n'aiment pas être repiqués, éclaircissez-les pour n'en laisser qu'un par pot quand ils font quelques centimètres. Repiquez-les quand ils déplient 3 paires de feuilles. Placez chaque pastille dans un pot de 10 cm, que vous installerez en plein soleil. Pour produire des graines, lisez *La pollinisation à la main*, p. 71.



Graines d'anis.

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

### Origine

Grèce, Crète et Égypte.

Le papyrus Ebers, célèbre traité médical égyptien rédigé vers 1500 av. J.-C., cite l'anis parmi les plantes médicinales. Les Grecs le considéraient comme un remède et les Romains le mettaient à toutes les sauces. Au Moyen Âge, on considérait l'anis comme un stimulant et un relaxant, une herbe aromatique, un diaphorétique et un tonifiant qui, par ailleurs, soulageait les problèmes pulmonaires et les gastrites. Aujourd'hui, l'anis soigne toujours. Les sirops contre la toux contiennent de l'anethol, un élément de l'essence d'anis, qui aide en cas de maux d'estomac et soulage l'asthme et les bronchites.



### PETITE DÉGUSTATION

Les graines, qui ont un goût marqué de réglisse, servent à aromatiser le pain, les pâtisseries, des confiseries et des liqueurs comme l'anisette, le Pernod et l'ouzo. En Inde, elles servent dans certains currys et se mâchent après le repas, pour faciliter la digestion et purifier l'haleine. En France, on cuite les carottes avec des feuilles d'anis. Elles parfument agréablement les ragoûts et les salades.



TYPE : Aromatique annuelle  
CROISSANCE : Rapide

Cultivé en pleine terre, le carvi ou cumin des prés fait dans les 60 cm. À l'étroit dans un pot à la maison, il est plus petit et touffu. Son feuillage disséqué, tout à fait aérien, ressemble aux fanes de carotte et il porte ses fleurs en ombelles.

### MODE DE CULTURE

Les plants de carvi n'aimant pas qu'on touche à leurs racines lors du repiquage, semez vos graines dans des pastilles de coco. Semez serré (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Quand les plants présentent 3 paires de feuilles, transvasez les pastilles dans des pots de 10 cm, que vous installerez près d'une fenêtre au soleil. Éclaircissez quand ils font quelques centimètres et laissez un seul plant par pot.



Fleurs de carvi.

MÉTHODE : Semis  
LUMIÈRE : Plein soleil

*Origine*

Asie mineure. Le carvi proviendrait de l'ancienne Carie, région qui fait aujourd'hui partie de la Turquie, où il poussait sans doute à l'état sauvage. C'est l'une des plus vieilles plantes aromatiques cultivées. On en a retrouvé des graines près d'habitations lacustres, en Suisse, datant de 5000 ans avant notre ère. Pendant des siècles, cette plante médicinale a servi à soulager toutes sortes de troubles.

Pour produire vos graines, voir *La pollinisation à la main*, p. 71.

### PETITE DÉGUSTATION

Les graines de carvi – ou plutôt de cumin – aromatisent les liqueurs et les cordiaux, dont le plus connu est le *kummel* allemand. On en parsème sur le pain de seigle et certains gâteaux. Le cumin aromatise des pâtisseries et des fromages. Faites cuire des quartiers de choux jusqu'à ce qu'ils soient juste tendres et faites-les revenir dans du beurre avec des graines de cumin. Les jeunes feuilles rehaussent agréablement soupes et salades. Ciselez des feuilles fraîches pour les répartir sur les légumes et les viandes.



# Céleri

*Apium graveolens*, Apiacées



TYPE : Aromatique bisannuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**es feuilles vert clair du céleri et leurs pétioles sont bien connus. À l'intérieur, la plante ne produit pas de pétioles épais, qui sont le résultat de techniques spéciales de culture. Les fleurs forment de jolies ombelles.



Plantation de céleris.

## Origine

**Europe et Asie.**

Dans la nature, le céleri est un familier des zones marécageuses. La culture, au fil des siècles, a transformé la plante amère en ce légume savoureux et croquant que nous connaissons.



## MODE DE CULTURE

Semez le céleri dans des pastilles de coco (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Semez généreusement. Il lui faut une humidité constante. Les graines germent en 1 à 2 semaines. Quand les racines remplissent les pastilles, plantez-les dans des pots de 10 cm et placez-les près d'une fenêtre au soleil. Éclaircissez quand les plants font quelques centimètres, pour n'en laisser qu'un par pot. Le céleri étant une bisannuelle, vous ne verrez ses petites fleurs blanches qu'au bout de 2 ans. Pour produire des graines, voir *La pollinisation à la main*, p. 71.

# Citronnelle

*Cymbopogon citratus*, Poacées



TYPE : Vivace

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Faible luminosité

**L**a citronnelle est une plante décorative aux feuilles vert vif, longues et fines.

Les pétioles sont rigides et durs. Elle est en vente toute l'année dans les supermarchés asiatiques et dans les magasins de produits exotiques.

## MODE DE CULTURE

Sa culture est un jeu d'enfant. Les tiges sont vendues en bottes, avec les bulbes et les feuilles. Regardez, au moment de l'achat, si vous repérez des feuilles vertes. Placez les tiges dans un grand verre, avec assez d'eau pour recouvrir les bulbes. Ajoutez 1 cuillerée de charbon végétal activé (Voir *Comment faire démarrer une plante dans l'eau*, p. 14).



Bulbes prêts à être plantés.

## Origine

**Inde.** De nos jours, la citronnelle est cultivée dans toutes les régions subtropicales. La Californie et la Floride alimentent le marché aux États-Unis.

Les racines vont sortir en 1 semaine. Quand elles font 5 à 7 cm, il est temps de les planter. Maniez avec délicatesse les racines très serrées, qui sont fragiles. Comme elles ne sont pas assez résistantes pour porter les tiges entières, coupez la moitié supérieure. Plantez-les dans des pots remplis de terreau très humide. Faites des trous assez grands et profonds pour y placer les racines et le bulbe et plantez 1 pousse par pot. La citronnelle exige une humidité permanente. Si vous avez un jardin, repiquez-la en pleine terre dès que le temps

se réchauffe. Dans les régions septentrionales, rentrez-la en hiver.

### PETITE DÉGUSTATION

La plante entière est comestible. Préparez-vous des infusions de feuilles ciselées. Écrasez le bulbe comme de l'ail, pour cuisiner des plats asiatiques ou antillais. La citronnelle



Citronelle en jardinière.

a la réputation de soulager les maux de tête et les crampes musculaires, mais aussi de faciliter la digestion.



Botte de citronnelles.

# Coriandre

*Coriandrum sativum*, Apiacées



TYPE : Aromatique annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**a coriandre produit deux types de feuilles. Les feuilles inférieures, lobées, qui ressemblent au persil plat, offrent un joli contraste avec celles du haut, finement divisées. Cette plante est appréciée autant pour ses feuilles fraîches qu'en épice, pour ses graines rondes. Installée près d'une fenêtre au soleil, la coriandre formera des ombelles de fleurs bleu lavande ou roses.

## MODE DE CULTURE

Comme les jeunes plants n'aiment pas le repiquage, semez dans des pastilles de coco. Semez serré (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Lorsque les racines sont visiblement à l'étroit, installez chaque pastille dans un pot de 10 cm. Quand les plants font quelques centimètres, éclaircissez et laissez-en un par pot. Si vous désirez produire des graines, voir *La pollinisation à la main*, p. 71.

## Origine

Europe et Asie.

La coriandre est utilisée depuis fort longtemps, et cela dans le monde entier. On a découvert des graines dans des tombes égyptiennes, les Romains s'en servaient pour conserver la viande et les Chinois appréciaient déjà ses feuilles il y a 3 000 ans.



## PETITE DÉGUSTATION

Les graines de coriandre sont l'un des ingrédients de base des currys et chutneys. Ses feuilles parfument délicieusement une foule de plats asiatiques, mexicains et indiens et font désormais une rude concurrence au basilic.



Feuilles de coriandre fraîche.



Graines de coriandre sèches.

# Fenouil

*Foeniculum vulgare*, Apiacées



TYPE : Aromatique annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**e fenouil est une plante gracieuse mais volumineuse. Ses feuilles vert pâle sont finement divisées en segments filiformes. Les pétioles sont bleuâtres et les fleurs d'un verdâtre qui contraste.

## MODE DE CULTURE

Comme tant d'autres membres de la famille des apiacées, le fenouil n'aime pas être repiqué. C'est pourquoi vous avez intérêt à le semer dans des pastilles de coco (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Semez généreusement. Dès que les plants ont quelques centimètres de hauteur, éclaircissez et laissez-en juste un par pot. Quand les racines sont à l'étroit, installez chaque pastille dans un pot de 10 cm.



Fenouil au potager.



## Origine

Littoral européen de la Méditerranée. La culture du fenouil remonte à plus de 3000 ans. Son nom en grec est *maratho*, d'après la ville de Marathon, ainsi nommée parce qu'elle se dressait près de champs de fenouil. Dans la Grèce et la Rome antique, les guerriers et les athlètes victorieux recevaient des couronnes tressées avec des brins de fenouil.

Le fenouil a besoin du plein soleil et de beaucoup d'eau, mais il est relativement rustique et se plaira sur un rebord de fenêtre froid. Il fleurit au bout de 6 semaines environ. Si vous souhaitez des graines, voir *La pollinisation à la main*, p. 71. Une ombelle livre à elle seule de 20 à 30 graines.

## PETITE DÉGUSTATION

Les feuilles de fenouil ont un goût délicat de réglisse, qui agrémente les salades, sauces, soupes et plats de viande. Les graines contiennent une huile volatile qui sert à aromatiser le pain, la pâtisserie, les bonbons, les liqueurs et la viande. Dans les restaurants indiens, on présente souvent un bol rempli de graines de fenouil confites, pour rafraîchir l'haleine et la bouche après un repas.



# Fenugrec

*Trigonella foenum-graecum*, Fabacées



TYPE : Aromatique annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil



**L**e fenugrec est une jolie petite plante à tiges couchées, dont les feuilles ressemblent à celles des pois, et aux petites fleurs blanches papilionacées. Celles-ci cèdent vite la place à de petites gousses qui ressemblent à des poulaines. Ses graines sont en vente toute l'année dans les épiceries et les magasins de produits diététiques.

## MODE DE CULTURE

Remplissez un pot de 10 cm aux deux tiers de terreau humide. Semez plusieurs graines et recouvrez-les de 5 mm de terreau. Recouvrez de film alimentaire et placez le pot dans un coin au chaud. Quand les graines germent, ce qui prend de 3 à 10 jours, retirez le film



Feuilles de fenugrec.

**Sud de l'Europe et Asie.** Fenugrec vient d'un mot latin signifiant « foin grec ». Si la plante elle-même ne ressemble en rien au foin, elle sert de fourrage dans une bonne partie du pourtour méditerranéen. En Tunisie, la farine de fenugrec servait à engraisser entre autres les fiancées, avant leur mariage.

alimentaire et placez le pot près d'une fenêtre en plein soleil. Comme les tiges retombent, c'est un sujet tout indiqué pour un panier suspendu.

Le fenugrec fleurit au bout de 8 semaines. Il se pollinise spontanément et les gousses suivent peu de temps après.

## PETITE DÉGUSTATION

Les graines de fenugrec sont une épice exotique, en vente dans à peu près toutes les épiceries orientales et asiatiques. On les retrouve dans les currys indiens, tandis que les Irakiens et les Turcs les mélagent à du paprika pour conserver les viandes. Aromatisez au fenugrec vos bouillons de poule, jetez des graines sur la plaque ou le plat où vous allez rôtir un poulet ou du porc, pour parfumer le jus et, surtout, piquez-en l'agneau avant de l'enfourner.



# Moutarde

*Brassica spp.*, Brassicacées



TYPE : Aromatique annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil



**L**e feuillage de la moutarde est rugueux et chiffonné, mais tout à fait joli. Cette plante aux fleurs jaunes à quatre pétales pousse jusqu'à 60 cm si elle a assez de place.

## MODE DE CULTURE

Remplissez un bac aux trois quarts de terreau humide. Répartissez 1 cuillerée à café de graines, sans serrer, et recouvrez d'une très fine couche de terreau. Recouvrez le bac de film alimentaire et placez-le près d'une fenêtre, au chaud et au soleil. Les graines germent vite. Retirez le film alimentaire quand les plants font 10 cm. Le bac lui-même sera très décoratif, comme végétation d'intérieur, mais si vous voulez faire pousser une moutarde jusqu'à maturité,



Graines et fleurs de moutarde.

## Origine

**Europe et Asie.** Depuis l'Antiquité, les graines de moutarde guérissent toutes sortes de maux et servent à conserver les denrées périssables. Aujourd'hui encore, les cataplasmes à la moutarde soulagent les bronchites et les douleurs musculaires.

repiquez-la dans un pot de 10 cm garni de terreau. Enfoncez un crayon sous la racine, pour l'extraire en douceur, et soulevez la plante par les feuilles (elle peut refaire des feuilles, mais pas sa tige). Toujours avec votre crayon, faites un trou assez profond pour loger les racines et recouvrez la tige de terreau sur 2,5 cm. Arrosez bien et placez le pot au soleil. Bien éclairée, la moutarde fleurira.

## PETITE DÉGUSTATION

La moutarde a toutes sortes d'emplois. Coupez les feuilles des plants de 7 cm pour garnir vos steaks, salades et soupes. Les feuilles plus grandes et plus vieilles se cuisent comme des épinards, mais sont bien plus acides. Réduisez les graines en poudre et utilisez-les entières pour aromatiser vos pickles.



# Sésame

*Sesamum indicum*, Pédaliacées



TYPE : Aromatique annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

Cette jolie plante ressemble bien un peu à une mauvaise herbe. Ses feuilles ovales sont légèrement duveteuses. Les fleurs tubulaires roses à blanches, qui font penser à des digitales, sont suivies de capsules remplies de graines.

## MODE DE CULTURE

Achetez des graines intactes dans un magasin de diététique ou une épicerie, mais évitez les graines bien astiquées des supermarchés. Remplissez un bac aux trois quarts de terreau humide. Répartissez une cuillerée à café de graines, sans serrer, et recouvez d'une très fine couche de terreau. Posez du film alimentaire sur le bac et placez-le près d'une fenêtre au soleil.



Graines, capsules et fleurs de sésame.



## Origine

Asie et Afrique. La fameuse formule « Sésame, ouvre-toi ! » a sans doute été inspirée au conteur par les capsules qui éclatent pour disséminer leurs graines. Autrefois, les feuilles mucilagineuses et collantes du sésame étaient utilisées contre la dysenterie et la diarrhée.

Ces graines germent vite et dépasseront les 7 cm en l'affaire de 2 semaines. Ces plantes sont particulièrement jolies quand elles sont plantées en massif dans leur bac d'origine. Le spectacle peut durer des mois. Pour faire parvenir un sésame à maturité, repiquez un plant dans un pot de 15 cm. Les fleurs hermaphrodites livrent des capsules qui éclatent quand elles sont mûres.

## PETITE DÉGUSTATION

Les graines de sésame, au goût de noisette, se parsèment sur les pains et les gâteaux et entrent dans la composition de nombreux desserts et friandises. Elles sont moulues pour la préparation du halva, un nougat moyen-oriental, et du tahini, qui sert dans les sauces pour salades ou pour le houmous. L'huile de sésame, excellente dans les salades, est très utilisée au Japon.



## CHAPITRE

# 5

# Plantes exotiques

**Q**uand Milly et moi nous sommes lancées dans notre quête de noyaux, depuis nos appartements de Manhattan, nous avons commencé par chercher des tubercules sud-américains, que nous avons trouvés à deux blocs de chez nous, dans une petite épicerie portoricaine. Là, nous avons découvert de magnifiques cageots remplis de tubercules en tous genres. Milly, la botaniste, cherchait toujours à dégager le point de croissance et évaluait la viabilité de chacun de ces tubercules. Le propriétaire a commencé à s'inquiéter et bientôt nous étions entourées d'une foule de curieux.

En espagnol, le vocabulaire de Milly se limitait à « Qu'est-ce que c'est ? » et « Comment l'écrivez-vous ? » Cela n'expliquait pas vraiment ses intentions, mais elle a réussi à les convaincre que nous étions inoffensives – ils devaient tout de même nous croire un peu fêlées. En peu de temps, nous étions plongées dans une conversation animée, un joyeux mélange d'espagnol et d'anglais. Nous avons acheté deux tubercules de chaque espèce, l'un à planter, l'autre à goûter. Nous avons retenu une chose de cette excursion : c'est la variété des noms attribués à un tubercule. Ce que j'appelle malanga, Milly le nomme dasheen et l'épicier, yautia. Il nous a assuré que tous ces noms sont corrects, certains étant portoricains, d'autres mexicains, voire espagnols. La taxonomie de ce chapitre se fonde sur l'ouvrage de L. H. Bailey, *Cyclopedia of Horticulture*. Dans la mesure du possible, nous indiquons tous les noms que nous avons relevés.

# Cherimoya

*Annona cherimola*, Annonacées



TYPE : Arbre à feuillage caduc

CROISSANCE : Lente

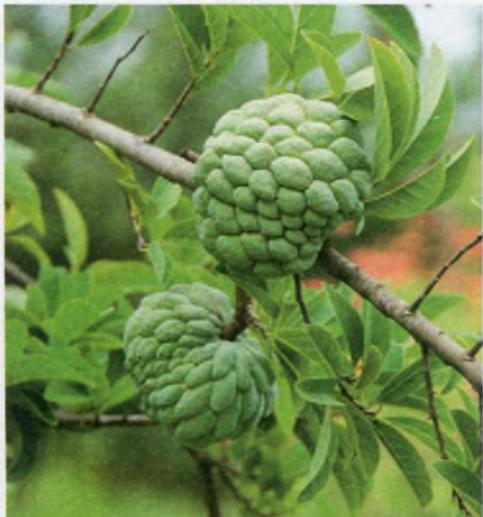
MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**e fruit gris-vert et en cœur du cherimoya pèse de 200 g à 2,70 kg. Sa chair blanche et crémeuse abrite environ 25 graines noires se terminant en pointe et longues de 2 cm. La grâce de cet arbre en fait une plante d'intérieur très appréciée. Le fruit est en vente en hiver, dans les points de vente de produits tropicaux.

## MODE DE CULTURE

Sortez les graines de la pulpe. Placez-les dans des pastilles de coco humides ou un sac rempli de sphagnum (voir *Tout sur les semis*, p. 16, et *Le secret du sac de sphagnum*, p. 13).



Branche de chérimolier.

## Origine

Amérique tropicale.

Le cherimoya est peut-être le plus ancien fruit cultivé par les Amérindiens.

Des urnes en céramique en forme de cherimoya ont été mises au jour dans des sites funéraires antiques au Pérou.

Aujourd'hui, sa culture s'est répandue dans toutes les régions tropicales, ainsi qu'en Californie.



Jeune plant de chérimolier.

Les semis réussissant à 95 %, semez autant de graines que vous désirez de plantes. (Faites sécher une nuit celles que vous n'utilisez pas et rangez-les dans un récipient étanche. Elles resteront viables plusieurs années.) Si vous avez choisi les pastilles de coco, placez-les dans un plateau et recouvrez-le de film alimentaire. Installez-le sur un radiateur ou une nappe chauffante. La levée devrait avoir lieu au bout de 1 à 3 semaines.

Dès que les jeunes plants émergent, retirez le film alimentaire et posez le plateau près d'une fenêtre en plein soleil ou sous une lampe de culture.

Si vous utilisez un sac de sphaigne, durcissez les plantules et repiquez-les dans des pots. Quand un plant sort, il est courbé comme le cou d'un cygne qui plonge sa tête dans l'eau. La capsule ne tarde pas à ressortir, sur un col de 7,5 cm, et reste là plusieurs semaines, tandis que les feuilles sortent lentement, les unes après les autres. Il n'est pas inhabituel de voir un plant avec 6 feuilles vert pâle, bien formées, et des vestiges de sa capsule. Malgré la tentation, on la laisse tranquille.

À la deuxième paire de feuilles, repiquez les plants dans des pots individuels de 10 cm, garnis de terreau humide. Installez les pots au soleil ou sous des lampes. Quand vos cherimoyas sont à l'étroit, ce qui se voit aux racines qui dépassent au fond, rempotez-les dans des pots de 15 cm.

L'arbre pousse de 20 cm par an, mais ne porte pas de fruits à l'intérieur. Vous devrez pincer son rameau principal, qui tend à s'incurver, pour inciter le sujet à se ramifier

et à ne pas trop grandir. Certaines variétés ont un feuillage caduc (leurs feuilles tombent à l'automne).

Si c'est le cas du vôtre, arrosez-le moins.

Après une période de repos végétal, il refera des feuilles.

## PETITE DÉGUSTATION



Cherimoya frais.

Le cherimoya est le roi des fruits tropicaux du Nouveau Monde. Il a une consistance crèmeuse et un parfum où l'on retrouve la fraise, l'ananas, la banane et le yaourt. C'est un dessert délicieux et son jus est rafraîchissant. Versez quelques gouttes de cognac sur le jus et vous avez votre dessert et digestif tout en un. Un jour où il faisait particulièrement chaud, à Miami, on nous a servi un thé glacé au cherimoya, avec une tranche de mangue fraîche sur du quatre-quarts. Je ne pense pas avoir jamais bu un thé aussi désaltérant.

# Christophine

Sechium edule, Cucurbitacées



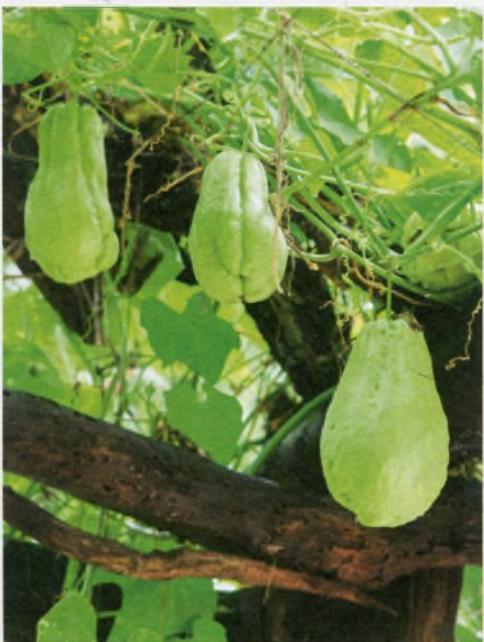
TYPE : Liane vivace

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

Ce fruit vert ou beige, qui ressemble à une courge aux côtes saillantes, est en fait la graine elle-même. Quand vous l'achetez, elle est souvent déjà en train de germer. La christophine devient une liane vigoureuse. En plein air, elle est palissée sur de grandes pergolas, un peu comme la vigne, et peut gagner 15 m en une saison. À l'intérieur, elle a vite fait de recouvrir une fenêtre de ses feuilles lobées qui ressemblent à celles du concombre. Dehors, elle produit des fleurs et des tubercules comestibles qui



Christophines.

## Origine

Mexique et Guatemala. Les Amérindiens cultivaient déjà la christophine longtemps avant l'arrivée des Européens.

sont appréciés en Amérique latine. Ce fruit est disponible toute l'année dans les magasins de produits d'Amérique latine.

## MODE DE CULTURE

Plantez la christophine à l'horizontale, le point d'attache juste sous la surface, dans un pot assez grand et rempli de terreau.

Recouvrez le tout de film alimentaire, pour garder l'humidité, et placez-le dans un coin chaud. À l'apparition des premières pousses, retirez la protection et installez le pot près d'une fenêtre bien éclairée ou au soleil.

Arrosez bien en permanence et ajoutez souvent de l'engrais liquide. Les feuilles ne tarderont pas.

## PETITE DÉGUSTATION

Cuisinez la christophine comme une courge.

# Figue de Barbarie

*Opuntia ficus-indica*, Cactacées



TYPE : Vivace

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**a figue de Barbarie est de couleur rouge brique et grosse comme un bel œuf de poule. Si vous en cueillez, vous remarquerez de petits piquants.

Mais on les retire sur les figues en vente dans les magasins. La pulpe rose foncé est remplie de petites graines noires. Dans la nature, le figuier de Barbarie peut atteindre 4,50 m. Chez vous, il sera beaucoup plus modeste et ne portera pas de fruits. Les feuilles ressemblent à des raquettes charnues. Les fruits sont en vente au printemps et en été sur les marchés arabes et dans certains supermarchés.

## MODE DE CULTURE

Récoltez une douzaine de graines dans la pulpe et nettoyez-les à l'eau. Plantez-les

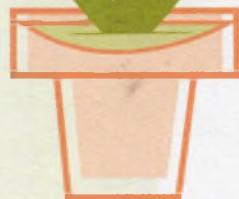


Figue de Barbarie fraîchement coupée.

## Origine

**Mexique et Guatemala.**

Les Amérindiens cultivaient déjà la christophine longtemps avant l'arrivée des Européens.



tout de suite, dans un bac rempli de terreau à peine humide. Ces graines étant petites, enterrez-les à peine. Recouvrez le bac de film alimentaire et installez-le sur un radiateur ou une nappe chauffante.



Jeune cactus de figues de Barbarie.

Assez fantaisiste, la germination du figuier de Barbarie peut prendre de 10 jours à plus de 2 mois pour les graines d'un même lot. Ne videz pas le plateau tant que toutes n'ont pas eu l'occasion de germer – vous aurez des surprises.

Après la sortie des premiers plants, installez le plateau dans un coin chaud et ensoleillé ou sous une lampe. Il doit rester couvert jusqu'à ce qu'une bonne partie des graines ait germé. Vous devez les arroser avec beaucoup d'attention et ne jamais laisser sécher le substrat. Quand les plants font 2,5 cm et portent chacun une feuille typique de cactus, rempotez-les dans des godets de 2,5 cm. Prenez un crayon pour travailler le terreau sous le plant et soulevez-le par sa feuille. Plantez-les individuellement dans des pots remplis de terreau humide et, toujours avec

le crayon, faites un trou assez profond pour loger les racines. Recouvrez la tige de 5 mm de terreau. Quand les racines remplissent le pot, rempotez les plants dans des pots de 10 cm.

Les bébés figuiers n'ont rien à voir avec les adultes et vous vous demanderez sans doute ce qui a bien pu lever dans votre plateau. Au début, vous apercevrez 2 feuilles charnues et sans épines. Deux semaines plus tard, de minuscules soies vertes émergeront entre les feuilles.

C'est le début des premières feuilles vraies, qui ressemblent à des raquettes de cactus. Le figuier de Barbarie prend son temps et ne produit qu'une raquette tous les 6 mois. Il est plus joli quand il est petit. Vous pouvez aussi en faire pousser à partir d'une raquette. Coupez-la en deux et laissez-la sécher toute une nuit.

Remplissez un pot de terreau à peine humide et enfoncez la feuille d'un tiers. Ses premières racines apparaîtront au bout de 1 à 2 semaines. Repiquez dans un pot de 10 cm – soit la longueur des racines – dès qu'elles dépassent par le trou du fond.

## PETITE DÉGUSTATION

La figue de Barbarie allie les saveurs délicieuses de la pastèque et de la fraise. Pour la servir, coupez-la à l'horizontale et mangez-la à la petite cuillère. Les feuilles sont également comestibles, à condition d'être débarrassées de toutes leurs épines. Les Mexicains, qui les appellent *nopalas*, les font bouillir, les grillent ou les font frire, pour les savourer en salades ou dans divers plats.



Cactus de figues de Barbarie

# Goyave

*Psidium guajava*, Myrtacées



TYPE : Arbre/arbuste

persistant

CROISSANCE : Lente

**L**e goyavier est une belle plante d'intérieur qui présente l'énorme avantage de fleurir et de donner des fruits, disponibles dans les magasins de produits exotiques en automne.

## DESCRIPTION

Le goyavier est un petit arbre à feuillage persistant. Ses fruits verts d'un diamètre de 5 à 10 cm, qui ressemblent à des pommes, ramollissent quand ils sont mûrs, un peu comme les pêches. En plein air, l'arbre atteint 7,50 m. En pot, il est nettement plus petit.



Fleur de goyavier.

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

## Origine

Pérou et Brésil.

Les premiers explorateurs espagnols et portugais ont introduit le goyavier dans les Indes orientales et à Guam, d'où il a gagné les régions chaudes de l'Asie et de l'Afrique.



Ses feuilles sont vert foncé et brillantes, ses fleurs blanches, de 2,5 cm, sont parfumées. Le goyavier se plaît en plein soleil, dans une atmosphère humide.



Goyaves brésiliennes fraîches.

## MODE DE CULTURE

Retirez les graines de la pulpe et faites-les tremper (voir *Nettoyer les graines*, p. 16). Semez-les tout de suite ou faites-les sécher et rangez-les dans un récipient étanche, où elles se garderont plusieurs mois. Semez-les dans un grand plateau que vous recouvrirez de film

alimentaire et placerez dans un coin chaud et ensoleillé, à l'intérieur. Elles germeront dans les 15 jours. Quand les plants ont 2 paires de feuilles, ils ont droit à des pots individuels de 10 cm. Le goyavier met 3 ans à fleurir. Pensez à le rempoter quand il en a besoin et sortez-le en été si vous désirez profiter de ses fleurs et de ses fruits.

## GOYAVE DE CHINE

*Psidium littorale*, Myrtacées

**L**a plupart des agrumes du commerce sont des hybrides, obtenus par des croisements successifs visant des fruits plus gros et plus sucrés. Les graines de ces hybrides donnent des plantes stériles ou qui portent des fruits différents de ceux du pied mère. En revanche, les agrumes issus de l'espèce et non d'hybrides ont le même ADN que l'arbre d'origine. Leurs graines (ou plutôt leurs pépins) produiront des sujets qui vous offriront des fruits et des fleurs aux arômes intenses. Ces fruits sont assez difficiles à trouver. En voici quelques-uns.



Fruits de goyavier de Chine.



# Ignane

*Dioscorea spp.*, Dioscoracées



TYPE : Liane vivace

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

**I**gnane se présente sous les formes les plus incroyables, du pied géant au gant de boxe. C'est le plus grand de tous les tubercules et un vrai poids lourd, de parfois 6 kg. Sa liane d'une grande vigueur produit des tubercules toute l'année. En France, on le trouve de septembre à novembre dans les supermarchés asiatiques ou antillais.



Ignane sauvage.

## Origine

Afrique et Asie.

L'ignane est très répandue dans toutes les régions tropicales de la planète.



## MODE DE CULTURE

Placez un tubercule dans un sac de sphagnum humide (voir *Le secret du sac de sphagnum*, p. 13), sur une source de chaleur, dans une pièce chaude et obscure. Vérifiez régulièrement et, si vous repérez des zones molles, coupez-les. Elles feraient pourrir l'ignane. Pour planter, attendez que les lianes atteignent 5 à 10 cm et possèdent déjà des racines vigoureuses.

Choisissez un pot d'un diamètre de 15 à 20 cm et assez profond pour loger le tubercule à l'horizontale. Déposez 2,5 à 5 cm

de terre humide dans le pot, posez votre igname (les pousses en haut, les racines vers le bas), rajoutez du terreau sur les côtés et recouvrez-le à peine. Installez le pot près d'une fenêtre lumineuse, bien au chaud. L'idéal, pour avoir des feuilles aux belles couleurs, est le plein soleil, mais l'igname se porte bien tant qu'il a de la lumière. Arrosez-le tous les jours, compte tenu de sa taille importante. Une fois établi, l'igname peut grandir au rythme hallucinant de 30 cm par jour. Accordez-lui beaucoup de place et des tuteurs pour grimper. Si vous le laissez seul à la maison le week-end, il risque d'étrangler son voisin l'avocatier ou de s'enrouler sur le téléviseur. Vous êtes prévenu, il est vigoureux ! (Vous pourriez même vous en servir pour masquer une clôture grillagée.)

Des petits tubercules se forment sous terre. Quand Milly et moi leur trouvions des formes amusantes, nous les utilisions pour décorer la table.

Certains, au bout de plusieurs mois, se mettaient brusquement à émettre des pousses, alors qu'ils étaient privés de terre, de chaleur ou de lumière.

(Ce phénomène survenait en mai, sans doute le moment de la reprise de la végétation.) Nous étions toujours désolées de nous séparer de notre œuvre d'art, qui finissait sa carrière dans un sac de sphaigne.

### PETITE DÉGUSTATION

L'igname est un peu fibreuse et dure pour les palais européens. Mais elle a un peu le même goût que la patate douce et se prépare de la même manière, bouillie, pelée et écrasée.



Ignames.

# Jicama

*Pachyrhizus erosus*, Fabacées



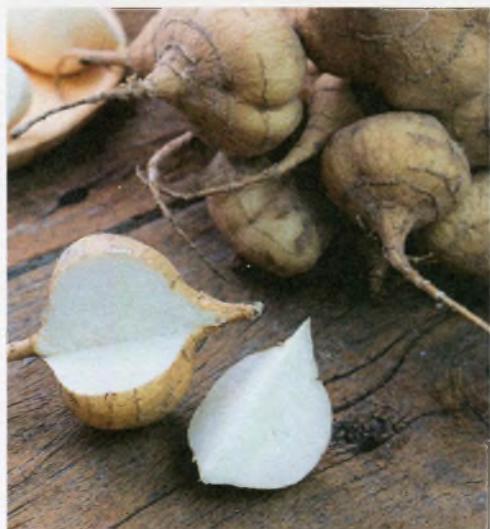
TYPE : Liane vivace

CROISSANCE : Rapide

Le jicama, un cousin des ipomées, est une liane dont la racine ressemble à une grosse rave brune et poussiéreuse. La taille de celle-ci est très variable, de 10 à 15 cm de diamètre. C'est une très jolie plante tapissante.

## MODE DE CULTURE

Placez le côté pointu de la racine dans un bocal rempli d'eau, en la faisant tremper sur 5 cm. Installez le tout dans un coin bien chaud. Au bout de 1 à 2 semaines, des protubérances blanches (les racines) vont apparaître un peu partout sur la face inférieure. En 1 mois ou un peu plus,



Plantation de jicamas.

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

## Origine

Amérique tropicale.

Le mot jicama vient de l'aztèque *xicamatl*.



vous aurez un beau système racinaire, en même temps que des pousses. Ensuite, votre jicama va rétrécir à vue d'œil. Vous le mettrez en pot dès que les racines rempliront le bocal. Mettez dans un pot de 20 cm aux deux tiers du terreau humide. Installez les racines et garnissez de terreau tout autour, en les laissant émerger de 2,5 cm. Posez le pot près d'une fenêtre en plein soleil. Les tiges nues et duveteuses se développent au bout de 6 à 8 semaines. Il faudra encore 2 semaines à la plante pour se couvrir de feuilles.

## PETITE DÉGUSTATION

Le jicama est croquant, avec une saveur douce rappelant la châtaigne d'eau. Dégustez-le seul, avec quelques gouttes de jus de citron vert et 2 ou 3 pincées de sucre et de chili en poudre, sinon avec des crudités ou en salade. Toutes les pièces végétales, à l'exception de la racine, contiennent de la roténone, qui est utilisée dans la fabrication de pesticides.

# Malanga

*Xanthosoma sagittifolium*, Aracées



TYPE : Tubercule vivace

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**e malanga d'Amérique latine est un tubercule marron, long de 10 à 25 cm et large de 5 à 7 cm. Orné d'étroites rayures horizontales et grises, il a en général une extrémité plus pointue. Il porte d'autres noms, comme yautia et dasheen.

Dans la nature, le malanga pousse dans la jungle et les prairies. À l'intérieur, il devient une plante buissonnante et feuillue dont la hauteur dépasse rarement les 30 cm. Ses feuilles vert tendre sont longues de 5 à 15 cm.

Elles se forment au bout d'un long pétiole et, quand l'une s'ouvre, une autre tombe, au même endroit. Le fruit est commercialisé toute l'année dans les magasins d'alimentation latinos et asiatiques.



Malanga fraîchement coupé.

## Origine

Amérique centrale et du Sud.

On dénombre plus d'une quarantaine d'espèces de malangas, dont certaines comptent parmi les plus anciennes racines cultivées au monde. Le malanga est particulièrement apprécié à Cuba et à Porto Rico.



## MODE DE CULTURE

Faites démarrer le tubercule dans un sac de sphagnum (voir *Le secret du sac de sphagnum*, p. 13). Vérifiez le sac tous les 3 à 4 jours : si le tubercule se ramollit par endroits, éliminez ces parties.

Une à trois semaines plus tard, des pousses roses et pointues couvrent tout le tubercule. Plantez-le dès qu'elles font de 2,5 à 5 cm.

Trouvez un pot assez large, et comptez 2,5 cm de plus en tous sens.

Remplissez-le à moitié de terreau.

Posez le tubercule dessus, à l'horizontale, garnissez de terreau autour et recouvrez-le à peine.

Ne vous inquiétez pas pour les pousses que vous venez d'enterrer : elles trouveront bien leur chemin toutes seules.

Aux premiers stades de son développement, le malanga réclame beaucoup de chaleur et d'humidité. Après la plantation, recouvrez le pot de film alimentaire et placez-le au chaud. Retirez la protection quand plusieurs des pousses se transforment en feuilles et installez alors le pot en pleine lumière. Cette plante pousse vite.

Si vous avez un jardin, votre malanga sera heureux de prendre l'air en été, à l'ombre ou dans un bac sur la terrasse, à condition d'avoir bien chaud et à boire. Vous aurez peut-être droit à une petite récolte.

### **PETITE DÉGUSTATION**

Préparez le malanga comme les patates douces : faites bouillir, pelez et écrasez. Il a une agréable saveur de noisette. Ajoutez beaucoup de beurre, salez, poivrez et versez un trait de jus d'orange pour masquer un éventuel léger goût de soufre. Attention : ne mangez pas ses feuilles toxiques.



Feuilles de Malanga.



# Quenette

*Melicocca bijuga*, Sapindacées

TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**La quenette**, appelée « quenepe » en Haïti, est le fruit du quenettier. Les fruits sont ronds et d'un diamètre de 2,5 cm ; leur peau gris-vert les fait ressembler à des raisins parcheminés. À l'intérieur, la pulpe beige translucide entoure une graine de la taille d'une cacahuète. Cette plante séduit surtout pour son feuillage vert clair, tout à fait original. Les feuilles composées de grandes folioles froissées s'attachent sur des pédoncules de 15 à 20 cm. C'est un sujet buissonnant. Ses fruits sont en vente dans les supermarchés chinois, japonais et antillais.

## MODE DE CULTURE

Les graines poussent sans problème dans un plateau ou un sac de sphagnum (voir *Le secret du sac de sphagnum*, p. 13). Si vous choisissez un plateau, recouvrez-le de film alimentaire

**Origine**  
Nord de l'Amérique du Sud,  
Amérique centrale et Antilles.

À Cuba, les vaqueros accrochaient des grappes de quenettes à leur selle pour se désaltérer. Aujourd'hui, on trouve des plantations de quenettes dans le sud de la Floride et de la Californie.

et installez-le sur un radiateur ou une nappe chauffante. Les graines germent vite, en 10 à 15 jours. Dès la sortie des feuilles, retirez le film alimentaire du plateau. Si vous avez choisi le sac de sphagnum, rempotez les plants dans un petit pot et placez-les dans un coin à la lumière et au chaud. Assurez une humidité maximale et ne laissez jamais les plants se dessécher. Rempotez-les quand ils font 7 à 10 cm ou ont 2 paires de feuilles. La quenette pousse plus ou moins de 25 à 30 cm par an. Elle est si buissonnante qu'il n'est pas vraiment nécessaire de la pincer ni de la tailler pour la former.

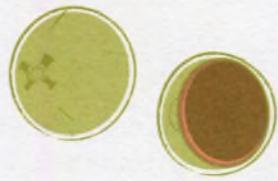
## PETITE DÉGUSTATION

Les quenettes se savourent crues. La saveur de leur pulpe légèrement fibreuse se situe entre le raisin et la mangue. Les graines, grillées comme des châtaignes, ont tout à fait le goût de cacahuètes.



Quenettes fraîches.





# Sapote noire !

*Diospyros digyna*, Sapotacée

TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

**L**e nom de sapote noire peut prêter à confusion. D'une part, la peau de ce fruit n'est pas noire, d'autre part, il n'est pas apparenté à la sapotille, parfois appelée « sapote ».

Les sapotes noires que vous achetez dans les magasins ressemblent à de petits kakis verts. Quand elles sont mûres, leur pulpe noire ressemble à de la graisse à essieux. Elles renferment 6 grosses graines brunes et aplatis, longues et larges d'un bon centimètre.

Le trait le plus frappant de la jeune sapote noire est son tronc noir et dur.

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

## Origine

Mexique et Amérique centrale.

On pense que les Amérindiens cultivent la sapote noire depuis 4000 av. J.-C.

Aujourd'hui, son bois est exploité commercialement.



Elle appartient en effet à la même famille que l'ébène.



Sapotes noires fraîches.

Les jeunes feuilles vert foncé et brillantes, longues et légèrement pointues, forment un beau contraste avec l'écorce sombre.

Ce fruit est en vente dans les magasins latinos et toute l'année dans certaines régions du sud des États-Unis.

### MODE DE CULTURE

Prélevez les graines et rincez-les. Semez-les dans un bac assez grand, rempli de terreau humide. Tassez légèrement le terreau et faites des petits trous pour enfoncer les graines assez profondément. Recouvrez le bac de film alimentaire et posez-le sur un radiateur ou une nappe chauffante.

Les graines germent vite, dans les 10 jours à 3 semaines, avec un taux de réussite de presque 100 %. À la levée, les tiges sont brunes et se courbent, puis elles se redressent et les feuilles sortent. Retirez alors le film alimentaire et installez les jeunes plants près d'une fenêtre au soleil.

Dès que vous apercevez la deuxième paire de feuilles, repiquez les plants dans des pots

de 10 cm remplis aux trois quarts de terreau humide. Soulevez un peu la terre sous les plants et prenez-les un à un, avec délicatesse, en les tenant par une feuille. Faites un trou dans la terre, assez grand pour accueillir les racines, et plantez le jeune sujet.

Placez les pots près d'une fenêtre au soleil et assurez-leur une humidité constante.

Les sapotes noires poussent assez lentement, de moins de 30 cm par an. Quand les racines traversent le fond, repiquez-les dans des pots de 15 cm. Avec un peu de patience, votre arbre vous offrira peut-être des fleurs et des fruits.

### PETITE DÉGUSTATION

La sapote noire est souvent comparée à un pudding au chocolat, à cause de la couleur de sa chair et de sa saveur chocolatée. Quand le fruit est tout à fait mûr (au toucher, on pourrait le croire pourri), mélangez-en à un peu de crème fraîche et de crème de cacao, et servez-le en sauce ou en pudding. Vous pouvez aussi essayer les recettes de gâteaux et de cakes au kaki, et remplacer le kaki par la sapote noire.



# Tamarillo

*Cyphomandra betacea*, Solanacées

TYPE : Arbre

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

Le tamarillo ou « tomate en arbre » est un arbuste sarmenteux qui dépasse rarement les 3 m. Ses grandes feuilles bleu-vert en cœur sont longues de 10 à 15 cm. Les fleurs blanches et violacées, de 6 mm, ressemblent à celles de la tomate. Les fruits ovoïdes, longs de 10 cm, sont orange ou d'un rouge éclatant. Ils renferment des dizaines de petites graines blanches et plates et pendent au bout de longs pédoncules,



Groupe de tamarillos sur l'arbre.

## Origine

Pérou, Chili, Équateur et Bolivie. Le tamarillo s'est répandu de ses aires naturelles vers les autres pays d'Amérique du Sud et a gagné la Nouvelle-Zélande, qui en fait une culture intensive.



sous les grandes feuilles. Vous pourrez vous en procurer de mai à septembre dans les épiceries fines.

## MODE DE CULTURE

Certaines graines sont difficiles à nettoyer sur du papier absorbant, à cause de leur petite taille ou de la pulpe qui adhère. Celles du tamarillo en sont un bon exemple. Le mieux est de les faire tremper. Recueillez des graines et éliminez le plus possible de pulpe. Placez-les dans un petit récipient plein d'eau et attendez quelques jours. La pulpe va remonter à la surface. Égouttez les graines et frottez-les sur du papier absorbant. Quand elles sont sèches,



Plant de tamarillo.

vous pouvez les conserver dans un récipient étanche pendant des mois ou les semer sur-le-champ, dans un grand plateau ou sur des pastilles de coco (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Recouvrez le plateau ou les pastilles de film alimentaire. Installez la plantation près d'une fenêtre au soleil et maintenez une humidité constante.

Lorsque les plants font 10 cm, repiquez-les dans des pots individuels de 10 cm. Si un jeune tamarillo est un peu mou et n'a pas l'air très prometteur, prenez patience : votre vilain petit canard aura bientôt des allures d'anthurium tropical. Prodiguez-lui des soins attentifs et vous croquerez ses fruits dans les 2 à 3 ans.

### PETITE DÉGUSTATION

Certaines recettes remplacent les tomates par des tamarillos. On les pèle comme les tomates, avant de les cuisiner. Sinon, sans les pelé, coupez en deux des tamarillos, saupoudrez-les de sucre et laissez-les une nuit au réfrigérateur. Servez-les frais avec une sauce au sherry et dégustez à la petite cuiller.



Tamarillo frais.



# Tomatillo

*Physalis ixocarpa*, Solanacées

TYPE : Annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil



**L**a tomatillo a un problème d'identité : il ressemble à une plante et son nom en évoque une autre. Avant sa maturité, on pourrait le confondre avec le physalis ou amour-en-cage (*Physalis alkekengi*), une jolie plante toxique, considérée comme une mauvaise herbe. Ceux-ci, quand ils sont mûrs, ont un fruit de 1,2 cm dans une enveloppe orange vif, alors que celle du tomatillo, marron et froissée, est attachée à un fruit rond et ferme. Le nom du tomatillo fait penser au tamarillo (*Cyphomandra betacea*) ou tomate en arbre (voir p. 99).



Tomatillos.

## Origine

Amérique centrale.  
La culture du tomatillo par les Aztèques remonte à 800 ans avant notre ère au moins.



On trouve désormais des tomatillos toute l'année dans les magasins de produits exotiques.

## MODE DE CULTURE

Le tomatillo est vendu et cuisiné alors qu'il est encore vert et ses graines immatures. Pour le faire mûrir, placez-le dans un sac en papier avec une pomme. Il est mûr quand il est jaune. Vous pouvez alors prélever les graines. Comme elles sont minuscules, vous devrez les faire tremper (voir Nettoyer les graines, p. 16). Elles germeront en 1 semaine. Quand les plants ont 2 paires de feuilles, plantez-les dans des pots individuels. S'il fait chaud à ce moment-là, plantez-les dans le jardin, où ils se ressèmeront. Les plantes adultes font 0,90 à 1,20 m de hauteur.

## PETITE DÉGUSTATION

Le tomatillo a un goût piquant, avec une pointe d'amertume. C'est l'ingrédient de base de la *salsa verde mexicaine*.



## CHAPITRE

# 6

# Plantes asiatiques

Les supermarchés asiatiques sont une source absolument fabuleuse de fruits et de légumes frais convertibles en plantes d'intérieur. Vous ramènerez des taro, gingembre, châtaigne d'eau, momordique, litchi, jujube et tant d'autres.

On trouve désormais d'excellents fruits et légumes asiatiques dans les supermarchés, mais ce sont ceux qui s'adressent au consommateur européen standard. Pour les espèces qui sortent de l'ordinaire, essayez les petites boutiques dans les quartiers chinois. La marchandise y est tout aussi fraîche et d'une diversité étonnante.

Les marchés moyen-orientaux ont une aura très particulière. L'air y embaume des senteurs de cannelle, de clou de girofle, de fenugrec et autres parfums exotiques. Tous les haricots secs imaginables y sont proposés dans de grands sacs et tous pousseront, à l'exception des pois cassés. Vous y découvrirez des quantités de fruits secs délicieux. Je suis toujours ravie de mettre la main sur de la pâte de tamarin (voir *Tamarin*, p. 118).

# Canne à sucre

*Saccharum officinarum*, Poacées



TYPE : Annuelle

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**a canne à sucre ressemble au bambou. C'est en fait une grande herbe. Les nœuds de la tige sont garnis de petites racines et d'yeux qui deviendront de longues feuilles engainantes.

Pour la production de sucre, la canne à sucre est la concurrente de la betterave. La plante est en vente en automne, dans les magasins de produits exotiques.

## MODE DE CULTURE

Pour vous lancer dans la culture de la canne à sucre, demandez à votre épicer antillais ou asiatique de couper plusieurs morceaux du haut de la plante, comprenant 2 nœuds. Faites tremper ces boutures dans l'eau une nuit, puis trouvez un pot assez grand pour les planter couchés. Remplissez le pot de terreau



Boutures de cannes à sucre.

## Origine

**Inde, Indochine et l'archipel malais.**  
La canne à sucre est passée d'Inde en Europe, puis en Amérique. Christophe Colomb en a apporté aux Antilles, d'où elle a gagné les États-Unis où la production, aujourd'hui, est concentrée, surtout à Hawaï et dans les États du Sud.

humide sur un tiers. Disposez les boutures et recouvrez-les de 5 cm de terreau. Recouvrez de film alimentaire, pour garder l'humidité, et placez le pot au chaud et dans l'obscurité. Vous pouvez aussi les planter à la verticale. Enfoncez les boutures dans le terreau, les bourgeons dressés vers le haut, en les recouvrant à peine.

À l'apparition des feuilles, retirez le film alimentaire et placez les cannes à sucre en pleine lumière. Les racines et les pousses devraient émerger des nœuds dans les 2 à 3 semaines. Une demi-douzaine de ces boutures plantées dans une jardinière sont du plus bel effet. Une fois établies, les cannes poussent de 30 cm par mois.

## PETITE DÉGUSTATION

Coupez des petits bouts des tiges et mâchez-les crus ou après les avoir fait bouillir.





# Châtaigne d'eau

*Eleocharis dulcis*, Cypéracées



TYPE : Vivace, corme

CROISSANCE : Rapide

Cette corme ronde et marron, haute et large de 2,5 cm, a un fond plat et est hérissé de 1 ou 2 petites cornes ou épis. C'est une plante aquatique dont les longues feuilles ressemblent à de l'herbe. Les supermarchés asiatiques en vendent toute l'année.

## MODE DE CULTURE

La châtaigne d'eau germe très facilement. Choisissez les cormes les plus fraîches et les plus fermes. Placez-les dans un bol ou un petit seau rempli d'eau. Vérifiez régulièrement et, si vous repérez des parties molles, jetez la châtaigne. Au bout de 3 à 6 semaines, des épis blancs vont se former. Quand ils font dans les 5 cm, mettez les plantes en pot. Choisissez des pots de 10 cm, garnis d'un mélange de deux parts de terreau et d'une part de sable ou de gravier pour



Chataignes d'eau.

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

## Origine

Chine. Les Chinois cultivent la châtaigne d'eau pour ses graines depuis au moins 3000 ans. Ils les font bouillir et les vendent parfois dans les rues, comme nos marrons.

oiseaux. Versez 1 petite cuillerée de farine de poisson, puis de l'eau et mélangez pour former une sorte de vase. Elle doit recouvrir la base des épis des cormes.

Les racines se développent au pied de la tige et la vieille corme va pourrir. Recouvrez le fond d'une mince couche de gravier, pour retenir le terreau. Immergez les pots dans un grand plat en verre rempli d'eau sur au moins 15 cm. Placez le tout près d'une fenêtre ensoleillée, bien au chaud.

Changez l'eau au moins une fois par semaine, pour l'empêcher de stagner et pour aérer. Pour cette opération, placez le plat sous un filet d'eau du robinet et laissez-le déborder quelques minutes. La vase qui remonte va se tasser, mais faites attention à ne pas laisser les cormes à découvert. Il vous faudra peut-être rajouter un peu de terreau de temps à autre. La châtaigne d'eau pousse vite, mais ce n'est pas une beauté. J'en ai installé une fois dans un aquarium et les poissons ont adoré ce feuillage.



# Daikon

*Raphanus longipinnatus*, Brassicacées



TYPE : Racine annuelle

CROISSANCE : Rapide

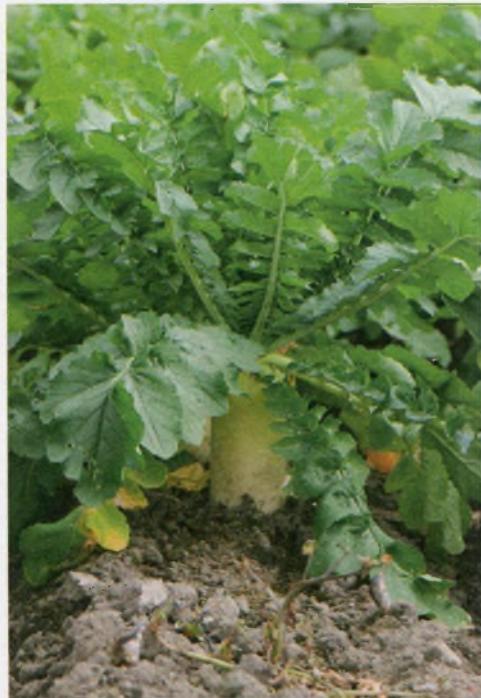
MÉTHODE : Eau

LUMIÈRE : Lumière Faible luminosité

**D**e daikon ou radis oriental est une longue racine blanche de 20 à 30 cm et d'un diamètre de 5 à 7 cm. Il peut peser jusqu'à 8 kg ! Ses feuilles de 25 à 30 cm forment un joli feuillage, abondant et frisé.

## MODE DE CULTURE

Comme il n'est pas évident de trouver un pot de ce format, coupez votre daikon à la longueur qui vous convient. Piquez des



Daikon prêt à être récolté.

## Origine

Chine et Japon.

Daikon signifie « grosse racine » en japonais et « radis blanc » en chinois.

brochettes en bambou dans la peau, à un tiers de la longueur en partant du collet. Remplissez un bocal d'eau et ajoutez 1 cuillerée de charbon végétal activé (Voir *Comment faire démarrer une plante dans l'eau*, p. 14). Placez la racine dans le bocal, les piques reposant sur le bord. Vous ajouterez de l'eau pour compenser l'évaporation. Le feuillage apparaît dans les 2 semaines. Si le daikon a du mal à fleurir à l'intérieur, ses longues feuilles souples compensent amplement.

## PETITE DÉGUSTATION

Ce radis est plus doux que nos radis habituels. Dans la cuisine asiatique, on le trempe dans des sauces ou on le mélange à d'autres légumes.



# Gingembre

Zingiber officinale, Zingibéracées



TYPE : Vivace, rhizome

CROISSANCE : Rapide

**L**e gingembre est un rhizome, tige horizontale souterraine dont partent des tiges et des feuilles étroites. Les longues tiges portent les spadices ou épis, qui comptent jusqu'à une quinzaine de fleurs d'un blanc immaculé et merveilleusement parfumées.

## MODE DE CULTURE

Choisissez un pot large et peu profond, assez grand pour loger le rhizome. Remplissez-le



Racines de gingembre fraîches.

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Indirecte

## Origine

### Asie tropicale.

Aujourd'hui, la culture du gingembre s'est étendue à toutes les régions tropicales.



aux trois quarts de terreau humide et posez le rhizome dessus. Installez-le dans un lieu ensoleillé, mais à l'abri du soleil direct, et veillez à l'humidité. Posez-le sur une source de chaleur.

Les tiges poussent vite et la plante ne va pas tarder à ressembler à une bambouseraie.

Celle-ci peut atteindre 90 cm en 6 semaines.

De nouvelles tiges se forment pour remplacer celles qui meurent. Un pied en bon état émet des pousses pendant plusieurs mois. Sortez-le en été, si vous avez un jardin, ce qui favorisera la floraison.

Les fleurs durent 1 à 2 jours, mais se succèdent rapidement.

## PETITE DÉGUSTATION

Le gingembre a un goût fort, un peu sucré, et est très utilisé dans la cuisine orientale.

Pour l'utiliser, coupez une tranche de rhizome et ôtez la peau.



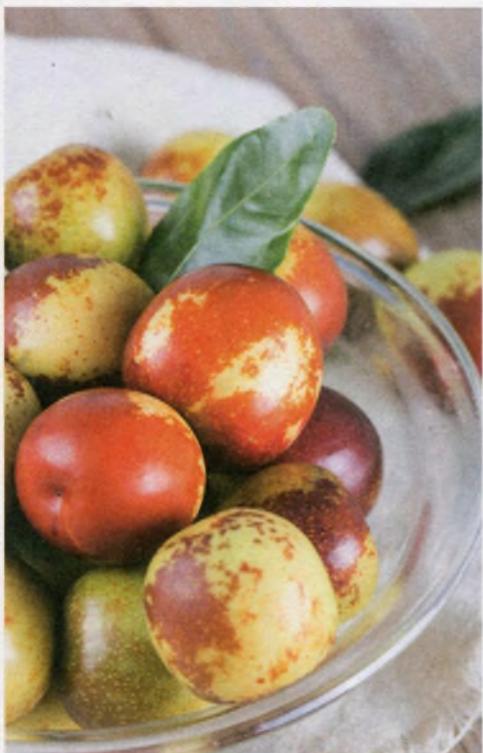
# Jujube

Ziziphus jujuba, Rhamnacées

TYPE : Arbre à feuillage caduc

CROISSANCE : Rapide

Le jujube ou datte chinoise est un petit fruit brun-rouge de la taille d'un kumquat. Il est vendu en général dans des sachets en plastique, à un prix très abordable. Le jujubier, qui n'est pas du tout apparenté au palmier-dattier africain, porte de petites feuilles argentées et brillantes. Son fruit est en vente toute l'année dans les supermarchés asiatiques.



Jujubes fraîches.

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

## Origine

Chine  
et peut-être la Syrie.  
En Chine, où la culture du jujubier remonte à plus de 4000 ans, on dénombre plus de 400 variétés.



## MODE DE CULTURE

Savourez quelques jujubes – pour éliminer la pulpe – en prenant soin de ne pas croquer dans le noyau central (et dur). Pour les faire germer, employez la stratification (voir *Le froid a parfois du bon*, p. 17). Quand vous les sortirez du réfrigérateur, laissez-les dans leur boîte et ils germeront en 10 jours à 3 semaines. Dès que vous apercevez des racines et une pousse, plantez-les dans des pots de 10 cm. Placez les pots près d'une fenêtre au chaud et au soleil ou sous une lampe. Le terreau doit rester humide en permanence.

Pour obtenir une belle plante buissonnante, quand elle atteint 10 cm, pincez les tiges et continuez avec les rameaux successifs. Sinon, elle poussera tout en longueur.



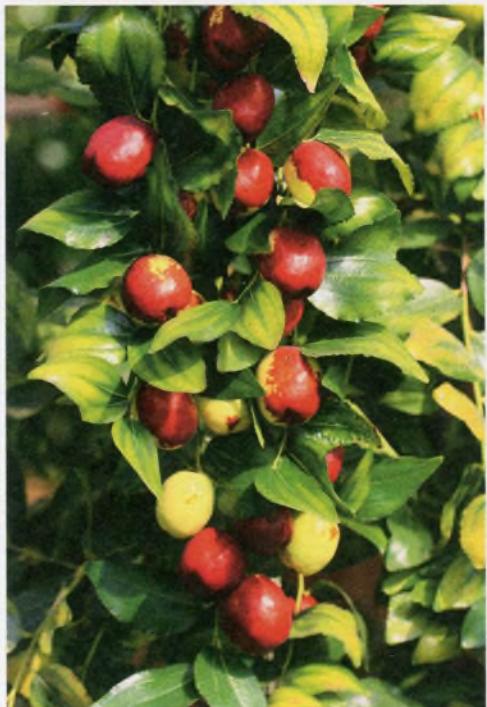
Jujubier en pot

Le jujubier, avec ses petites feuilles et ses fleurs précoces, est un excellent sujet pour bonsaï (un arbre nain que vous formez en le pinçant et en le taillant). Après les dernières gelées, installez votre jujubier dehors, dans le jardin, la cour ou sur le balcon. Laissez-le en plein air jusqu'à l'automne, où il perd ses feuilles.

Pour son repos végétal, mettez-le au frais, à la cave ou dans un garage. Sa zone de rusticité de 7a correspond à des températures allant de -17,8 à -15 °C.

### PETITE DÉGUSTATION

Les jujubes se savourent frais ou secs.



Branche de jujubier.

# Kaki

Diospyros kaki, Ébénacées



TYPE : Arbre à feuillage caduc

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**e kaki ressemble à une tomate orange. Les premières feuilles de l'arbre, le plaqueminier, sont brillantes et pointues mais, 1 mois plus tard, elles se veinent et changent complètement d'aspect. Les kakis sont sur tous les étals en automne et en hiver.



Kakis mûrs.

## MODE DE CULTURE

Si la plupart des kakis n'ont pas de graines, les variétés petites sont plus susceptibles d'en contenir. Les graines d'au moins 7 mm sont brunes et oblongues. Ne misez pas sur les minuscules graines situées à la pointe du fruit, qui sont abortives et ne se développeraient pas. Cela dit, les kakis sont délicieux et vous n'aurez aucun

## Origine

**Chine.** Introduit au Japon il y a fort longtemps, le kaki y est très apprécié de nos jours. L'expédition de Perry en ramena du Japon aux États-Unis. Aujourd'hui, le plaqueminier est cultivé en Californie et dans des régions du Sud, correspondant à des zones de rusticité de 7 à 10.



mal à en manger une douzaine afin de dénicher quelques graines.

Commencez par extraire les graines du fruit.

Vous devrez les stratifier au réfrigérateur (voir *Le froid a parfois du bon*, p. 17).

Cette méthode assure un taux de réussite de 100 %.

Quand vous les sortez du réfrigérateur, plantez-les dans des pastilles de coco, à raison d'une graine par pastille (voir *Tout sur les semis*, p. 16). Recouvrez les pastilles de film alimentaire, pour garder l'humidité. Les graines germent en 2 à 3 semaines.

Après la levée, retirez le film alimentaire et placez le plateau près d'une fenêtre en pleine lumière. Si elle est orientée au sud ou à l'ouest, le jeune pluqueminier poussera mieux.

Les jeunes pousses sont enroulées, puis se redressent et se parent de leurs premières feuilles. Dès qu'elles font 7 cm, remplissez un pot de 10 cm aux deux tiers de terreau humide. Posez la pastille sur le terreau et garnissez de terreau humide sur les côtés.



Jeune pluqueminier.



Kaki non mûr sur branche de pluqueminier.

Quand les plantes atteignent 30 cm, pincez-les pour souligner leur forme ronde naturelle. Arrosez-les soigneusement et ne les laissez pas se dessécher. Le pluqueminier ne fleurit pas dans un intérieur, mais deviendra un petit arbre solide. Si vous avez un jardin, sortez-le par beau temps. Cet arbre a pour zone de rusticité 7b, ce qui correspond à des températures situées entre -12,3 et -14,9 °C.

### PETITE DÉGUSTATION

Le kaki est un fruit délicieux, mais dur comme du bois et plein de tanins quand on l'achète. Pour en faire mûrir, laissez-les 24 heures au congélateur. Sortez-les et, une fois décongelés, ils seront tendres et sucrés à souhait.



# Litchi

*Litchi chinensis*, Sapindacées



TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**e litchi (écrit aussi letchi ou lychee) ou cerisier de Chine est un arbre aux fruits ronds et roses, dont le péricarpe est couvert de petites protubérances. Cette plante aux feuilles brillantes et délicates est ravissante. En plein air, l'arbre culmine à 12 m. Milly en possédait un, dans son appartement, qui a atteint 1,80 m au bout de 3 ans. Le litchi est devenu incontournable au moment des fêtes de fin d'année.

## MODE DE CULTURE

Il n'est pas question, évidemment, d'acheter des litchis en conserve, qu'on peut se procurer toute l'année un peu partout : il n'en sortira rien. Il vous faut des noyaux frais. Pour ce faire, attendez la saison, achetez des litchis, épandez-les et régalez-vous. Plantez les noyaux dans des pastilles de coco dans les 5 jours (voir *Tout sur les semis*, p. 16).



Noyer de litchi frais.



## Origine

Sud de la Chine. Les Chinois cultivent le litchi depuis plus de 2000 ans.

Ils devraient germer en 15 jours. Laissez les jeunes plants pousser dans leurs pastilles jusqu'à ce que les racines les remplissent. Plantez-les alors dans des pots de 10 cm, remplis sur un tiers de terreau humide. Posez la pastille dessus, garnissez de terreau sur les côtés, mais recouvrez-la à peine. Placez les pots près d'une fenêtre en pleine lumière.



Branche de litchi.

# Momordique

*Momordica charantia*, Cucurbitacées

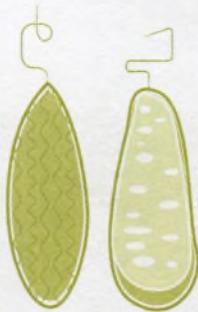


TYPE : Liane annuelle

CROISSANCE : Rapide

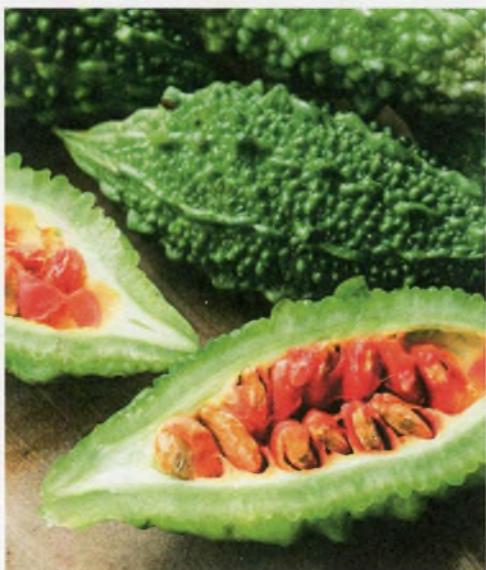
MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil



Le momordique ou melon amer est aisément reconnaissable à sa forme étrange. De couleur gris-vert, il est allongé (15 à 20 cm de longueur), effilé, verruqueux et compte 8 à 10 côtes longitudinales. À sa maturité, le momordique devient rouge vif et est du plus bel effet dans un compotier rempli de fruits. Cette liane gracieuse aux feuilles profondément lobées porte de petites fleurs jaunes.

Elle grimpe à l'aide de ses vrilles qui s'enroulent sur tous les supports que vous lui fournirez. Les fruits sont en vente dans les supermarchés asiatiques toute l'année.



Les graines du melon amer.

## Origine

Afrique et Asie tropicale.

Le momordique est cultivé comme liane ornementale dans le sud des États-Unis. En France, il prospère sous abri, comme les melons.

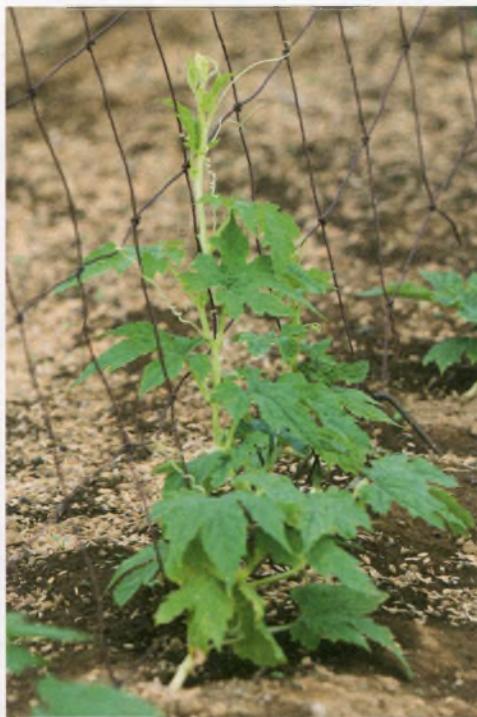


## MODE DE CULTURE

Sortez la graine de son arille (enveloppe) rouge, qui s'enlève facilement. Remplissez un panier suspendu de 15 cm de terreau humide, jusqu'à 2,5 cm du bord, et semez 3 graines. Recouvrez-les de 5 mm de terreau, posez sur votre plantation un film alimentaire et installez-la dans un coin bien chaud.

Les graines germent en 1 semaine.

Retirez alors le film alimentaire et suspendez le panier près d'une fenêtre à la lumière ou en plein soleil. Arrosez souvent ce melon amer qui pousse vite.



Jeune plante de momordique.

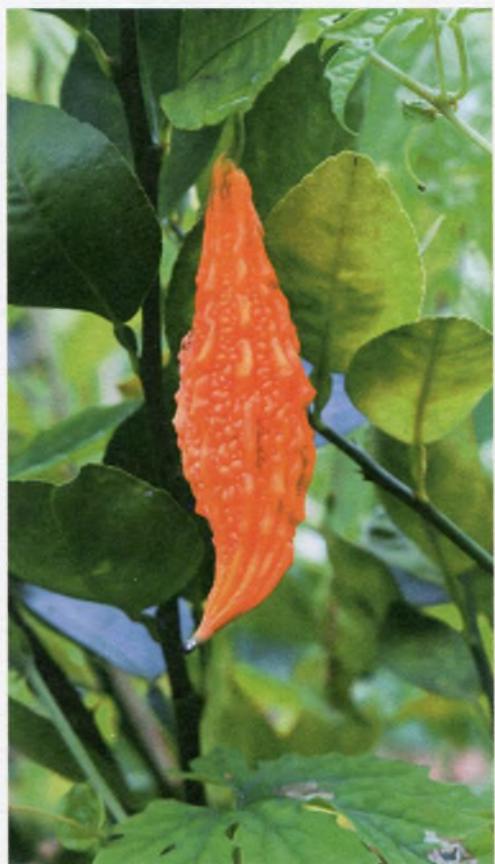
Attachez quelques lianes sur le système d'accrochage du panier et laissez retomber les suivantes.

Cette plante encadre aussi très joliment les fenêtres. Pour l'aider, plantez-la dans un pot et tendez des fils autour de la fenêtre. La lumière de l'extérieur mettra en valeur cette superbe tenture végétale, bientôt parsemée de petites fleurs jaunes. Si vous désirez obtenir de petits melons et des graines, suivez les instructions sur la pollinisation p. 71. Ne soyez pas triste de voir périr cette annuelle magnifique, qui pousse vite et facilement.

## PETITE DÉGUSTATION

L'amertume annoncée par le nom de ce fruit n'est pas une exagération – vous ne l'oublierez pas. Le momordique est utilisé dans les soupes et avec le bœuf, pour relever les plats fades. Les gastronomes chinois raffolent de l'arille rouge et sucré, qui entoure la graine.

**Attention : ne consommez pas les graines, qui sont toxiques.**



Momordique à maturité.



# Néfle du Japon

*Eriobotrya japonica*, Rosacées

TYPE : Arbre/arbuste à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Faible luminosité

Les nèfles du Japon, loquats ou bibasses sont ronds et petits (2,5 à 5 cm), jaunes à orange clair, et leur peau lisse et fine. Ils sont vendus en grappes. Leur peau sensible se couvre facilement de taches brunes, qui ne sont pas un signe d'âge ou de mauvaise qualité. L'arbre est un beau sujet à la charpente symétrique. Les jeunes feuilles, couvertes d'un duvet gris, virent ensuite au vert foncé. Longues de 10 à 12 cm sur un jeune arbre, elles atteignent 20 cm sur un sujet adulte. De la fin du printemps au début de l'été, les magasins asiatiques et de produits exotiques proposent des nèfles du Japon.

## MODE DE CULTURE

La cavité centrale du fruit renferme de 1 à 3 grosses graines. Éliminez les



Néfliers frais.



## Origine

Chine et Japon.

Aujourd'hui, le néflier du Japon est cultivé dans toutes les régions subtropicales du monde.

Aux États-Unis, sa culture commerciale est limitée aux zones limitrophes du golfe du Mexique.

restes de pulpe et placez-les dans un sac de sphaigne ou semez-les dans un plateau. Recouvrez le plateau de film alimentaire et placez-le sur un radiateur ou une nappe chauffante. Les graines vont germer au bout de 2 à 4 semaines. Ôtez alors le film alimentaire et installez le plateau à la lumière et au chaud, en évitant les rayons directs du soleil et les courants d'air. Si vous avez opté pour la sphaigne, plantez les jeunes pousses dans un petit pot. Installez-les près d'une fenêtre orientée au nord ou sous une lampe. Quand les plants ont 2 paires de feuilles, repiquez-les dans des pots de 10 cm remplis de terreau humide. Faites un trou assez grand et profond pour loger les racines. Posez votre plant dedans, sans enterrer le collet. Remettez les pots près de leur fenêtre orientée au nord ou sous leur lampe.



Néfliers du Japon en fleurs.

La plupart des néfliers du Japon commencent à ramifier à la fin de la première année. Ils atteignent alors 20 à 25 cm. Si le vôtre refuse de buissonner, pincez la pousse centrale, ce qui fera sortir de nouveaux rameaux en quelques semaines. Les premières années, il pousse lentement, mais ensuite il lui arrive de gagner 60 cm par an. Le néflier du Japon a une zone de rusticité de 8, soit -9,5 à -12,2 °C, et se cultive plutôt en arbuste ornemental.

### PETITE DÉGUSTATION

Les nèfles du Japon (loquats ou bibasses) sont délicieuses fraîches. Leur saveur rappelle assez la pêche ou la nectarine. On les trouve également en conserve, en confiture ou en gelée.



Arbre rempli de nèfles mûrs.

# Sagittaire à larges feuilles

*Sagittaria chinensis*, Alismatacées



TYPE : Vivace aquatique, corme

CROISSANCE : Rapide

MÉTHODE : Gravier/eau

LUMIÈRE : Faible luminosité

La sagittaire à larges feuilles ou flèche d'eau est une plante imposante, aux tiges dressées et aux feuilles en forme de fer de flèche, larges de 15 à 20 cm. Elle atteint 1,20 m, même à la maison. Ses fleurs blanches et parfumées sont fabuleuses. Cette vivace aquatique est l'un des fleurons des jardins aquatiques. Ses cormes sont en vente pendant 3 à 4 semaines dans les supermarchés asiatiques.

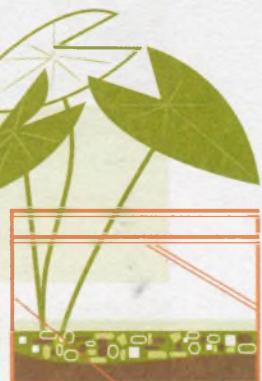
## MODE DE CULTURE

Le corme dont va émerger la jeune plante ressemble à un bulbe de tulipe. Sa période de vente est si limitée qu'il faut vraiment avoir l'œil. Choisissez une corme ferme, avec une petite pousse au sommet. Dans la nature, cette plante vit dans les sols alluviaux fertiles des rivières paresseuses et des étangs.

Pour reproduire ce milieu, mélangez 3 parts de terreau et 1 part de sable ou de gravier

## Origine

Régions tempérées et subtropicales de l'Asie.



pour oiseaux. Ajoutez 1 cuillerée de farine de poisson, puis assez d'eau pour obtenir une sorte de boue. Le mélange aura un peu l'odeur du sable humide à marée basse. Étalez 2,5 cm de votre mélange vaseux dans un petit aquarium vide. Posez dessus 2 cormes et recouvrez de 5 cm de sable ou de gravier. Versez de l'eau de façon à recouvrir le sol sur 2,5 cm. Les sagittaires à larges feuilles cultivées de cette façon émettent des tiges souterraines qui s'enfoncent ou reposent sur la vase et vont former de nouvelles cormes. Si une plante devient trop encombrante, coupez tout simplement les cormes et retirez-en quelques-uns. Essayez aussi de cultiver vos sagittaires sur du gravier (voir *Un bon départ dans le gravier*, p. 9).

## PETITE DÉGUSTATION

Les cormes des sagittaires à larges feuilles contiennent de l'amidon et leur goût rappelle la patate douce. Préparez-les de la même manière : faites bouillir, pelez et écrasez.



Bulbe de sagittaire nageante.

# Tamarin

*Tamarindus indica, Fabacée*



TYPE : Arbre à feuillage persistant

CROISSANCE : Lente

MÉTHODE : Semis

LUMIÈRE : Plein soleil

**L**es gousses couleur de cannelle, longues de 7 à 20 cm, ressemblent à de grosses fèves. Le tamarinier est un grand arbre au feuillage charmant, qui se ferme la nuit et s'ouvre aux premières lueurs de l'aube. Ses feuilles, qui font penser à celles de l'acacia, sont composées de 9 paires de folioles. Le tronc mince se développe sans se presser. On peut se procurer des gousses fraîches au printemps et en été dans les supermarchés asiatiques et les magasins de produits exotiques.

## MODE DE CULTURE

Quand la gousse est mûre, son enveloppe externe se casse facilement, ce qui donne accès à la chair foncée et poisseuse.



Gousses, pulpe et graines de tamarin.

## Origine

**Sud de la Chine.**

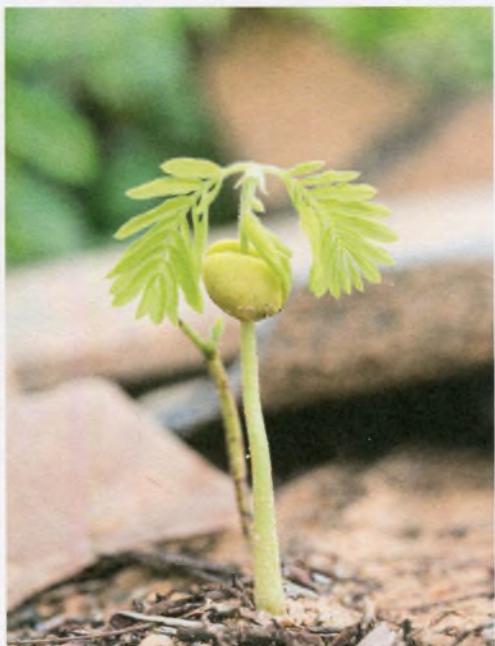
Les Chinois cultivent le litchi depuis plus de 2000 ans.



Chaque gousse contient de 3 à 8 graines brunes et brillantes. (Souvent la pulpe est vendue en sachets de plastique comme pâte de tamarin. Tâtez pour voir si vous sentez des graines, qui seront viables le plus souvent.)

Les tamariniers se reproduisent facilement par semis. Incisez l'enveloppe dure de la graine avec une lime à bout pointu ou du papier de verre et faites-la tremper jusqu'à ce que sa peau se ride et qu'elle grossisse – il ne lui faut pas plus d'une heure.

Vous pouvez semer les graines ensemble dans un plateau, à une profondeur égale à 2,5 fois leur taille. Recouvrez le plateau de film alimentaire et placez-le sur un radiateur ou une nappe chauffante.



Jeune plant de tamarin.

Les graines germent en 2 semaines. Retirez alors le film alimentaire et placez les jeunes plants près d'une fenêtre au soleil et au chaud. Les jeunes plants sont adorables, avec leurs gousses au bout des longues tiges grêles. Ils ressemblent à une petite armée de sucettes. Les vraies feuilles composées sortent quelques semaines plus tard. Rempotez alors les plants dans des pots individuels de 10 cm, remplis sur un tiers de terreau humide. Installez vos plantations près d'une fenêtre au soleil. Le substrat doit rester

humide en permanence, sinon le tamarinier perd ses feuilles. Bien taillé, il poussera de 30 cm par an.

### PETITE DÉGUSTATION

La pâte de tamarin, fabriquée avec la pulpe des gousses, sert à élaborer des currys et de nombreuses sauces dans la cuisine indienne. Essayez aussi le tamarin en infusion. **Attention : à haute dose, ces infusions délicieuses et piquantes ont un effet laxatif.**



Tamarinier.



# Taro

*Colocasia esculenta*, Aracée

TYPE : Vivace

CROISSANCE : Rapide

**L**e taro est une grande corme arrondie, légèrement aplati en haut et pointu en bas. Il est brun, avec des rayures horizontales un peu plus foncées. Sur une corme de belle taille, d'un diamètre de 7 à 10 cm, on remarque des yeux émergeant entre les stries. Les horticulteurs vendent les taros comme plantes ornementales sous le nom d'oreilles d'éléphants, à cause de la forme de leurs feuilles. Dans les magasins asiatiques, les cormes sont en vente toute l'année.



Récolte de taro.

MÉTHODE : Terreau

LUMIÈRE : Plein soleil

## Origine

Jungles tropicales d'Asie.  
Sa culture est très ancienne.



## MODE DE CULTURE

Cette plante, qui nous vient des jungles tropicales de l'Asie, exige une forte dose de chaleur et d'humidité pour germer. Placez la corme dans un sac rempli de sphagnum (voir *Le secret du sac de sphagnum*, p. 13), fermez-le et placez-le au chaud et dans l'obscurité. Le taro germe au bout de 3 jours. Les yeux commencent à se gonfler, en haut, tandis qu'en bas, sur les trois quarts de la corme, d'épaisses racines sortent de toutes parts. Vérifiez tous les 3 ou 4 jours qu'il ne présente pas de zones molles, comme pour tous les tubercules, cormes et bulbes. Coupez-les, si vous en repérez, sinon elles feraient pourrir le corme. Quand les racines font 7 cm, plantez la corme dans un pot d'un diamètre supérieur au sien d'au moins 2,5 cm.

Garnissez le fond de 2,5 à 5 cm de terreau humide. Placez la corme à la verticale, garnissez de terreau sur les côtés et laissez-le dépasser de 2,5 cm. Dans les premiers temps, la corme exige une forte humidité et une source de chaleur ascendante. Recouvrez le pot de film alimentaire et placez-le près d'une fenêtre à la lumière, mais à l'abri des rayons du soleil. Laissez le film alimentaire en place tant que la grande hampe centrale n'a pas atteint 15 cm.

Le taro pousse à toute allure et peut atteindre 90 cm en 2 mois. Chaque corme forme un bouquet de grandes feuilles.

### PETITE DÉGUSTATION

Le taro se sert comme des pommes de terre, bouilli ou en tranches, et frit telles des chips. À Hawaï, on prépare le poi, une pâte fermentée collante, avec de la bouillie de taro. Attention : toutes les parties de cette plante sont toxiques quand elles ne sont pas cuites.



Plante de taro.

# *Index*

## **A**

- acariens, 21  
*Achras zapota*. Voir sapotille  
*Actinidia sinensis*. Voir kiwi  
agrumes, 45  
ail, 24-25  
air sec, lutter contre l', 12  
*Allium spp.* Voir ail, oignons, échalotes  
amande, 46  
*Ananas comosus*. Voir ananas  
ananas, 47-48  
aneth, 70-71  
*Anethum graveolens*. Voir aneth  
anis, 72  
*Annona cherimola*. Voir cherimoya  
*Apium graveolens*. Voir céleri  
*Arachis hypogaea*. Voir cacahouète  
aromatiques, plantes cultivées à partir d', 71-81  
*Averrhoa carambola*. Voir carambole  
avocat, 49-50  
azote, 12-13

## **B**

- besoins des plantes, 10  
besoins en eau, 11-12  
besoins en lumière, 10-11  
*Beta vulgaris*. Voir betterave  
betterave, 26  
*Brassica rapa*. Voir navet  
*Brassica spp.* Voir moutarde  
bulbes, faire démarrer, 14

## **C**

- cacahouète, 51  
*Caesalpinoideae*, 53  
canne à sucre, 104  
carambole, 52  
*Carica papaya*. Voir papaye  
carotte, 27

- caroube, 53  
*Carum carvi*. Voir carvi  
carvi ou cumin des prés, 73  
céleri, 74  
cerisier de Chine. Voir litchi  
charbon activé, 14  
châtaigne d'eau, 105  
cherimoya, 94-95  
choc thermique, 19  
christophine, 86  
*Cicer arietinum*. Voir pois chiche  
citron 'Meyer', 44  
*Citrus 'Ponderosa'*, 44  
citron, 45-45  
citronnelle, 75-76  
*Citrus × hystric*. Voir combava  
*Citrus × meyeri*. Voir citron 'Meyer'  
*Citrus crassifolia*. Voir kumquat 'Meiwa'  
*Citrus limon 'Ponderosa'*.  
Voir citron 'Ponderosa'  
*Citrus spp.*, 45  
cochenille, 20  
cochenilles farineuses, 20  
*Colocasia esculenta*. Voir taro  
combava, 44  
coriandre, 77  
*Coriandrum sativum*. Voir coriandre  
courgette, 28-29  
*Cucurbita pepo*. Voir courge  
*Cymbopogon citratus*. Voir citronnelle  
*Cyphomandra betacea*. Voir tamarillo

## **D**

- daikon, 106  
datte chinoise. Voir jujube  
datte, 54-55  
*Daucus carota*. Voir carotte  
de tous les jours, plantes cultivées  
à partir de légumes, 22-41

*Dioscorea* spp. Voir igname

*Diospyros digyna*. Voir sapote noire

*Diospyros kaki*. Voir kaki

## E

eau, 11-12

eau, faire démarrer une plante dans l'eau, 14

échalote, 24-25

éclairage artificiel, 11

*Eleocharis dulcis*. Voir châtaigne d'eau

endurcir les plants, 18

engrais, 13

engrais liquide, 13

épices, plantes cultivées

à partir d', 68-81

*Eriobotrya japonica*. Voir loquat

## F

faire démarrer une plante, 15-19

faire germer, 16-31

faire lever des plantes dans du terreau, 15

feijoa, 56

*Feijoa sellowiana*. Voir feijoa

fenouil, 78

fénugrec, 79

*Ficus carica*. Voir figue

figue, 57

figuier de Barbarie, 87-88

*Foeniculum vulgare*. Voir fenouil 78

froid, 17

fruits, plantes cultivées à partir d', 42-77

fumagine, 21

## G

gingembre, 107

goyave, 89-90

goyavier de Chine, 90

goyavier du Brésil. Voir feijoa

goyavier. Voir goyavier de Chine,

goyave/goyavier

graines, 16

gravier, faire démarrer les plantes dans du, 15

grenade, 58-59

## H

haricots mungo, faire germer, 31

haricots nains, 30-31

haricots, 30-31

*Helianthus tuberosus*. Voir topinambour

## I

igname, 91-92

*Ipomoea batatas*. Voir patates douces

## J

*Japanese plum*. Voir loquat

jicama, 93

jujube, 108-109

## K

kaki/plaqueminier, 110-111

kiwi, 60-61

kumquat, 44-45

kumquat 'Meiwa', 44

## L

lampes du commerce, 11

légumes-racines, faire démarrer, 15

légumes. Voir aussi les espèces

*Lens culinaris*. Voir lentille, 32

lime, 45

litchi, 112

*Litchi chinensis*. Voir litchi

lumière, 10-11

## M

malanga, 94-95

mandarine, 45

*Mangifera indica.* Voir mangue  
mangue, 62-63  
*Melicocca bijuga.* Voir quenette/quenettier  
mettre en pot, 16, 18  
*Momordica charantia.* Voir momordique  
momordique ou melon amer, 113-114  
mouche blanche, 21  
moutarde, 80

**N**

nappe chauffante, 18  
navet, 33  
néflier du Japon/néfle du Japon ou bibasse  
ou loquat, 115-116  
nettoyer les graines, 16  
noix, plantes cultivées à partir de, 42-67  
nopales. Voir figue de Barbarie  
noyaux, faire démarrer des, 14

**O**

oignon, 24-25  
*Opuntia ficus-indica.* Voir figuier de Barbarie  
orange, 44-45

**P**

*Pachyrhizus erosus.* Voir jicama  
palmier. Voir datte  
pamplemousse, 44-45  
papaye, 64-65  
pastilles de fibre de coco, 17  
patate douce, 34-35  
*Persea spp.* Voir avocat  
*Phaseolus vulgaris.* Voir haricot  
*Phoenix dactylifera.* Voir datte  
phosphore, 13  
photosynthèse, 10  
*Physalis ixocarpa.* Voir tomatillo  
*Pimpinella anisum.* Voir anis  
*Pisum sativum.* Voir pois

plantes asiatiques, 102-121  
plantes exotiques, 82-101  
plants, repiquer, 18  
pois chiche, 37  
pois, 36  
pollinisation à la main, 71  
pomme de terre, 38  
potassium, 13  
pots  
pour les semis, 16  
pour rempoter, 18-19  
*Prunus amygdalus.* Voir amande  
*Psidium guajava.* Voir goyave/goyavier  
*Psidium littorale.* Voir goyavier de Chine  
pucerons, 20  
*Punica granatum.* Voir grenade

**Q**

quenette/quenepe, 96

**R**

racines, faire démarrer des, 14-15  
radis oriental. Voir daikon  
radis, 39  
*Raphanus longipinnatus.* Voir daikon  
*Raphanus sativus.* Voir radis  
ravageurs, 20-21  
rempoter, 18-19  
repiquer des plants, 18

**S**

*Saccharum officinarum.* Voir canne à sucre  
sagitaire à larges feuilles ou flèche d'eau, 117  
*Sagittaria chinensis.* Voir sagitaire à larges feuilles  
sapote noire, 97-98  
sapotille, sapotillier 66-67  
*Sechium edule.* Voir chayote  
semis, 16-17  
sésame, 81

*Sesamum indicum.* Voir sésame  
 soins à prodiguer aux jeunes plantes, 18-19  
 soja, faire germer, 31  
*Solanum tuberosum.* Voir pomme de terre  
 sortir les plantes en été, 19  
 sphaigne, 13  
 stratification, 17

**T**

tailler les avocats, 50  
 tamarillo, 99-100  
*Tamarindus indica.* Voir tamarinier  
 tamarinier/tamarin, 118-119  
 taro, 120-121  
 techniques de jardinage, 8-21  
 terreau, 12-13  
 tomate en arbre. Voir tamarillo  
 tomatillo, 101  
 topinambour, 40-41  
 transpiration, 11  
*Trigonella foenum-graecum.* Voir fenugrec  
 tubercules, faire démarrer, 14-15  
 tubes fluorescents, 11

**X**

*Xanthosoma sagittifolium.* Voir malanga

**Z**

*Zingiber officinale.* Voir gingembre  
*Ziziphus jujube.* Voir jujube

**Remerciements**

J'aimerais remercier les personnes suivantes :

les membres du Rare Pit & Plant Council (Conseil des noyaux et plantes rares), pour l'enthousiasme et le savoir qu'ils ont partagés au cours de cette exploration du monde merveilleux des noyaux,  
 Stephen Facciola, l'auteur de *Cornucopia*, une source d'infos inappréciable sur les plantes comestibles,  
 Daniel Milkusky, qui nous a guidées si gentiment sur Internet,  
 Byron et Laurelynn Martin, propriétaires des pépinières Logee's Tropical Plants, qui ont relu le manuscrit en entier avant sa publication et nous ont communiqué leurs commentaires.

*Les crédits ci-dessous apparaissent par ordre d'apparition.*

#### **Shutterstock**

All, oignon, échalote : Perutskyi Petro, Anton Gvozdikov, Alisadox ; Betterave : Denis Pogostin ; Carotte : 135pixels, iofoto ; Courge d'été : J Davidson, Anastasia Malinch ; Haricot : Marie C Fields, sanddebeautheil, JIANG HONGYAN ; Lentille : LesiChkall27 ; Navet : GSPhotography ; Patate douce : LENA GABRILOVICH, govindji, snow hana ; Pois : olenaa ; Pois chiche : J. Lekavicius, SGr ; Pomme de terre : FotoDuets, Auhustsinovitch ; Radis : Mekt ; Topinambour : CreativeMedia.org.uk, bitt24, Luka Hercigonja ; Agrumes : andregric, sean\_c, Candus Camera, Daimond Shutter, Dennis Albert Richardson, aaltair ; Amande : goghy73 ; Ananas : iamtui, Moolkum, Andreea Grosu, cactusimage ; Avocat : joloei, Solodovnik ; Cacahouète : yurisyany, benjamas11 ; Carambole : Roberto Epifanio ; Caroube : Fotosr52 ; Datte : Axel Alvarez, MR\_Yanukit ; Feijoa : Vastram ; Figue : korkeng ; Grenade : V-lab, Lusine ; Kiwi : JimAK\_Photo, V-lab, NickSu, badahos ; Mangue : phortun, Kristsada Namborisut, Seroff ; Papaye : Efired, Bowonpat Sakaew ; Sapotille : Regreto, FaRinPh ; Aneth : CCat82, isak55 ; Anis : R\_Szatkowski ; Carvi : Manfred Ruckszio ; Céleri : yuris ; Coriandre : Olga Miltsova, KiryuSan ; Fenouil : pilialoha ; Fenugrec : Brent Hofacker ; Moutarde : Swapan Photography ; Sésame : OoLy ; Cherimoya : Ajay Bhaskar, Mckyartstudio, Christian Vinces ; Christophine : Supachita Kerkkaiwan ; Figue de Barbarie : KaarinaS, Pharaoh Osiris, fischers ; Goyave : Paulo Vilela, CHAINFOTO24, vainillychile ; Jicama : Lamai Prasitsuwan ; Malanga : BW Folsom, Anitham Raju Yaragorla ; Quenette : Luis Echeverri Urrea ; Sapote noire : SewCream ; Tamarillo : Roman Sulla, DaniVincek, Designosaurus ; Tomatillo : David P Smith ; Canne à sucre : Don Tran ; Châtaigne d'eau : Tharnapoom Voranavin ; Citronnelle : rachanon cumnonchai, Travel\_Master, Regreto ; Daikon : Petite usagi ; Gingembre : Zigzag Mountain Art ; Igname : Enigma AB, gustavomellossa ; Jujube : HUIZENG, M\_Sam, kim gyu sik ; Kaki : Luca Santilli, OksanaFoto, wanida tubtawee ; Litchi : Moving Moment, Alina Kuptsova ; Momordique : tg21495, yoshi0511, VIRACHAI PHOTO ; Néfle du Japon : Atwood, mimohe, Zhao jian kang ; Tamarin : Eagle9, Panudda, SiNeeKan ; Taro : Phattanun, Christopher Yasuma.