sera pontuée par le bruit charmant du verre qui se brise. Il me suffit de regarder une cloche de verre pour qu'elle se brise et si vous pensez qu'il vous faudra sarcler, désherber, arroser (indispensable puisque les plantes sont à l'abri de la pluie), éclaircir, inspecter et récolter et qu'à chaque fois vous devrez déplacer les cloches, vous comprendrez que leur taux de mortalité puisse être très élevé.

L'invention suivante fut le tunnel en polythène soutenu par du fil de fer en forme d'U à l'envers. Ces tunnels ne se cassent pas, mais sont facilement emportés par le vent qui se charge de les déchirer. Cependant, ils sont fonctionnels et beaucoup de particuliers les utilisent alors que les maraîchers en couvrent des champs entiers. Les mettre et les enlever crée un surcroît de travail notable, mais la possibilité de pouvoir récolter quinze jours plus tôt fait souvent la différence entre profit et perte. En fait, le PVC conserve mieux la chaleur que le polythène, mais coûte aussi plus cher. Et ne méprisez pas le simple pot à confitures ! Un pot à confitures retourné sur une graine précoce ou sur une plante d'une espèce particulièrement fragile les protégera aussi bien que n'importe quelle cloche. Et une feuille de n'importe quel plastique transparent posée sur le sol et maintenue avec un peu de terre sur les bords conviendra très bien pour « pousser » des pommes de terre nouvelles…

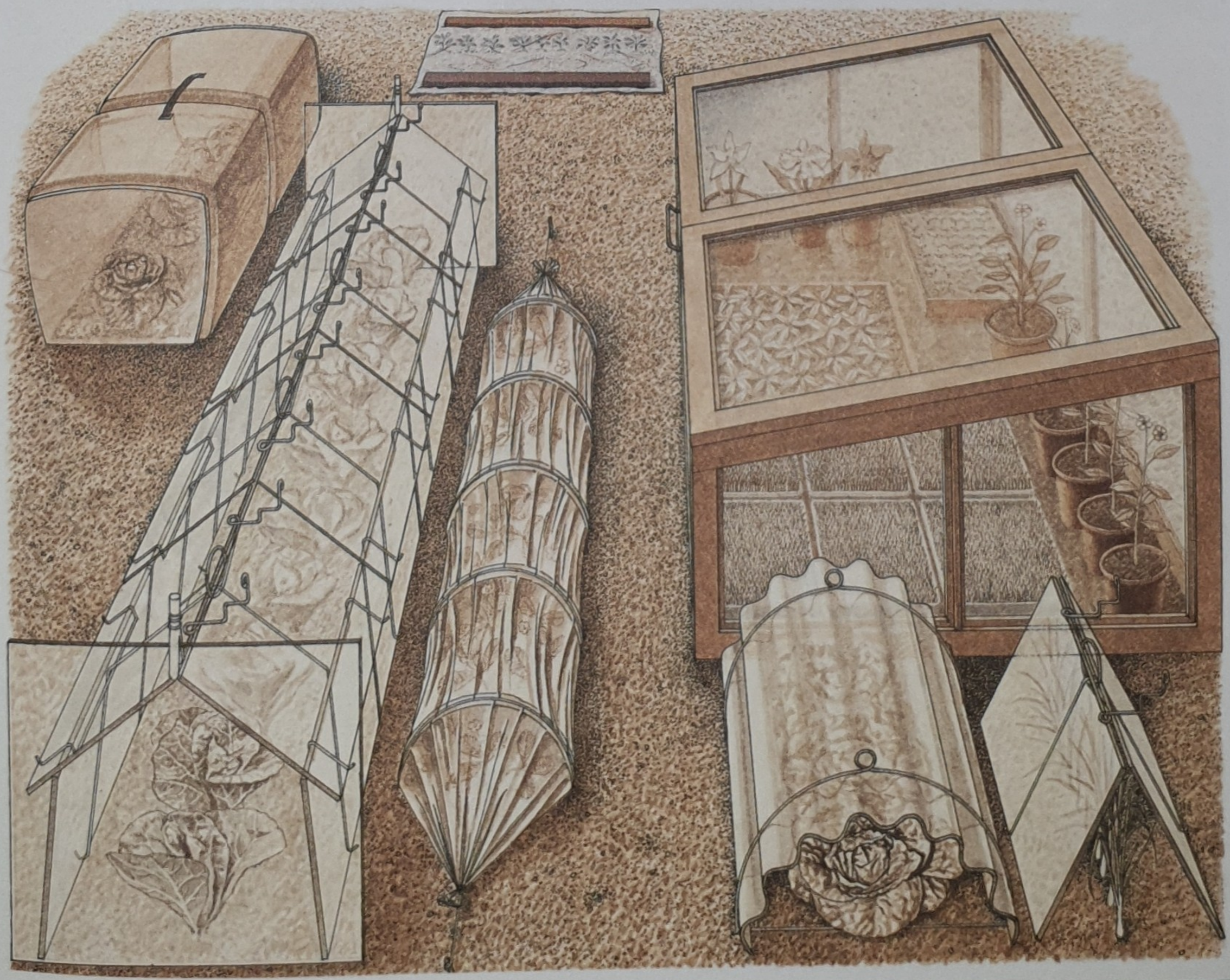
Terribe de propagation

Vous pouvez utiliser un germoir pour des semis très précoces. Il s'agit d'une boîte en verre contenant de la terre qui est chauffée grâce à des résistances électriques. Ainsi, les plants auront les pieds au chaud mais la tête au frais, ce qu'elles aiment bien en général. Dans les climats tempérés, on peut y semer dès le mois de janvier des graines de tomate, mais dans le germoir l'air doit avoir une température d'au moins 7 °C alors que la terre, elle, doit être chaude.

Un germoir peut être un investissement utile si vous avez l'électricité et du doigté pour faire pousser des tomates à partir de vos propres graines.

CLOCHES ET CHÂSSIS FROIDS

Quatre murs recouverts d'une plaque de verre constituent un châssis froid (*en haut à droite*). Les cloches se déplacent facilement et il en existe de nombreuses sortes (*de gauche à droite*) : cloche en plastique rigide ; coffre-cloche en verre ; tunnel en plastique souple ; cloche en plastique ondulé ; cloche-tente en verre.



Lutter contre les parasites

Les mauvaises herbes qui poussent à foison dans nos jardins, malgré tous nos efforts pour les y en déloger, sont des organismes très résistants et bien préparés à se protéger eux-mêmes contre les parasites et les maladies. Autrement elles n'existeraient plus. Mais nos cultures ont progressivement évolué à la suite de sélections artificielles en vue de les rendre tendres, bonnes à manger, et de leur donner un grand rendement. Et le résultat, c'est que leur résistance naturelle et leur immunité face aux parasites et maladies ont été sacrifiées à d'autres qualités. C'est pourquoi nous devons, nous, les protéger. Et éviter les attaques des maladies et des parasites n'est pas chose facile.

Vous vous éviterez bien des ennuis si vous observez les principes d'une bonne agriculture en donnant à la terre beaucoup de fumier animal et de compost, et en pratiquant une stricte rotation de vos cultures. Vous aurez toujours des maladies et parasites, mais ils ne prendront pas des proportions inquiétan Je connais un fermier bio qui cultive 50 hectares sans un gram de produits chimiques et dont la production à l'hectare – p toutes les cultures – dépasse les moyennes nationales et affirme qu'il peut vous montrer dans son blé toutes les mala du blé, mais qu'aucune n'est assez développée pour influe moins du monde sa production.

Un environnement dont la flore et la faune sont très var contribue à un meilleur équilibre entre les espèces : de no breux prédateurs de toutes sortes élimineront les parasites av qu'ils ne deviennent trop envahissants. Détruisez toutes formes de vie avec des produits chimiques et vous tuerez ég ment les prédateurs.

TRAVAILLEZ AVEC LA NATURE, PAS CONTRE ELLE

Capucines : font fuir les pucerons des concombres et des haricots.

Crapauds : mangent les parasites comme les limaces, les pucerons et les moustiques.

Grives : mangent les escargots qui, sinon, feraient de gros dégâts dans vos cultures.

Hérissons : mangent les parasites, y compris les mille-pattes, qui adorent les pommes de terre.

Menthe : éloigne les mouches des haricots.

Chrysope verte : ses larves détruisent les pucerons.

Scolopendres : se régalent des œufs de limaces. Ce sont des amis du jardinier.

Coccinelles : ne sont pas seulement joli mais consomment des milliers de puceron

Pourtant, il peut parfois arriver, même si vous pratiquez une culture biologique très sérieuse, que vous soyez également envahi par des parasites ou qu'une maladie prenne de l'ampleur, et dans ce cas-là, vous devrez faire quelque chose si vous ne voulez pas perdre entièrement votre récolte.

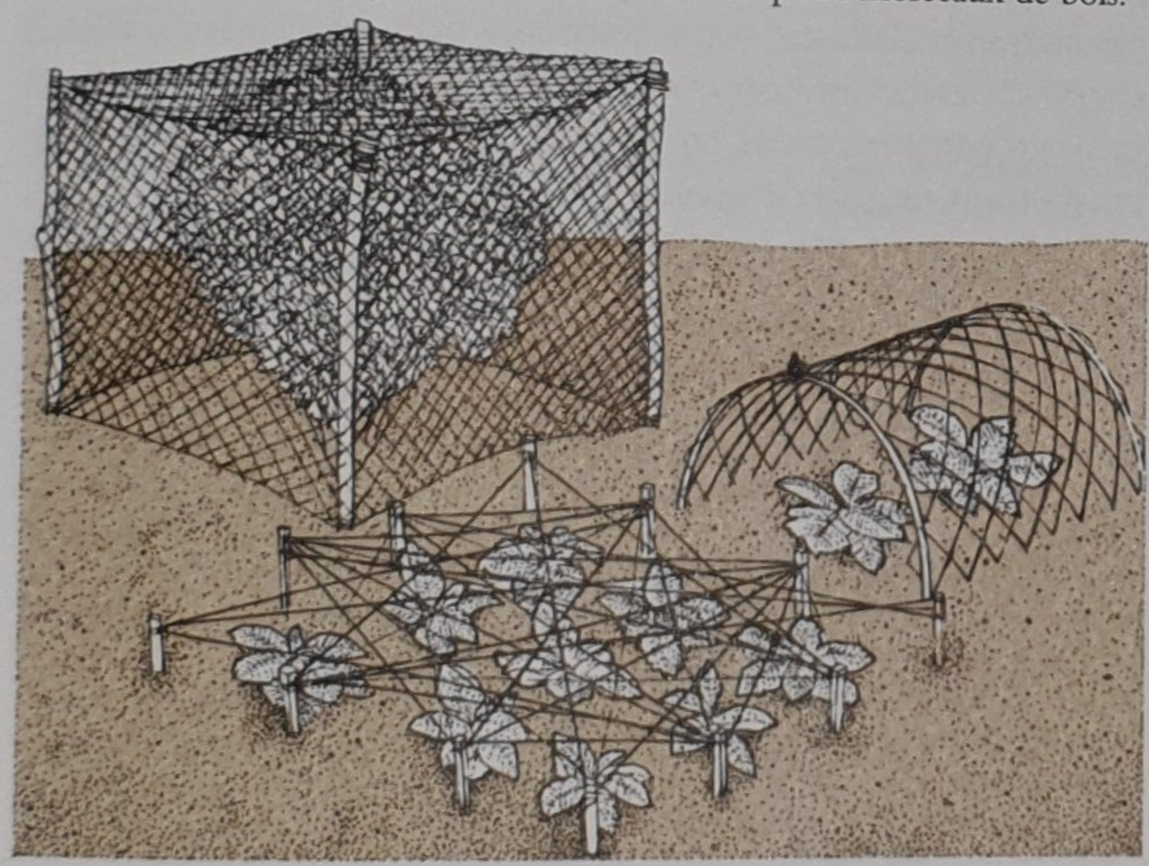
Pesticides chimiques

Les jardiniers orthodoxes vous conseilleront d'utiliser du poison. Vous pouvez très bien en utiliser et peut-être que parfois ce sera nécessaire ; mais ne vaut-il pas beaucoup mieux protéger vos cultures sans poison ? N'importe quel imbécile peut éloigner maladies et parasites en les aspergeant de produits chimiques, mais alors, quelles conséquences sur les autres formes de vie ! Si un produit chimique est un poison pour un organisme, ne l'est-il pas aussi pour d'autres, y compris pour nous : il fera des dégâts, sans pour autant être mortel.

Les seuls produits chimiques que j'emploie sont la bouillie bordelaise* diluée (*voir p.* 266), divers appâts contre les limaces et du pyrèthre contre les chenilles et les mouches vertes ou noires. Ces produits d'origine végétale sont dérivés de plantes, ne sont pas tenaces et sont inoffensifs pour les non-insectes.

MOYENS DE PROTECTION SIMPLES

Les jeunes plants et les arbustes ont besoin d'être protégés contre les oiseaux. Quatre piquets et un filet souple feront une cage à un arbuste. Et recouvrez vos jeunes plants avec du treillis métallique tendu sur des arceaux ou en formant une toile d'araignée avec une ficelle et de petits morceaux de bois.

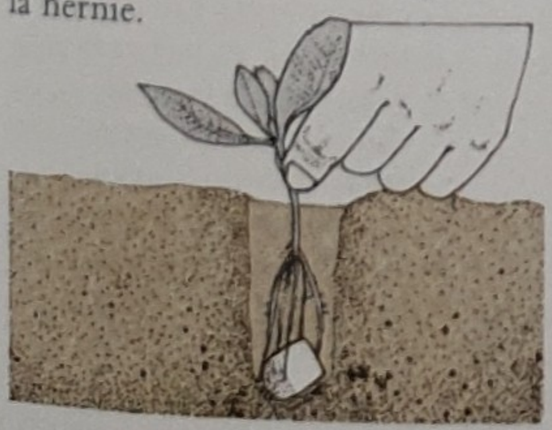


Mélangez vos cultures, vous serez étonné des résultats ; par exemple, carottes et oignons.

Une bande de sable imbibé de paraffine* entre vos oignons fera fuir les mouches.

Un morceau de rhubarbe sous une pousse de crucifère empêche la hernie.

Les limaces aiment la bière. Attrapez-les en enfonçant dans la terre une écuelle remplie de bière.



Lutte biologique contre les parasites ou insectes

Lawrence D. Hills de la Doubleday Association, dans le comté d'Essex en Grande-Bretagne, a accompli, lui, avec l'aide d'assistants bénévoles, des recherches dans le monde entier sur des méthodes de lutte naturelle contre les maladies des plantes et les parasites. L'association a d'ailleurs édité une petite brochure sur le sujet. Voici quelques idées de lutte naturelle :

- À la fin de l'été, enroulez du papier d'emballage ou du carton ondulé autour des arbres fruitiers, puis brûlez-le et vous n'aurez plus ni charançons, ni pyrales des pommes, ni aucune autre petite bête.
- Comme dans l'ancien temps, mettez une bande de graisse autour des troncs d'arbres pour empêcher les insectes de monter. Mais la plupart des prédateurs volent.
- Au début de l'été, coupez toutes les branches mortes de vos arbres de fruits à noyaux et brûlez-les pour vous protéger contre le dépérissement et la maladie du plomb.
- Faites un traitement d'hiver, mais ne le faites que si c'est absolument nécessaire, car vous tuez en même temps les insectes utiles.
- Utilisez énormément de potasse pour prévenir la maladie des taches chocolat des haricots. Pour éviter les thrips, cultivez des haricots semés en hiver. Coupez la pointe des fèves et mangez-les dès l'apparition des premiers pucerons.
- Débarrassez-vous de la mouche de la carotte en mélangeant carottes et oignons. On prétend que l'odeur des unes complète celle des autres, de telle manière que vous vous débarrassez en même temps des mouches à carotte et des mouches à oignon.
- Comme mesure préventive, il est sans doute encore plus efficace de répartir du sable imbibé de paraffine* entre les lignes de carottes et d'oignons. Et les oignons en « plants » attireront moins les mouches que ceux cultivés à partir de graines.
- Arrachez soigneusement la moutarde des champs et la bourse-à-pasteur pour ne pas récolter de choux ayant des hernies.
- Avant de planter des crucifères, mettez un petit morceau de rhubarbe au fond de chaque trou ou, encore mieux, arrosez vos lits de semences et vos jeunes plants avec une décoction à la rhubarbe.
- Enterrez des récipients remplis de bière pour attraper les limaces. Vous pouvez aussi garder la bière pour vous et la remplacer par du lait coupé d'eau.

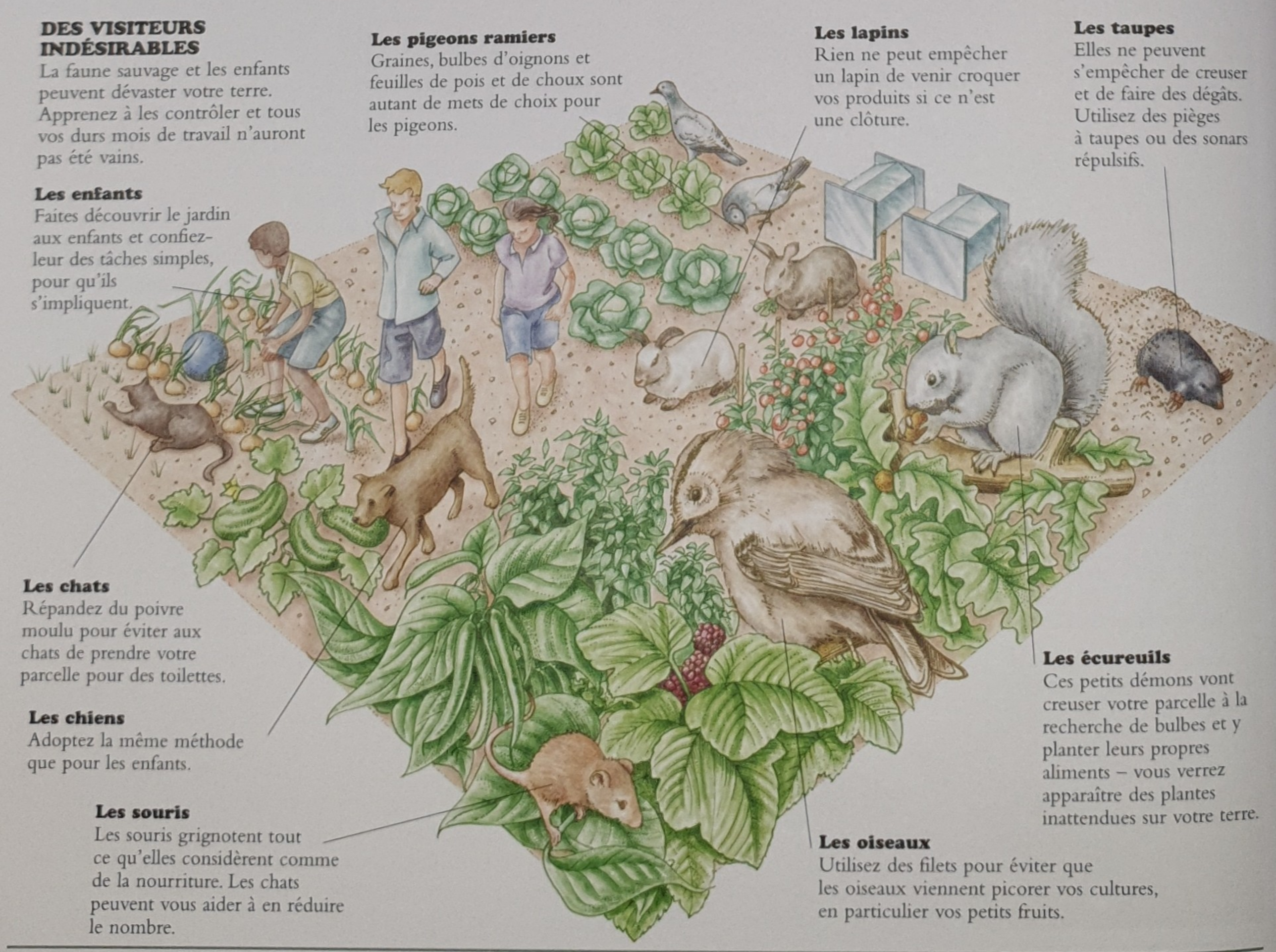
Selon mon expérience en matière de parasites et de maladies, je pense que, mis à part la brunissure – si vous ne la traitez pas – et les invasions occasionnelles de chenilles ou d'insectes dans les choux, vous n'avez aucune raison de vous faire du souci tant que vous observez les lois d'une bonne agriculture bio qui sont en fait celles de la nature. Quelques parasites sur des cultures saines ne font pas beaucoup de mal, du moins certainement pas assez pour qu'il y ait lieu de s'alarmer.

Nuisibles et maladies

La simple évocation des nuisibles, champignons et maladies peut ressembler à un examen aux rayons X des sujets les plus souvent écartés des expositions sur le jardinage bio. La plupart des membres de la race humaine ont pour idée fixe qu'il devrait exister des « formules magiques » capables de soigner tous ces maux. On trouve effectivement quelques prétendus remèdes dans la plupart des jardineries. En fait, la plupart de ces produits aux couleurs vives, très toxiques mais dont l'utilisation est fortement encouragée sont tout bonnement issus de l'arsenal chimique. La plupart des désherbants, défoliants, insecticides et fongicides sont des poisons mortels. Et ce n'est pas par hasard que les statistiques indiquent que l'usage des produits chimiques de jardinage est étroitement lié à l'augmentation du nombre de cancers graves, en particulier chez les enfants qui déambulent si souvent à travers nos jardins. Inutile de dire que nous ne voulons pas polluer nos petits havres d'espace naturel par des dérivés de l'arsenal chimique ou, du moins, des produits chimiques dont nous ne savons que peu de chose quant aux effets. Quelle est donc notre réponse ?

Tout d'abord, nous devons comprendre que, dans le monde naturel, il existe une vaste et splendide diversité de végétaux en pleine santé accompagnés de leurs insectes et champignons. La nature elle-même dispose d'une multitude de modes de contrôle et d'équilibre pour lutter contre les épidémies et les dévastations végétatives. Nous pouvons tenter de copier certains de ces stratagèmes dans nos techniques de plantation et d'exploitation. Nous voulons de la diversité. Nous voulons mélanger vivaces et annuels. Nous voulons que la vie sauvage nous côtoie et des oiseaux et des insectes à profusion. Nous voulons des invertébrés, des libellules, des grenouilles et des crapauds. Nous voulons un sol vivant et sain. Nous voulons éviter de planter la même chose au même endroit année après année. Nous voulons éviter au maximum les nuisances pour les enfants et les animaux domestiques. Nous voulons tenir à distance les oiseaux et les animaux attirés par les activités humaines, tels que les pigeons, les cervidés et les lapins.

En intégrant toutes ces caractéristiques dans la conception et la gestion de nos terres, nous pouvons prendre une bonne longueur d'avance dans le maintien de l'équilibre naturel. Et dès lors qu'existe un équilibre naturel, il n'y a pas d'épidémies, juste quelques soucis. Une bonne terre, un aménagement raisonné du jardin, une hygiène efficace et quelques précautions en matière de compostage – voici les priorités. Brûler régulièrement la végétation malade est votre deuxième priorité. Garder étables et corps de ferme en bon état de propreté avec des sols en béton faciles d'entretien vient en troisième place. Ne conserver pas un produit qui ne soit de qualité supérieure.



LES AMIS DU JARDIN

Les abeilles

Non seulement elles nous fournissent de copieuses rations de miel, mais elles nous rendent également un fier service en pollinisant nos cultures. Assurez-vous les services d'une population saine d'abeilles dans votre jardin.

Les oiseaux

Même si certains dérobent vos fruits et picorent vos légumes, ils sont nombreux à se nourrir d'insectes aussi est-il sage de favoriser leur présence. Merles noirs, rouges-gorges, mésanges, sansonnets et grives sont constamment à la recherche d'insectes, de chenilles et de limaces. Incitez-les à venir dans votre jardin en leur offrant de la nourriture pendant l'hiver et de l'eau pendant l'été.

Les lézards

Ce sont les plus rapides des petits chasseurs que l'on ne doit pas confondre avec le chilopode, dont les pattes bien plus nombreuses ne lui apportent guère de vitesse. Les lézards se délectent d'acariens, d'insectes et de limaces.

Grenouilles et crapauds

Elles ont grand besoin d'eau pour vivre et sont extrêmement sensibles aux substances toxiques. Ces deux espèces se nourrissent de grandes quantités d'insectes. Vous les verrez arpenter votre jardin, si tant est qu'il dispose d'ombre et de grands espaces d'herbage pour qu'elles s'y tapissent.

Les carabes

Les carabes sont l'une des vastes familles de coléoptères, généralement noirs, qui vivent au sol et se nourrissent d'insectes nuisibles, y compris des larves de mouches du chou. Ces carabes ont besoin de se protéger pour survivre pendant l'hiver d'où l'importance des cultures vivaces et des haies.

Les hérissons

Ce petit compagnon est grand amateur de limaces. Encouragez-le à venir autant que possible. Il aura besoin de haies épaisses et de feuilles pour fabriquer son nid d'hibernation.

Les syrphes

Semblables à de petites guêpes, ces jolis petits insectes nourrissent leurs larves gloutonnes de pucerons. Les larves sont de petites créatures affreuses dotées d'une paire de pinces qui leur permettent de saisir leurs proies. Favorisez la présence des syrphes en agrémentant votre potager de fleurs : elles semblent particulièrement attirées par les fleurs jaunes.

Les chrysopes

Ces insectes fragiles très appréciés des truites sont attirés par l'eau. Leurs larves, plates et brunes, se délectent de pucerons.

Les coccinelles

La célèbre coccinelle est le prédateur de pucerons le plus réputé. Tant les coccinelles adultes que leurs larves adorent les pucerons. Les larves sont grises et sont des tueuses très actives.

Les vers

Les vers de terre et du fumier sont les deux espèces de vers que nous accueillons volontiers dans notre jardin. Les vers de terre sont de grands constructeurs souterrains ; ils aèrent la terre en permanence et ramènent de la terre fraîche à la surface lorsqu'ils emportent les matières organiques dans les profondeurs en rejetant la terre. Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi les Romains étaient inhumés à plusieurs mètres sous terre ? Il vous suffit d'observer votre parcelle. J'ai extrait des bêchées de sol de mon jardin et j'ai pu y observer la profondeur à laquelle les vers avaient entraîné les différents composts que j'avais étalés au fil des ans. C'est simple, ces couches s'enfoncent d'environ 2,5 cm tous les 10 ans. Elles s'enfoncent à mesure que les vers repoussent la terre fraîche au-dessus d'eux – ainsi, 1 000 ans d'activité représenteraient 2,50 m de terre ! Eh oui, c'est bien ce qui se passe – les vers creusent en permanence sous ces vestiges et renouvellent la terre autour d'eux.

Les vers du fumier, quant à eux, sont plus fins et plus rouges que les vers de terre. Ils transforment en un clin d'œil les matières organiques en compost et sont en quelque sorte les maîtres du lombricompostage. Vous les achèterez dans les boutiques d'articles de pêche sous la dénomination d'« asticots » et vous pourrez créer votre propre « lombricomposteur » en toute simplicité. Les vers du fumier aiment les endroits chauds et humides et s'éloigneront de toutes les matières en cours de dessiccation.

LES ANIMAUX NUISIBLES[1]

Bétail et cervidés

Ils sont très agiles et les clôtures ne les effraient pas, même si, le plus souvent et s'ils ont le choix, ils les éviteront. Le bétail et les cervidés aiment tout spécialement manger et détruire les arbrisseaux, le cèdre semble être leur essence favorite. Des protections en plastique constituent la meilleure option. On observera que certains jeunes arbres, notamment le peuplier, risquent d'être attaqués par les souris, qui en grignotent l'écorce en plein hiver. Même les protections en plastique peuvent être inutiles. Les chats et les pièges restent votre seul espoir.

Les fourmis

Ces courageux petits castors du monde des insectes peuvent être une nuisance dans la serre et là où le sol est léger et sec. Leurs activités peuvent perturber la terre qui entoure vos plantations : n'oubliez pas qu'elles sont également expertes dans l'art d'élever les pucerons pour la collecte de la sève de vos fruits et légumes. Sauf grande malchance ou été caniculaire, les infestations de fourmis ne devraient pas poser trop de problèmes.

Les fourmis rouges sont plus problématiques, car elles pénètrent dans les chaussures et mordent. Mon conseil : portez des bottes hautes lorsque vous fauchez ou que vous travaillez dans un coin à fourmis. On peut en venir à bout avec de l'eau bouillante ou, si nécessaire, grâce à de la poudre de diatomée.

Les pucerons

Ils prennent toutes sortes de formes, de couleurs et de tailles et s'attaquent à bon nombre de végétaux. Leurs dégâts seront limités si vos plantations sont saines et fortes. Croyez-le ou non, vos végétaux créent presque instantanément leurs propres défenses chimiques pour freiner les attaques.

Si vos végétaux sont faibles et que votre jardin abrite quelques pucerons prédateurs, vous devrez recourir à d'autres méthodes de contrôle. Une eau savonneuse vaporisée sur vos végétaux supprimera les petites infestations. De même, vous pouvez fabriquer vos propres répulsifs, par exemple en faisant infuser des feuilles de rhubarbe ou de l'absinthe dans de l'eau bouillante.

Les coléoptères

Un trop grand nombre de coléoptères est nuisible pour le jardin, surtout à cause de l'appétit de leurs larves. Les plus courants sont les hannetons et les altises. Les hannetons se nourrissent principalement des feuilles, des fleurs et des fruits des plantations tandis que leurs larves détruisent les racines, ce qui fait faner les feuilles et mourir le végétal. Un soin continu et un bon contrôle des semences sont autant de mesures préventives. Pendant que vous cultiverez, vous pourrez découvrir et supprimer les larves qui se trouvent près des végétaux touchés.

Les altises creusent des petits trous ronds dans les feuilles des végétaux, tandis que leurs larves creusent leurs tunnels dans les tiges et mangent les racines. Contrôlez les coléoptères en veillant à dégager le sol afin qu'ils n'aient plus de quoi s'abriter pendant l'hiver. Faites poussez rapidement vos semences par temps sec en les arrosant. Répandez de la poudre d'algues sur vos jeunes pousses lorsque la rosée est encore sur les feuilles, tôt le matin.

Le phytopte du cassissier

Ce petit acarien s'attaque aux cassissiers et parfois aux groseilliers rouges ou blancs. Comme son nom l'indique, il fabrique des « gros bourgeons » au début du printemps qui contiennent les acariens et peuvent être détachés et brûlés. Vous pouvez pulvériser une solution de polysulfure de calcium mais seulement à l'éclosion des bourgeons, au moment où les végétaux sont en pleine feuillaison. Mélangez 0,5 l de polysulfure de calcium dans 4,5 l d'eau et pulvérisez toutes les trois semaines.

Les capsidae

Ces punaises minuscules, punaises prédatrices, ressemblent aux pucerons si ce n'est qu'ils sont plus petits et plus virulents. Ils peuvent être à l'origine de l'apparition de taches brunes sur les feuilles qui se déforment ensuite et tombent. Veillez à bien dégager le pied de vos arbres fruitiers pendant l'hiver et remplacez le paillage pour éviter que les insectes n'y passent l'hiver. Un traitement d'hiver peut aider.

Les chenilles

Le papillon blanc est très prolifique en termes de chenilles. Certes très joli, il est l'hôte indésirable de nos jardins d'été. La seule prévention consiste à poser des grillages légers. Puis, lorsque les végétaux sont trop grands pour supporter les grillages, enlevez les œufs et les chenilles à la main une par une et détruisez-les. Si vos végétaux sont gravement touchés, mieux vaut les détruire que de les laisser à l'abandon.

Les tenthrèdes du groseillier

Ce nuisible courant peut manger toutes les feuilles du groseillier pendant et après la fructification. Vous pouvez limiter les dégâts en pulvérisant une solution d'eau savonneuse, mais, en pratique, le rendement des arbustes sains en sera grandement affecté. N'oubliez pas de dégager les pieds de vos arbustes en hiver.

La tordeuse du pois

La larve creuse son tunnel dans les tiges du pois et les anéantit. Les variétés précoces ou tardives sont les moins touchées. Binez la terre après la récolte des pois pour inciter les oiseaux à venir manger les cocons des chenilles.

1. Se référer à l'illustration page 54.

Les vers gris

Les vers gris sont des chenilles, l'une des diverses variétés de lépidoptères, qui se nourrissent la nuit des tiges des jeunes pousses en les sectionnant au pied. Ils attaquent les tiges au niveau de la terre. Ils infligent les mêmes dégâts que les limaces, le mucus en moins. Enfouissez vos semences pour décourager les vers gris. Vous pouvez les ramasser à la main et les détruire en cas d'infestation sérieuse.

Les mouches des légumes

Un grand nombre de végétaux importants sont attaqués par leurs propres mouches des racines. Les végétaux affectés se décolorent, fanent et meurent. Le soin est la meilleure des préventions. L'attaque se produit surtout après le repiquage des choux.

Pour les carottes, l'attaque est encouragée par le moindre dégât infligé au végétal lors de l'éclaircissage ou du semis. Éclaircissez lorsque le sol est humide et vérifiez que les végétaux restants ont la base bien recouverte de terre.

Si vos carottes subissent des assauts répétés, couvrez le lit tout entier d'un filet à mailles fines en enterrant soigneusement les bords pour éviter aux mouches d'y accéder. Ne conservez pas de carottes pouvant avoir été endommagées aux racines et détruisez-les pour éviter la prolifération des mouches.

Les acariens

Les principales espèces attaquent les végétaux sous serre et les arbres fruitiers. Les acariens et leurs larves vivent de la sève des feuilles qui présentent tout d'abord des taches jaunes, puis qui brunissent.

Tenez la serre fraîche et humide pour éviter les attaques. Pulvérisez de l'eau sur vos plantations deux fois par jour. Il existe des produits biologiques que l'on trouve dans le commerce pour traiter les serres. Le contrôle des arbres fruitiers est difficile, supprimez et brûlez les feuilles malades.

Les limaces

Ces grignoteurs sont les compagnons permanents du jardinier. Traitez herbes et semis pour maîtriser leur habitat. Les limaces peuvent dévaster vos légumes. Vous pouvez préparer des pièges à limace en enfouissant des pots à confitures remplis d'un mélange de bière douce et d'eau.

Saupoudrez votre terre d'algues en poudre ou de cendres de bois pour limiter les attaques.

Les guêpes

Voici d'autres insectes avec lesquels le jardinier joue au jeu du « je t'aime moi non plus ». Au début de l'été, les guêpes chassent une grande diversité d'insectes et leurs larves consomment des milliers de pucerons et contribuent à la bonne santé du jardin. Mais, au fil de l'été, elles développent une attirance pour les aliments sucrés, car elles-mêmes deviennent des reines et constituent leurs réserves pour leur période d'hibernation. Le seul contrôle efficace consiste à débusquer et détruire les nids en cas de force majeure, mais, dans l'ensemble, je crois que la guêpe est un insecte avec lequel nous devons apprendre à vivre. Généralement, les dommages qu'elles infligent aux fruits ne sont pas énormes : il suffit juste de veiller à ne pas vous faire piquer en allant cueillir vos prunes.

Les charançons

Les larves des charançons attaquent une grande variété de végétaux, en particulier les fleurs de pommier, les pois, les haricots et les navets. Dans le verger, ce nuisible peut être maîtrisé en recueillant les larves en gestation dans les grappes de poches qui entourent les troncs dès le mois de juin et en les brûlant ensuite. Tenez le sol propre, dégagé et fertile pour éviter les dégâts, et pratiquez la rotation des cultures.

Les taupins

Ces vers destructeurs vivent dans les herbages et peuvent être très virulents lors de sa première mise en culture. Ce sont les larves du taupin qui prennent la forme de vers bruns longs d'environ 2,5 cm pendant 4 à 5 ans avant de muer. Ils sont très ravageurs dans les plantations de pommes de terre à la fin de l'été. Les herbages récemment cultivés peuvent être atteints pendant 3 ans – vous pouvez donc y planter des variétés résistantes telles que les pois et les haricots. Vous pouvez attraper les vers et les détruire en perçant des trous dans une boîte de conserve, en la remplissant de pelures de pommes de terre et en l'enfouissant dans la terre. Videz la boîte tous les 3 ou 4 jours dans de l'eau pour y noyer les vers. Un engrais vert de moutarde versé au sol aidera à réduire le nombre de nuisibles, mais il n'existe aucune solution pulvérisable efficace.

LES MALADIES

L'alternariose

C'est la mycose la plus grave des pommes de terre et des tomates. Dès qu'elle sévit, impossible de la guérir. La mycose a besoin d'un climat humide et chaud et de peu de vent pour se développer. Dans certains pays, vous entendrez parfois des avis de mycose à la radio. Des taches sombres apparaissent sur les feuilles.

En dessous, une moisissure blanche se forme. La prévention par pulvérisation d'une bouillie bordelaise est la seule solution. Pulvérisez le dessus comme le dessous des feuilles toutes les 2 semaines, dès la fin juin.

Le chancre

L'écorce des poiriers et des pommiers peut rétrécir et se craqueler et laisser apparaître des entailles profondes. En hiver, de petites vésicules rouges peuvent recouvrir la zone lésée. Dans la pire des situations, l'arbre tout entier peut dépérir. Le champignon attaque les arbres mal irrigués. Toutes les branches malades doivent être coupées et brûlées. Veillez à faire une coupe nette sans endommager l'écorce alentour, ce qui pourrait provoquer une nouvelle infection.

Le feu bactérien

C'est une maladie mortelle du poirier et parfois du pommier. Les branches tout entières peuvent être contaminées. Dans certains pays, vous devrez informer les autorités gouvernementales en cas d'apparition de cette maladie et le traitement devra être effectué sous leur supervision. Les arbres devront être déracinés et brûlés.

Le mildiou

Il existe plusieurs types de mildiou fongique : certains se développent dans des conditions d'humidité et de densité de culture (le mildiou) et d'autres dans des conditions de chaleur, de sècheresse et de densité de culture sur les sols légers (l'oïdium). Ils diffèrent principalement par la moisissure créée. Une bouillie bordelaise permettra d'apporter une certaine protection, mais la priorité consiste à éviter les situations pouvant les amener à se développer. Les végétaux gravement malades doivent être brûlés.

La tavelure

La tavelure commune touche les pommes de terre, les betteraves, les radis et les choux-navets. La tavelure est plus fréquente sur les sols fraîchement retournés, ou pendant les étés chauds. Certaines variétés résistantes de pommes de terre permettent de limiter les dégâts.

Plus important, vous pouvez réduire l'alcalinité du sol (achetez un kit de test pour vérifier le pH de vos sols). La première méthode à utiliser pour obtenir un degré normal d'alcalinité consiste à ajouter davantage de matières organiques. Vous pouvez même creuser des tranchées et faire pousser vos pommes de terre directement sur un lit de compost, de fibre de coco ou de fumier bien fait.

PRÉVOIR POUR PRÉVENIR

Rappelez-vous que chaque jardin et chaque emplacement a ses caractéristiques propres et que les techniques qui marchent à un endroit ne fonctionneront peut-être pas à un autre.

Au départ, vous aménagerez un jardin ou une parcelle en partant de zéro ou peut-être hériterez-vous d'un lot déjà organisé. Deux facteurs sont immédiatement à relever. Tout d'abord, vous pourrez être amené à travailler une terre qui a reçu de lourdes applications de poisons dans le passé. Si tel est le cas, il faudra peut-être des années pour que la nature reprenne son cours et vous devrez être patient. En second lieu, vous devrez revoir la conception et l'agencement de votre parcelle. Nous avons déjà traité ce sujet et abordé certains des points élémentaires dans d'autres chapitres de ce livre. Mais il est utile de les rappeler :

Diversité – Nous ne voulons pas de grandes parcelles à monoculture, qui se prête particulièrement à la propagation des nuisibles ou des maladies. Des superficies ou parcelles plus réduites permettront de limiter les dangers.

Mélanger les vivaces et les cultures annuelles – nous voulons organiser nos plantations de façon à mélanger cultures vivaces et annuelles. Les vivaces offrent un excellent abri hivernal aux blattes orientales et aux autres insectes prédateurs. J'aime à penser que, dans notre jardin, nos cultures annuelles ne sont pas distantes de plus de 4,50 m de nos vivaces.

Renforcer la terre – Un sol sain auquel on ajoute beaucoup de compost chaque année est la garantie d'obtenir des végétaux sains et robustes. Un entretien régulier de votre terre, en particulier par l'utilisation du rotoculteur, découragera la prolifération de nombreux nuisibles. Les conditionneurs organiques tels que les algues, le sang séché et la moelle osseuse seront également d'une aide précieuse.

Clôtures et filets – Une bonne clôture de bornage ou tout simplement un mur constitueront une protection inestimable contre les quadripèdes nuisibles. Utilisez un filet pour vous protéger des oiseaux et des papillons.

Favoriser la présence des créatures utiles – Les oiseaux, les carabes, les coléoptères, les abeilles et bon nombre d'autres insectes et animaux utiles peuvent être vos meilleurs alliés. Même les canards et les poulets vous aideront à repousser l'ennemi dans le verger. Un chien bien dressé peut éloigner les chats rôdants, dont les grattements, déjections et autres déprédations peuvent dévaster vos lits de semences. Veillez à ce que personne ne joue à lancer un bâton à votre chien dans le jardin : vos plantations seraient piétinées et vos semences mises à mal.

Comme nous l'avons vu, les nuisibles et les maladies peuvent poser un problème permanent mais, malgré tous les conseils que j'aurai pu vous donner, les meilleurs effets sont obtenus par l'application du principe de BHJ – Bonne Hygiène du Jardin.

Index illustré des légumes, des fruits et des plantes aromatiques

Où sont présentés les racines, tiges, fleurs, feuilles, graines, gousses et fruits qui constituent la récolte du jardin potager.

Les parties comestibles des plantes

Il m'est arrivé un beau jour d'éprouver une faim terrible en pleine jungle. J'étais presque englouti sous une végétation luxuriante et pourtant je n'ai pas pu trouver une seule plante comestible. Je me suis rendu compte que l'être humain ne peut consommer qu'une faible part des milliers de plantes poussant sur la terre. La plupart sont beaucoup trop ligneuses. L'homme ne peut pas digérer la cellulose, qui est à la base d'une bonne partie des tissus végétaux.

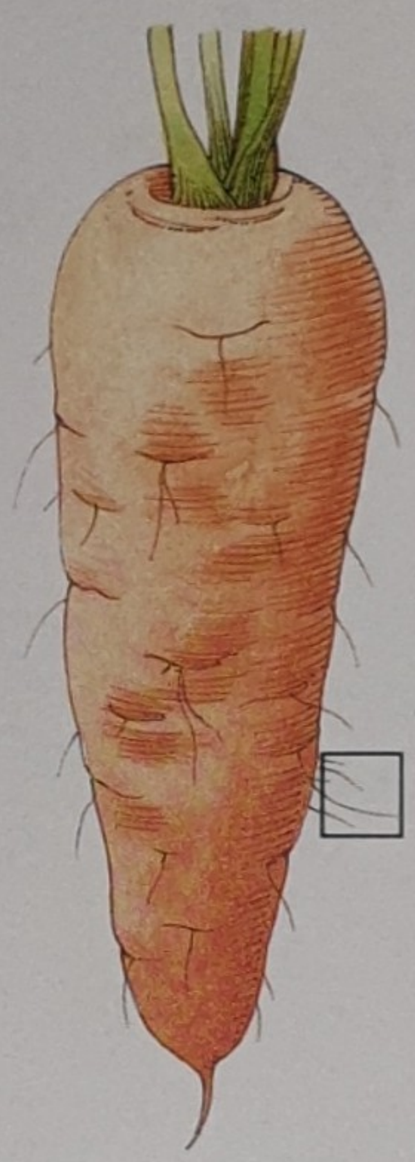
Sur la part relativement réduite des plantes que l'humain peut consommer, la plupart ne se mangent qu'en partie. Les plantes comestibles les plus grandes et les plus complexes ont acquis au cours de l'évolution, tout comme les animaux, des organes spécialisés et séparés qui diffèrent les uns des autres, notamment par leurs fonctions. Les hommes, tous comme les autres animaux herbivores et omnivores, ne mangent que certaines parties des végétaux, celles qui leur semblent les plus savoureuses et bénéfiques.

La classification des principales parties des plantes, du point de vue du jardinier, se résume aux racines, tiges, feuilles, fleurs, fruits et graines. Certains végétaux, plus originaux comme le cactus, n'ont pas de feuilles – leur tige leur en tient lieu. Les tissus des différents organes sont de nature très différente. Si le botaniste n'a aucune peine à distinguer une tige d'une racine, le néophyte quant à lui va au-devant de quelques surprises. En effet, il arrive que tel ou tel organe ait évolué en vue d'une fonction précise – faire des réserves de nourriture pour l'hiver, par exemple – et ait donc adopté une forme aussi unique qu'étrange.

Les plantes consommées par l'homme, en particulier les légumes-racines et les légumes-tiges, sont en général des bisannuelles. Pendant leur première année de croissance, leur tige ou racine charnue sert à stocker l'énergie qui leur sera nécessaire l'année suivante pour fleurir et grener. Les jardiniers récoltent ces plantes bisannuelles après leur première année de croissance, pour profiter pleinement de ces réserves avant qu'elles ne soient épuisées. C'est pourquoi il ne faut pas laisser les laitues monter en graines et éviter que les légumes ne grènent. Si vous laissez une betterave ou une carotte en terre plus d'une année, la racine comestible utilisera son énergie pour fabriquer des fleurs ; elle durcira et se ratatinera.

Les légumes-racines

Pour analyser une plante, il semble logique de partir du bas, c'est-à-dire de la racine. La plupart ont une fonction spéciale, l'absorption des nutriments inorganiques dont les végétaux ont besoin pour pousser et survivre, c'est-à-dire l'eau qui contient sous forme soluble tous les autres nutriments, l'azote, la potasse, les phosphates et tous les oligo-éléments essentiels à la vie végétale. Les racines s'enfoncent profondément dans le sol, à la recherche d'eau et de nutriments. Heureusement pour l'homme, certaines plantes se servent aussi de leurs racines pour stocker la nourriture. Les jardiniers n'ont plus qu'à récolter ces réserves pour subvenir à leurs besoins pendant les périodes maigres, en hiver ou lors d'une sécheresse.



Racine bien dodue / à maturité

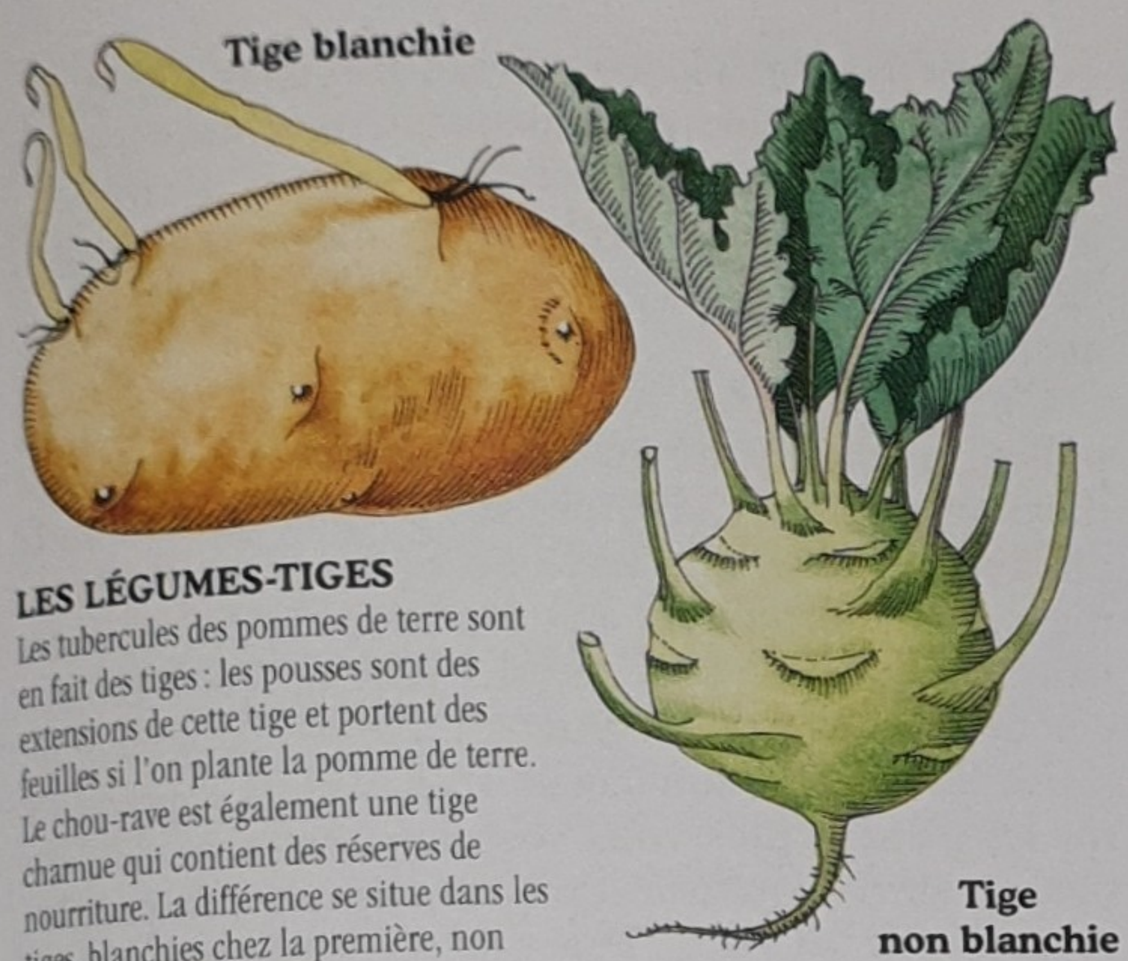
LES LÉGUMES-RACINES
En général, les racines comestibles sont des racines pivotantes charnues.
Les racines latérales poussant sur le pivot se terminent par des radicelles microscopiques qui absorbent l'humidité et les nutriments présents dans le sol pour nourrir la plante.

Les légumes-racines possèdent presque tous une racine pivotante. Elle est le principal support racinaire de la plante et est garnie sur ses côtés de racines latérales et de leurs radicelles absorbantes. Une bonne partie des légumes communs sont des racines pivotantes charnues : la carotte, le panais, le radis, le rutabaga, le navet et la betterave. La betterave rouge se mange telle quelle, tandis que la betterave à sucre, qui stocke son énergie sous forme de sucre, est cultivée pour l'exploitation commerciale de cette denrée.

Si l'amidon correspond à la majeure partie de l'énergie végétale, celle-ci ne peut circuler dans la plante qu'une fois convertie en sucre, car l'amidon n'est pas soluble. Si vous appréciez le goût sucré de certains légumes – les pommes de terre nouvelles ou le maïs doux –, vous devez les récolter tant que leur énergie se présente encore sous forme de sucre. N'attendez pas qu'ils vieillissent et la convertissent en amidon. Si vous faites du vin, vous constaterez qu'il vous faut certaines enzymes pour transformer l'amidon en sucre, car les levures ne peuvent transformer que le sucre en alcool, et non l'amidon.

Les légumes-tiges

Certains légumes-tiges peuvent surprendre. Ainsi les pommes de terre, qui, bien qu'elles poussent sous terre et se gonflent pour stocker leur nourriture, ne sont pas des racines mais des tiges.



LES LÉGUMES-TIGES
Les tubercules des pommes de terre sont en fait des tiges : les pousses sont des extensions de cette tige et portent des feuilles si l'on plante la pomme de terre. Le chou-rave est également une tige charnue qui contient des réserves de nourriture. La différence se situe dans les tiges, blanchies chez la première, non blanchies chez la seconde.

Les pommes de terre possèdent toutes les caractéristiques morphologiques des tiges. Elles n'ont pas de racines latérales et leurs "yeux" sont en réalité des bourgeons d'où partiront des tiges et des feuilles normales une fois la plante enfouie dans le sol. Exposées à la lumière, elles produisent de la chlorophylle – elles deviennent vertes –, comme la plupart des tiges, pour les besoins de la photosynthèse.

La photosynthèse n'est pas seulement le fondement et le moteur de l'art du jardinier, c'est le processus qui maintient en vie chaque être vivant, animal ou végétal. C'est le miracle – que jamais un scientifique n'a pu reproduire – qui utilise l'énergie du soleil pour fabriquer des glucides ou de l'amidon, sur lesquels repose toute l'énergie végétale et animale.

La photosynthèse s'effectue au niveau des molécules de chlorophylle – le pigment vert des plantes – et, en l'absence totale de lumière, aucune plante verte ne peut vivre. À l'instar des champignons, les plantes non vertes (comme le monotrope) mènent une vie de parasite ou de saprophyte sur les tissus vivants ou morts d'autres organismes. Dépourvues de chlorophylle, elles ne peuvent pas tirer leur énergie du soleil.

Beaucoup de tiges sont très coriaces – il suffit de penser au tronc d'un chêne –, afin de supporter les parties aériennes de la plante. Certaines n'acquièrent un goût agréable que si elles sont blanchies, c'est-à-dire privées de lumière pour ne pas produire de chlorophylle et rester blanches au lieu de verdir. C'est le cas des pommes de terre, du céleri-branche, du chou marin et des bettes, qui sont les tiges des pétiole. La tige est la partie comestible de la rhubarbe, dont les limbes sont en fait toxiques. Le chou-rave et le céleri-rave sont tous deux des tiges. Les tiges du chou-rave portent des bourgeons à feuilles et des cicatrices laissées par les feuilles.

Les légumes-feuilles

Les feuilles sont souvent comestibles et certaines d'entre elles, au fil de l'évolution, sont devenues des entrepôts d'énergie. Les oignons, poireaux, aux et échalotes, sont en fait des amalgames de bases de feuilles superposées, adaptées pour stocker la nourriture tout au long de l'hiver, de même que les feuilles des choux pommés. D'autres plantes, telles que les laitues, se situent à mi-chemin sur cette voie de l'évolution aboutissant à des têtes feuillues et compactes qui font des réserves d'énergie pour l'hiver, de sorte que si vous les laissez faire, ces végétaux produisent l'année suivante des sommités florales et des graines précoces.

LES MONOCOTYLÉDONES ET LES DICOTYLÉDONES
Toutes les plantes se rangent dans l'une ou l'autre de ces deux catégories. La différence se situe dans la graine, les feuilles et le mode de croissance. La graine d'une dicotylédone, d'un haricot par exemple, se compose de deux moitiés. Il suffit, pour vérifier, de faire pression avec un ongle sur la fente d'une fève, qui s'ouvrira aussitôt. La graine d'une monocotylédone ne peut pas se diviser.

LES LÉGUMES-FEUILLES
Une monocotylédone ne compte qu'un cotylédon et pousse par le bas. Une dicotylédone en compte deux, d'où part la nouvelle végétation. Si l'oignon est une monocotylédone et le chou de Bruxelles une dicotylédone, tous deux sont en fait des boules destinées à stocker la nourriture.

La graine d'une dicotylédone renferme deux feuilles. La tige pousse à la verticale et les nouvelles feuilles partent d'une pousse située à la pointe ou de pousses sur les pointes des branches. Chez les monocotylédones, la croissance est différente. Elle commence par une feuille unique, un brin d'herbe ou un oignon en étant un bon exemple, et se poursuit à la verticale, à partir de la graine. La première feuille sort et est poussée sur le côté par les suivantes. Chez les dicotylédones, la plante se développe au-dessus des deux cotylédons, tandis que chez les monocotylédones, le cotylédon est poussé vers le haut et la nou-

velle végétation croît en dessous. La plupart des légumes sont des dicotylédones, sauf certains : les oignons, les poireaux, les asperges et le maïs doux. Pour les distinguer, le plus simple est de regarder leurs feuilles. Si les nervures sont presque parallèles, il s'agit sans doute de monocotylédones, mais si elles sont disposées en éventail, vous avez très certainement une dicotylédone.

Les fleurs

Les fleurs correspondent à l'étage supérieur de la plante, mais, en règle générale, elles ne sont pas une source importante de nourriture pour l'homme. En revanche, elles sont indispensables à la plante, puisqu'elles assurent sa postérité.

Le sexe est apparu sous une forme nouvelle et élaborée voici des millions d'années, au jurassique, avec l'étonnante symbiose qui marque les rapports entre les insectes et les plantes. Les végétaux fournissent le nectar et autres délices pour attirer les insectes, qui, sans s'en douter, les fécondent en allant de l'une à l'autre et en portant le pollen des organes mâles d'une fleur aux organes femelles d'une autre. Bien des botanistes ont consacré une vie d'études, y compris Charles Darwin, à l'extraordinaire sophistication des dispositifs censés attirer les insectes et assurer qu'ils recueillent le pollen sans autoféconder la fleur qu'ils visitent, mais pour le déposer sur sa voisine. L'élevage des abeilles est recommandé en présence d'arbres fruitiers, car elles donnent du miel, mais elles assurent la pollinisation.

Chez certaines fleurs, le vent s'en charge. C'est le cas du maïs, qu'il convient donc de planter en bloc et non sur une seule ligne. Regardez si le vent, quand il souffle dans un sens, transporte le pollen d'une plante à l'autre.

LES FLEURS
Les fleurs sont essentielles à la reproduction des plantes. Leur nectar 1 attire les insectes qui prélèvent le pollen sur les organes mâles 2 d'une plante et le transportent jusqu'aux parties femelles 3 de sa voisine. L'ovaire 4 de la fleur, une fois fécondé, devient un fruit.

Peu de fleurs sont comestibles, les principales étant le chou-fleur et le brocoli, en fait des fleurs immatures. Si vous les laissez pousser au lieu de les manger, ils forment des fleurs matures non comestibles, comme un chou abandonné. Les artichauts sont des fleurs. Les graines de capucine remplacent très bien les câpres et certaines fleurs de plantes aromatiques servent à rehausser le goût et à colorer. Cependant, un régime alimentaire à base exclusivement de fleurs serait bien léger. Le jardinier souhaitant vivre en autarcie s'intéressera davantage à la graine et au fruit issus des organes reproductifs de la fleur.

Quand l'élément femelle d'une fleur a reçu du pollen, la fleur forme un fruit. Celui-ci pousse et produit des graines. Celles-ci sont propulsées loin de la plante par toute une série de mises en scène ingénieuses qui permettent aux plantes de se propager. Le jardinier qui aime son travail a tout intérêt à étudier ces méthodes pour augmenter considérablement le plaisir qu'il tire de son labeur. Plus vous en apprendrez sur les plantes, plus vous vous émerveillerez de l'astuce et de la sophistication fabuleuses, qui, par des processus de sélection, leur ont permis de survivre et de se perpétuer.

Les fruits

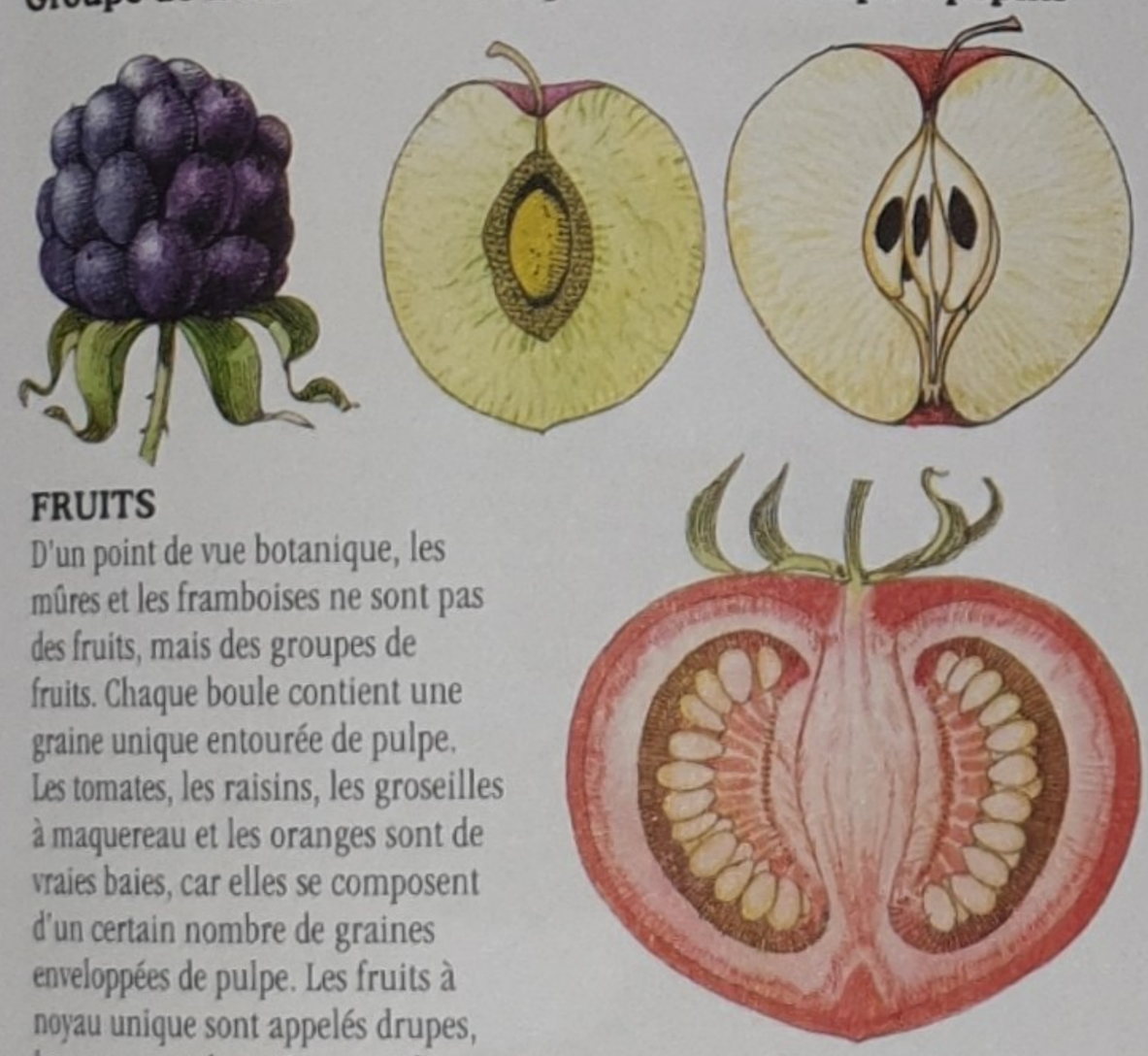
Pour un botaniste, le fruit est l'ovaire fécondé d'une fleur. La fécondation transforme les ovules, situés à l'intérieur de l'ovaire, en graines, et l'ovaire lui-même en fruit. Certains ne ressemblent pas à ce que l'on considère comme un fruit. Le duvet du pissenlit est un fruit, de même que tous les fruits oléagineux. Les tomates, les aubergines, les poivrons, les haricots et les gousses remplies de pois sont tous des fruits, tandis que le pois pris séparément et le haricot extrait de sa gousse pour sécher sont des graines.

Pour tout le monde un fruit se doit d'être sucré et juteux et se savoure au dessert. Pour plus de clarté, j'ai utilisé cette classification commune dans cet ouvrage. Je n'ai fait d'exception que pour la rhubarbe, qui n'est pas naturellement sucrée et pousse comme un légume, ce qu'elle est en réalité.

D'un point de vue botanique, une mûre ou une framboise n'est pas un fruit unique, mais un amas de fruits. Chacune des petites boules qui la composent est un fruit complet. Pour le botaniste, le mot "baie" signifie autre chose. La tomate est une baie authentique car ses graines sont entourées de pulpe molle. Le raisin, la groseille à maquereau et les oranges sont aussi des baies. Les fruits qui contiennent un seul noyau – prunes, cerises et pêches – sont appelés drupes. Les pommes et les poires sont des drupes à loges cartilagineuses. Seul le cœur de la pomme est un groupe de fruits ; la partie comestible qui l'entoure n'est qu'une réserve nutritive. Chaque graine minuscule d'une fraise est un fruit. Elles sont retenues par la masse charnue. Si vous prenez la peine de couper en deux des pommes, des baies et des dupes à différents stades de leur croissance, vous comprendrez mieux leur fonctionnement.

Chaque partie du fruit est présente dans la fleur sous forme embryonnaire.

D'une façon générale, les fruits ont une faible valeur nutritive, qui se présente sous forme de sucre. Toute l'énergie stockée dans la plante est destinée à la graine et non au fruit. Un régime seulement à base de fruits conduirait à une grave sous-alimentation. Cependant, ils regorgent de vitamines, en particulier de vitamine C, ce qui fait tout leur intérêt pour l'homme. Voici un certain nombre d'années, un docteur fort érudit avait déclaré : "Les pommes n'ont pas la moindre valeur nutritive et en manger ou non ne fait aucune différence." Il se trompait du tout au tout, mais il ne connaissait pas l'existence des vitamines. Cobbett commit la même erreur lorsqu'il conseilla aux habitants de cottages de ne pas faire pousser d'arbres fruitiers. Il pensait qu'ils ne servaient à rien d'autre qu'à provoquer des maux de ventre chez les enfants.



FRUITS
D'un point de vue botanique, les mûres et les framboises ne sont pas des fruits, mais des groupes de fruits. Chaque boule contient une graine unique entourée de pulpe. Les tomates, les raisins, les groseilles à maquereau et les oranges sont de vraies baies, car elles se composent d'un certain nombre de graines enveloppées de pulpe. Les fruits à noyau unique sont appelés drupes, les pommes et les poires sont des drupes à pépins.

Toutes les Cucurbitacées sont des fruits. Quelques-unes, comme le melon, semblent avoir produit un gros fruit juteux pour leurs réserves d'eau. Ils poussent dans des régions où la saison des pluies est brève. L'eau emmagasinée permet aux graines de prendre de l'avance pour rester en vie jusqu'à la pluie suivante. D'autres fruits ont évolué pour attirer les animaux, comme les pommes, les prunes, les pêches et les cerises. L'homme a choisi un bon nombre de ces fruits vaguement juteux et un peu acides et a amélioré les variétés pour augmenter la teneur en sucre et la chair juteuse et réduire l'acidité. Comparez deux pommes, dont une sauvage et vous comprendrez ce qui s'est passé. Les améliorations apportées à la plupart des fruits cultivés ne permettent plus de les reconnaître sous leur forme sauvage.

Les graines

Sans les graines comestibles, l'humanité pourrait à peine survivre. Certaines doivent passer par l'appareil digestif d'un animal pour germer. Il est important pour les plantes que leur fruit soit mangé. Bien des graines ne sont pas comestibles au sens strict ; nous les consommons mais les digérons sans en tirer le moindre bénéfice. Nous profitons du fruit.

D'autres graines, en particulier les céréales, comme le froment, le riz et le maïs, sont des aliments à part entière et, dans de nombreux pays, ce sont elles qui font vivre les hommes. Avant de mourir, une plante annuelle enferme toutes ses réserves nutritives dans ses graines, qui doivent transmettre sa vie. C'est pourquoi les graines sont en général bien plus nutritives que les autres parties des plantes. Sans graines, le régime végétarien serait trop spartiate et à peine apte à maintenir ses adeptes en vie.

Les graines de certaines plantes, et notamment des légumineuses, regorgent de protéines. Les pois et les graines de haricots de toutes sortes ont une grande importance. Un végétalien, pour se composer un régime à peu près parfait, doit ingérer des quantités de soja bio, des légumes bio variés et un peu de consoude, laquelle est plus ou moins l'unique plante contenant de la vitamine B12. Enfin, les graines présentent l'avantage considérable d'un séchage et d'une conservation très faciles.

Les plantes aromatiques

Les graines de nombreuses plantes aromatiques servent à rehausser les plats, car elles renferment souvent des huiles essentielles. Les herbes les plus parfumées proviennent en général de pays chauds et secs. Issues de leur évolution, leurs huiles aromatiques les protègent avant tout de la dessiccation pendant les étés torrides. Leurs feuilles d'ordinaire petites, souvent de simples aiguilles, ont adopté cette taille et cette forme pour conserver l'humidité et ralentir la transpiration végétale.

Certains des goûts et des arômes délicieux des herbes culinaires s'expliquent mal, si ce n'est par le besoin d'attirer et de repousser divers insectes. Mais les mystères des plantes ne cessent d'exercer leur fascination et, fort heureusement, il est peu probable que nous connaissions jamais tous leurs secrets. Il devrait nous suffire de savourer le parfum et le goût du thym et du romarin, sans nous soucier d'en élucider les arcanes.

Les légumes-racines

CAROTTE
Apiaceae,
Daucus carota
p. 116-117

PERSIL TUBÉREUX
Apiaceae,
Petroselinum crispum
p. 121

PANAIS
Apiaceae,
Pastinaca sativa
p. 118

BETTERAVE
Chenopodiaceae,
Beta vulgaris
p. 127

RUTABAGA
Brassicaceae,
Brassica napus
p. 105

NAVET
Brassicaceae,
Brassica rapa
p. 105

RADIS
Brassicaceae,
Raphanus sativus
p. 106

RAIFORT
Brassicaceae,
Armoracia rusticana
p. 149

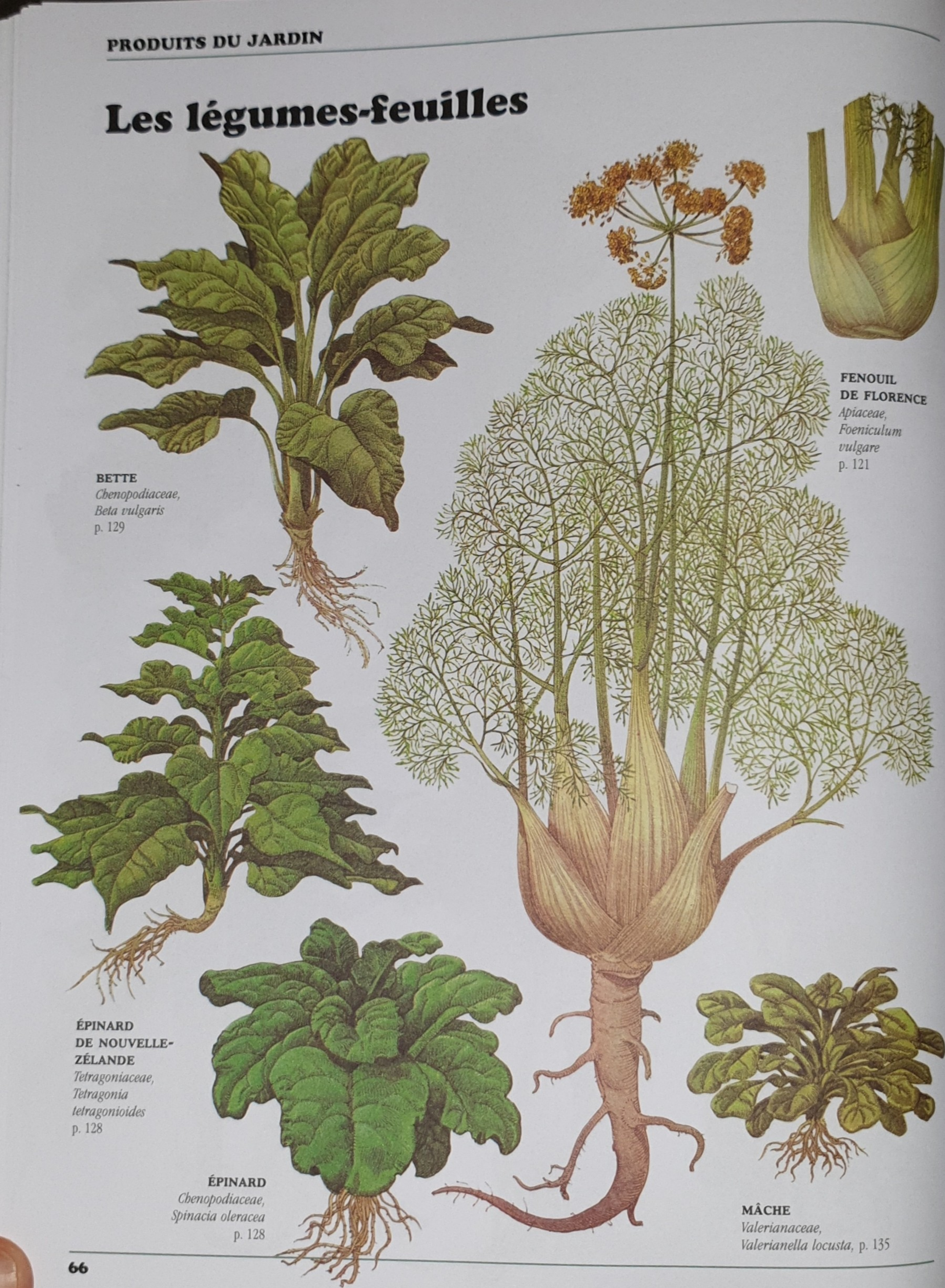
SCORSONÈRE (SALSIFIS NOIR)
Asteraceae,
Scorzonera hispanica
p. 136

SALSIFIS
Asteraceae,
Tragopogon porrifolius
p. 136

Les légumes-tiges

CHOU CHINOIS
Brassicaceae, Brassica rapa
p. 101
POMME DE TERRE
Solanaceae,
Solanum tuberosum, p. 108
CHOU MARIN
Brassicaceae, Crambe maritima
p. 107
CHOU-RAVE
Brassicaceae,
Brassica oleracea
p. 106
POIRÉE À CARDES ROUGES
RHUBARBE
Polygonaceae, Rheum rhabarbarum
p. 141
ASPERGE
Liliaceae,
Asparagus officinalis
p. 125
BETTE
Chenopodiaceae,
Beta vulgaris
p. 129

Les légumes-feuilles



BETTE
Chenopodiaceae,
Beta vulgaris
p. 129

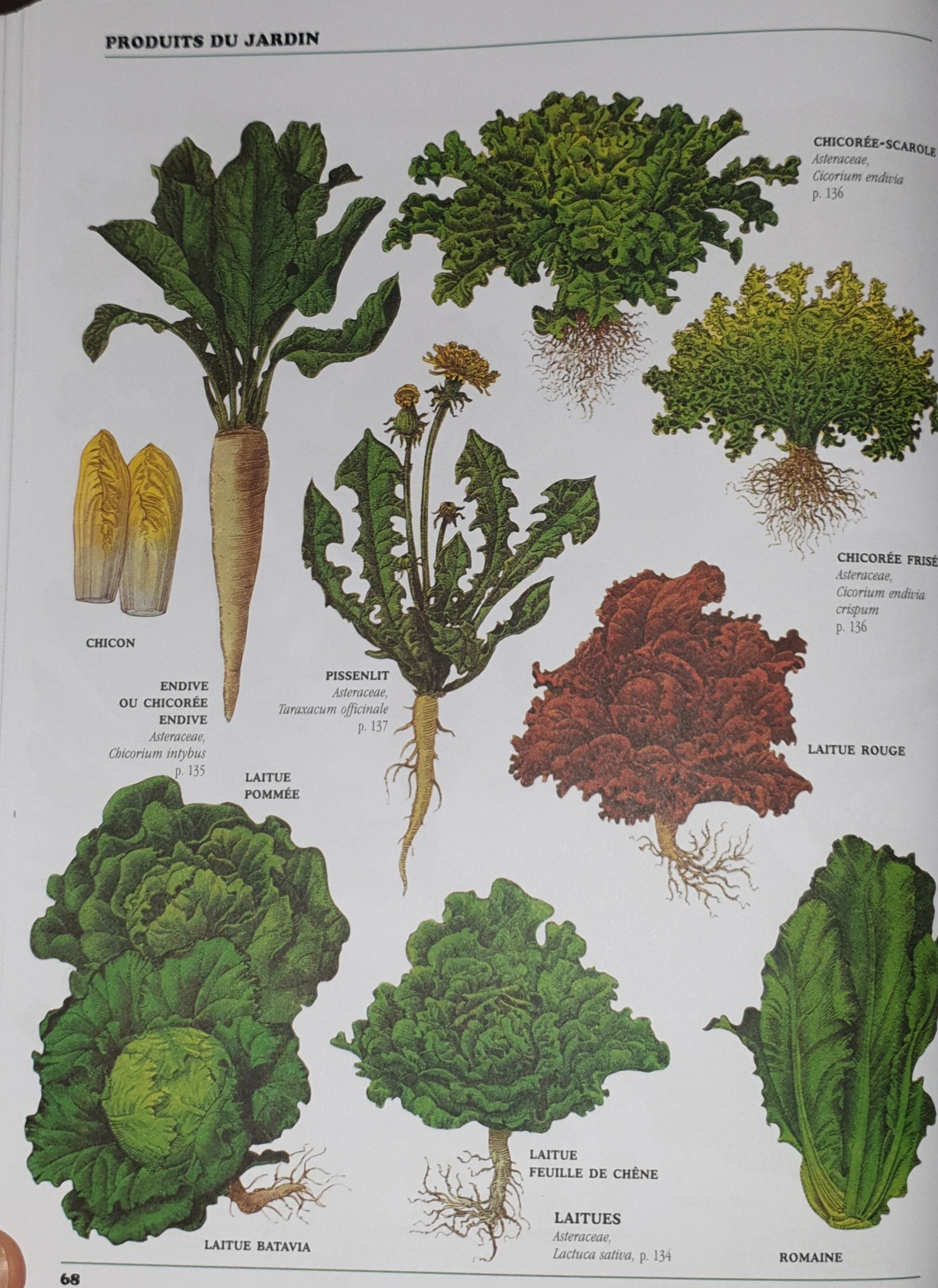
FENOUIL DE FLORENCE
Apiaceae,
Foeniculum vulgare
p. 121

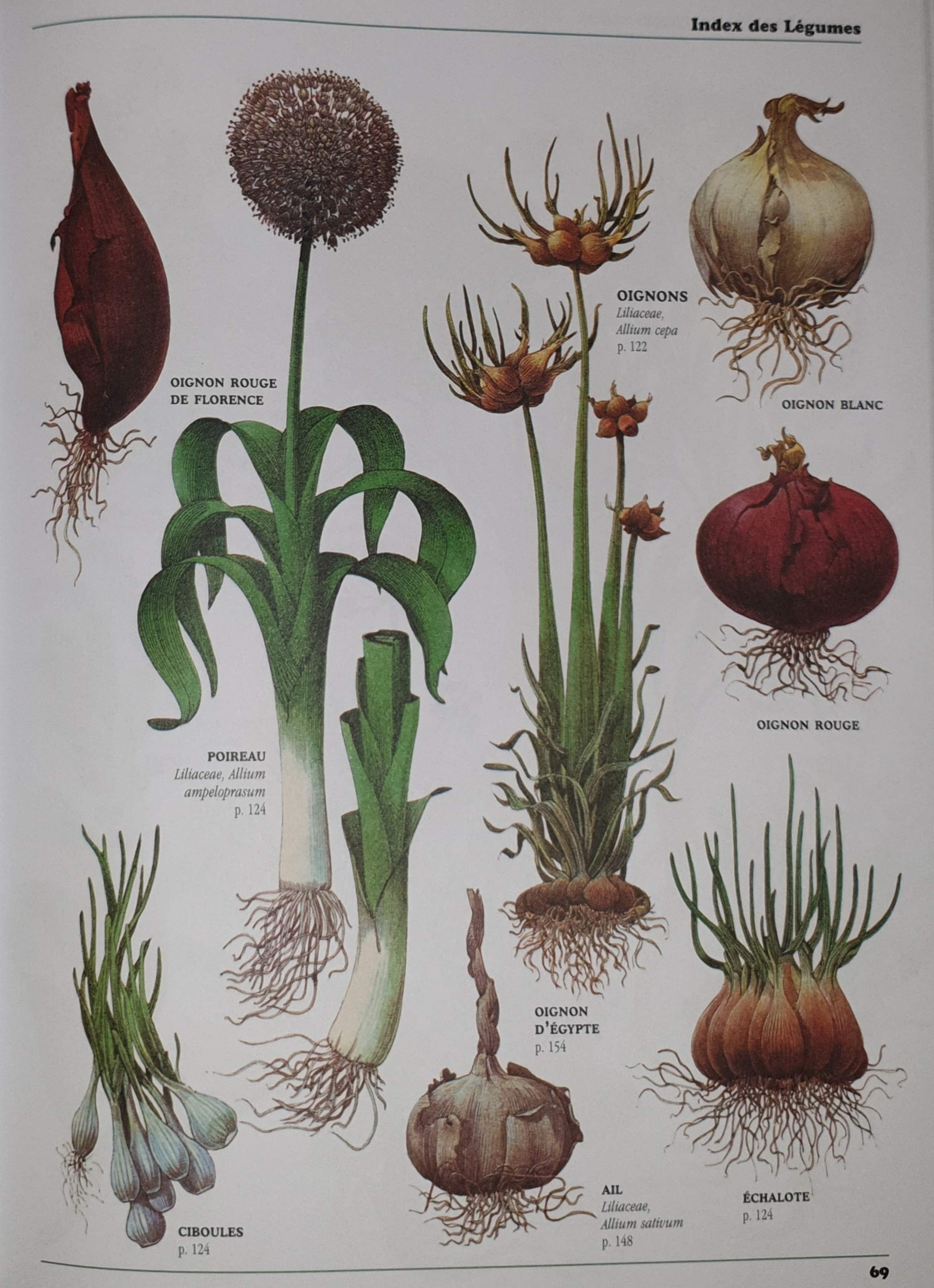
ÉPINARD DE NOUVELLE-ZÉLANDE
Tetragoniaceae,
Tetragonia tetragonioides
p. 128

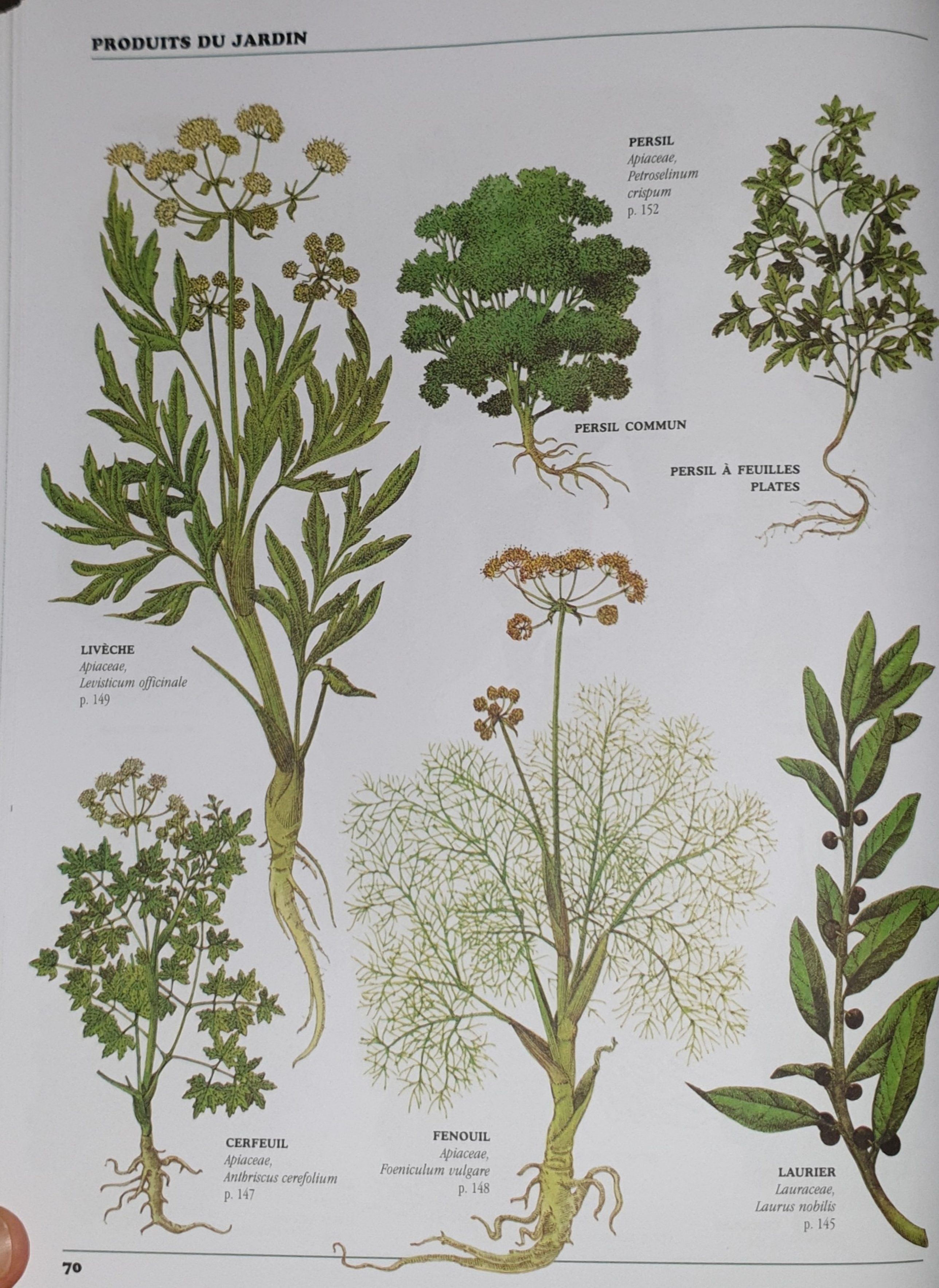
ÉPINARD
Chenopodiaceae,
Spinacia oleracea
p. 128

MÂCHE
Valerianaceae,
Valerianella locusta, p. 135

CHOUX
Brassicaceae,
Brassica oleracea, pp.98-104
CHOU ROUGE
CHOU BLANC
CHOU FRISÉ
(KALE)
CHOU DE MILAN
CHOU CABUS
CHOUX
DE BRUXELLES
CHOU
CAVALIER
p. 104
CRESSON
Brassicaceae
p. 107
CHOU POMMÉ
CRESSON
DES FONTAINES
Nasturtium officinale
CRESSON
ALÉNOIS
Lepidium
sativum
CRESSON
DE JARDIN
Barbarea
verna

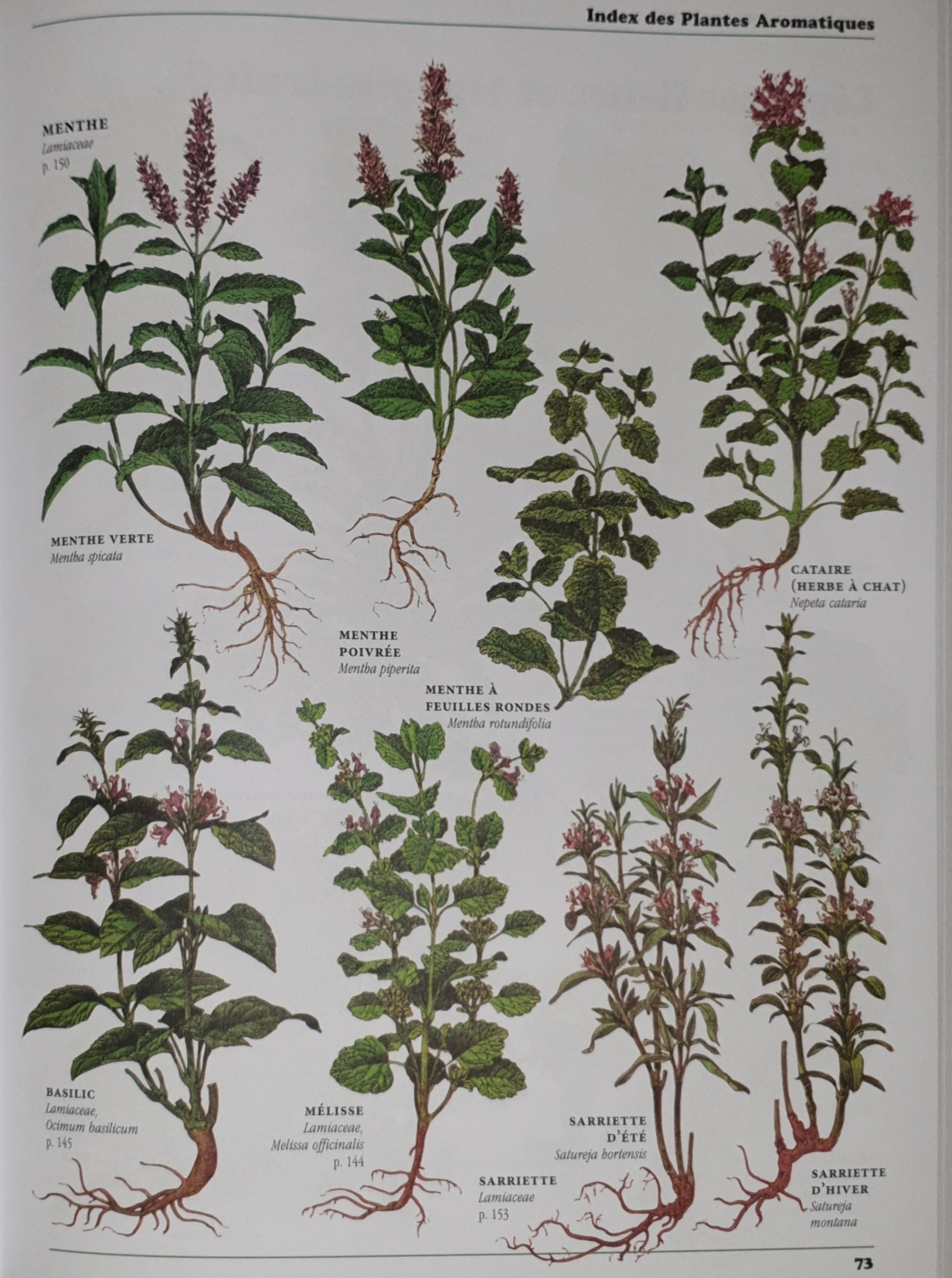

CHICORÉE-SCAROLE
Asteraceae,
Cicorium endivia
p. 136
CHICORÉE FRISÉE
Asteraceae,
Cicorium endivia
crispum
p. 136
CHICON
ENDIVE
OU CHICORÉE
ENDIVE
Asteraceae,
Chicorium intybus
p. 135
PISSENLIT
Asteraceae,
Taraxacum officinale
p. 137
LAITUE ROUGE
LAITUE
POMMÉE
LAITUE BATAVIA
LAITUE
FEUILLE DE CHÊNE
LAITUES
Asteraceae,
Lactuca sativa, p. 134
ROMAINE


OIGNON ROUGE DE FLORENCE
OIGNONS
Liliaceae, Allium cepa
p. 122
OIGNON BLANC
OIGNON ROUGE
POIREAU
Liliaceae, Allium ampeloprasum
p. 124
OIGNON D'ÉGYPTE
p. 154
CIBOULES
p. 124
AIL
Liliaceae, Allium sativum
p. 148
ÉCHALOTE
p. 124

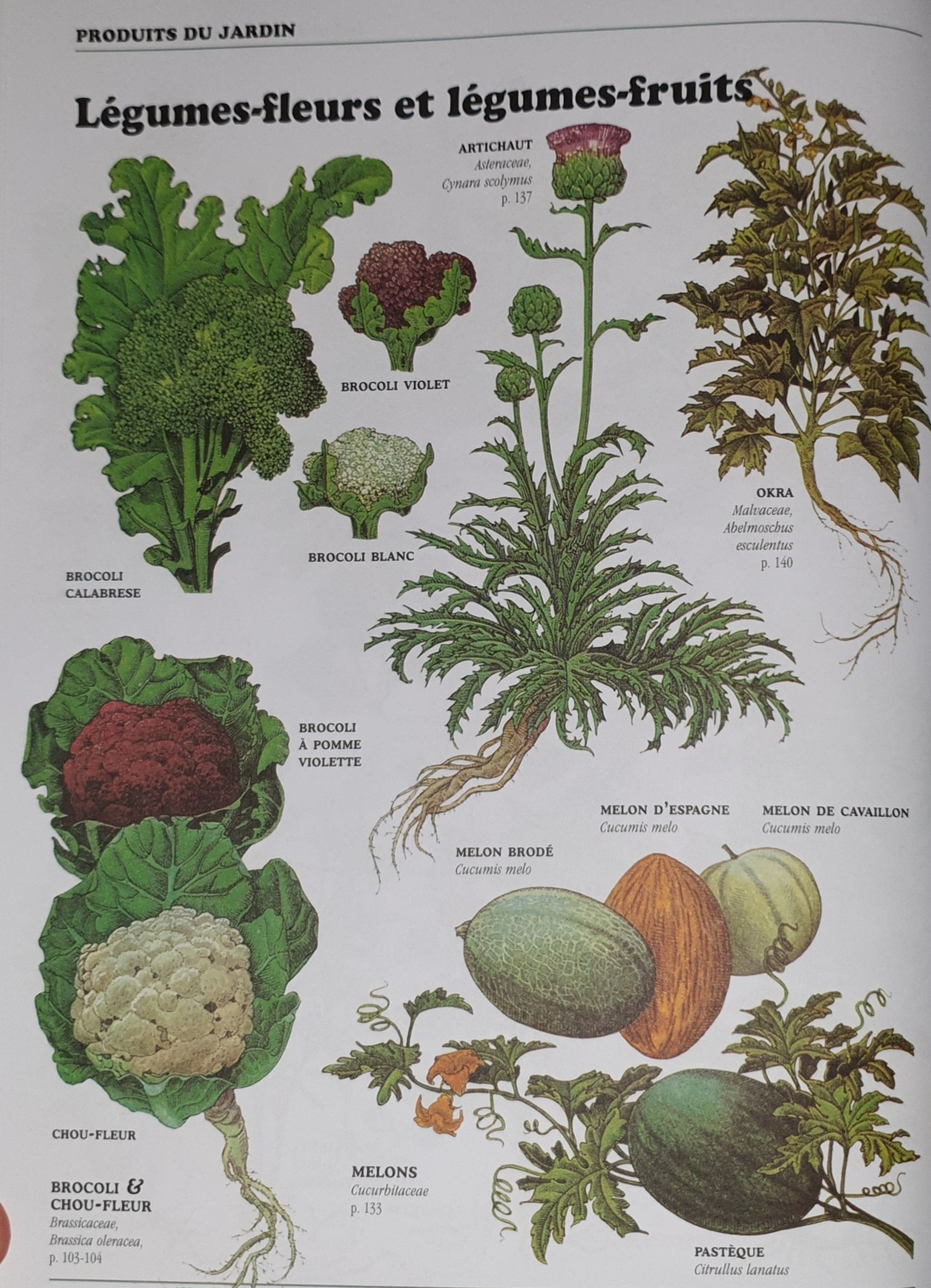

PERSIL
Apiaceae,
Petroselinum
crispum
p. 152
PERSIL COMMUN
PERSIL À FEUILLES
PLATES
LIVÈCHE
Apiaceae,
Levisticum officinale
p. 149
CERFEUIL
Apiaceae,
Anthriscus cerefolium
p. 147
FENOUIL
Apiaceae,
Foeniculum vulgare
p. 148
LAURIER
Lauraceae,
Laurus nobilis
p. 145

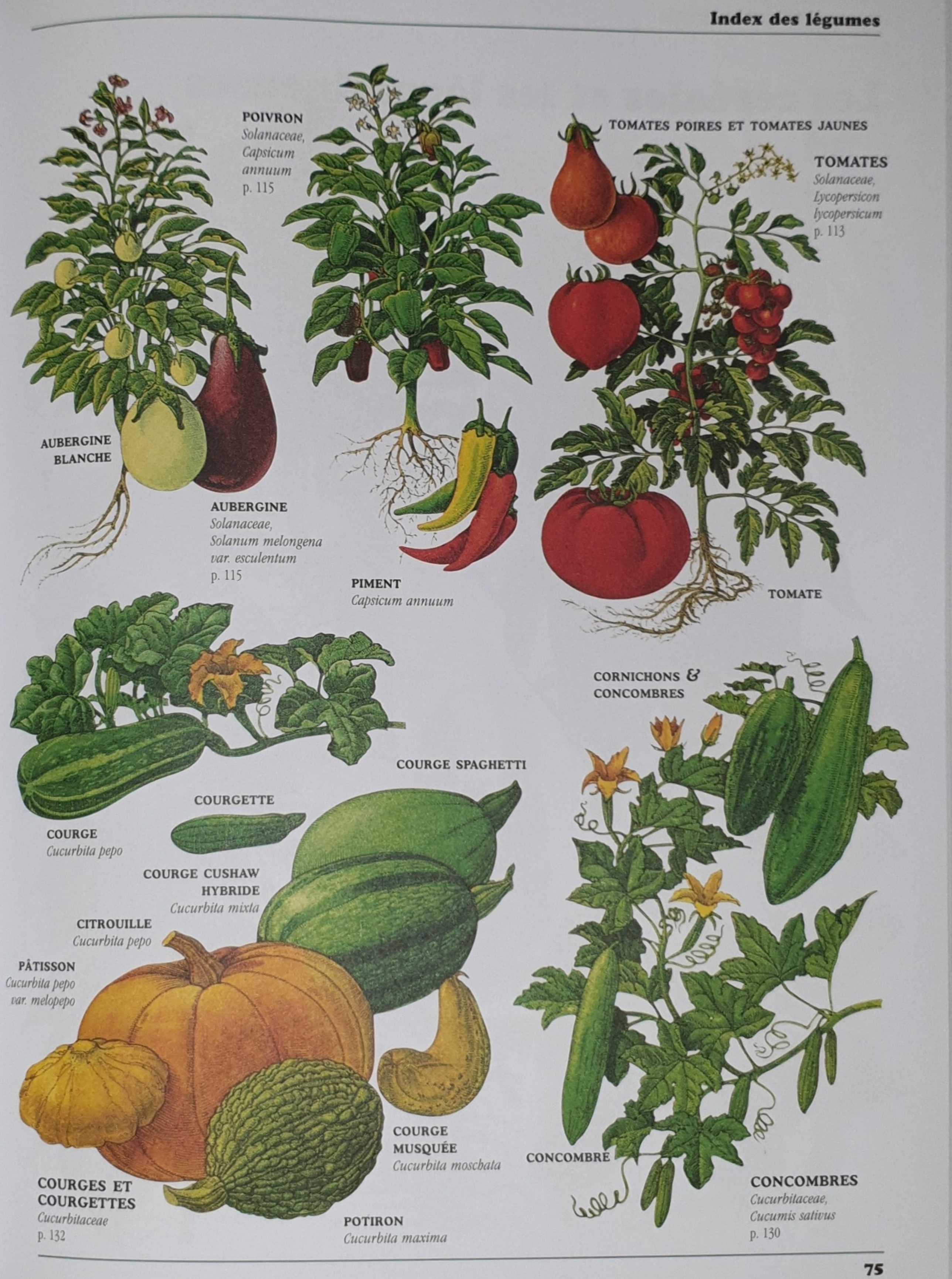
PRIMPRENELLE
ROSACEAE,
Poterium sanguisorba
p. 146
CAPUCINE
Tropaeolaceae,
Tropaeolum majus
p. 151
CIBOULETTE
Liliaceae,
Allium schoenoprasum
p. 147
OSEILLE
POLYGONACEAE,
Rumex acetosa
p. 153
ESTRAGON
Asteraceae,
Artemisia dracunculus
p. 154
BOURRACHE
Boraginaceae,
Borago officinalis
p. 145

THYM
Lamiaceae
p. 154
THYM CITR
Thymus serpyllum
THYM ORDINAIRE
Thymus vulgaris
SAUGE
Lamiaceae,
Salvia officinalis
p. 152
HYSOPE
Lamiaceae,
Hyssopus officinalis
p. 149
ORIGAN
Origanum vulgare
MARJOLAINE
Lamiaceae
p. 150
MARJOLAINE (DOUCE)
Origanum majorana
MARJOLAINE (VIVACE)
Origanum onites
ROMARIN
Lamiaceae,
Rosmarinus officinalis
p. 152


MENTHE
Lamiaceae
p. 150
MENTHE VERTE
Mentha spicata
MENTHE POIVRÉE
Mentha piperita
CATAIRE (HERBE À CHAT)
Nepeta cataria
MENTHE À FEUILLES RONDES
Mentha rotundifolia
BASILIC
Lamiaceae,
Ocimum basilicum
p. 145
MÉLISSE
Lamiaceae,
Melissa officinalis
p. 144
SARRIETTE D'ÉTÉ
Satureja hortensis
SARRIETTE
Lamiaceae
p. 153
SARRIETTE D'HIVER
Satureja montana

Légumes-fleurs et légumes-fruits

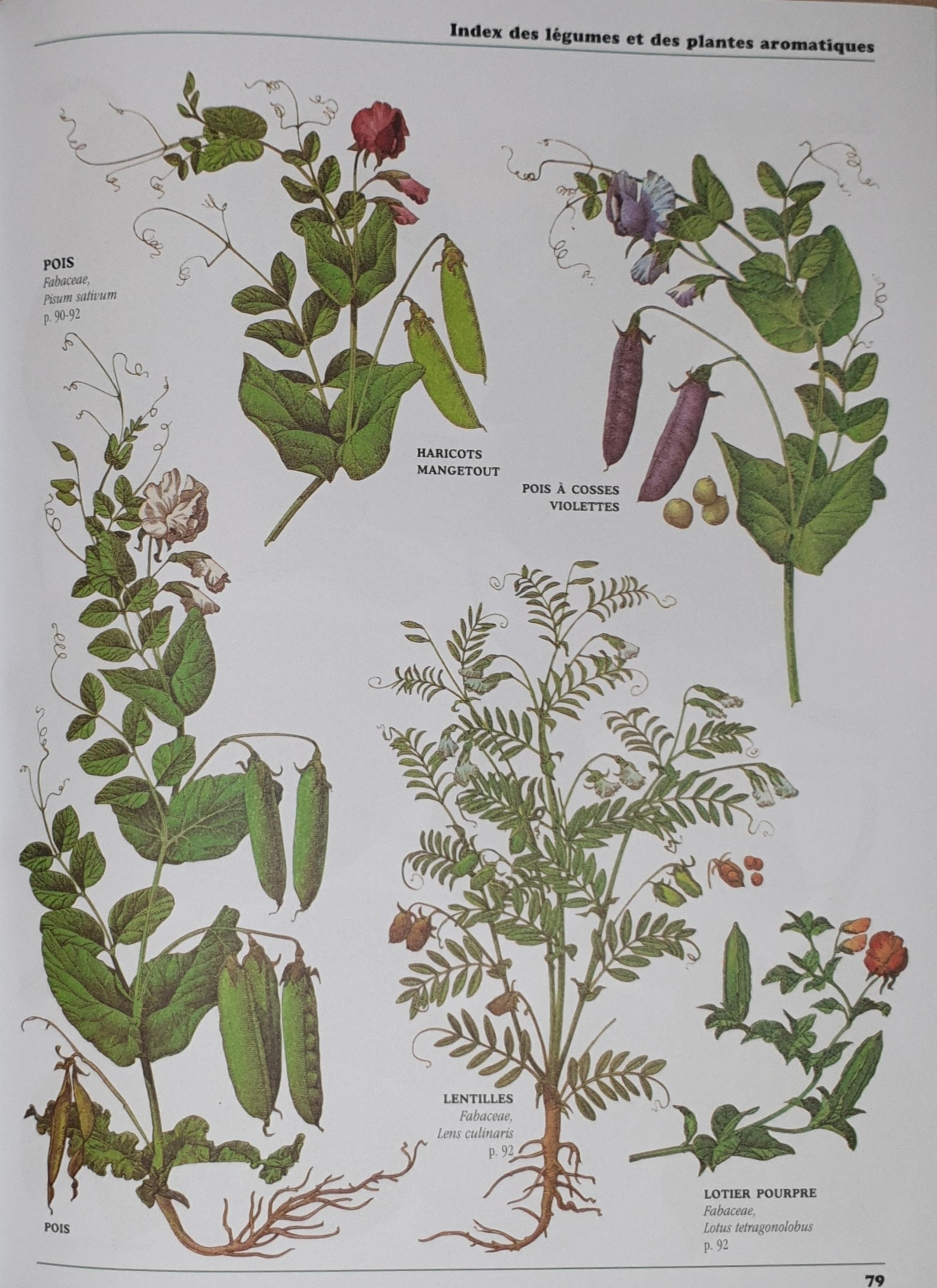



POIVRON
Solanaceae,
Capsicum
annuum
p. 115
TOMATES POIRES ET TOMATES JAUNES
TOMATES
Solanaceae,
Lycopersicon
lycopersicum
p. 113
AUBERGINE
BLANCHE
AUBERGINE
Solanaceae,
Solanum melongena
var. esculentum
p. 115
PIMENT
Capsicum annuum
TOMATE
CORNICHONS &
CONCOMBRES
COURGE SPAGHETTI
COURGETTE
COURGE
Cucurbita pepo
COURGE CUSHAW
HYBRIDE
Cucurbita mixta
CITROUILLE
Cucurbita pepo
PÂTISSON
Cucurbita pepo
var. melopepo
COURGE
MUSQUÉE
Cucurbita moschata
CONCOMBRE
COURGES ET
COURGETTES
Cucurbitaceae
p. 132
POTIRON
Cucurbita maxima
CONCOMBRES
Cucurbitaceae,
Cucumis sativus
p. 130

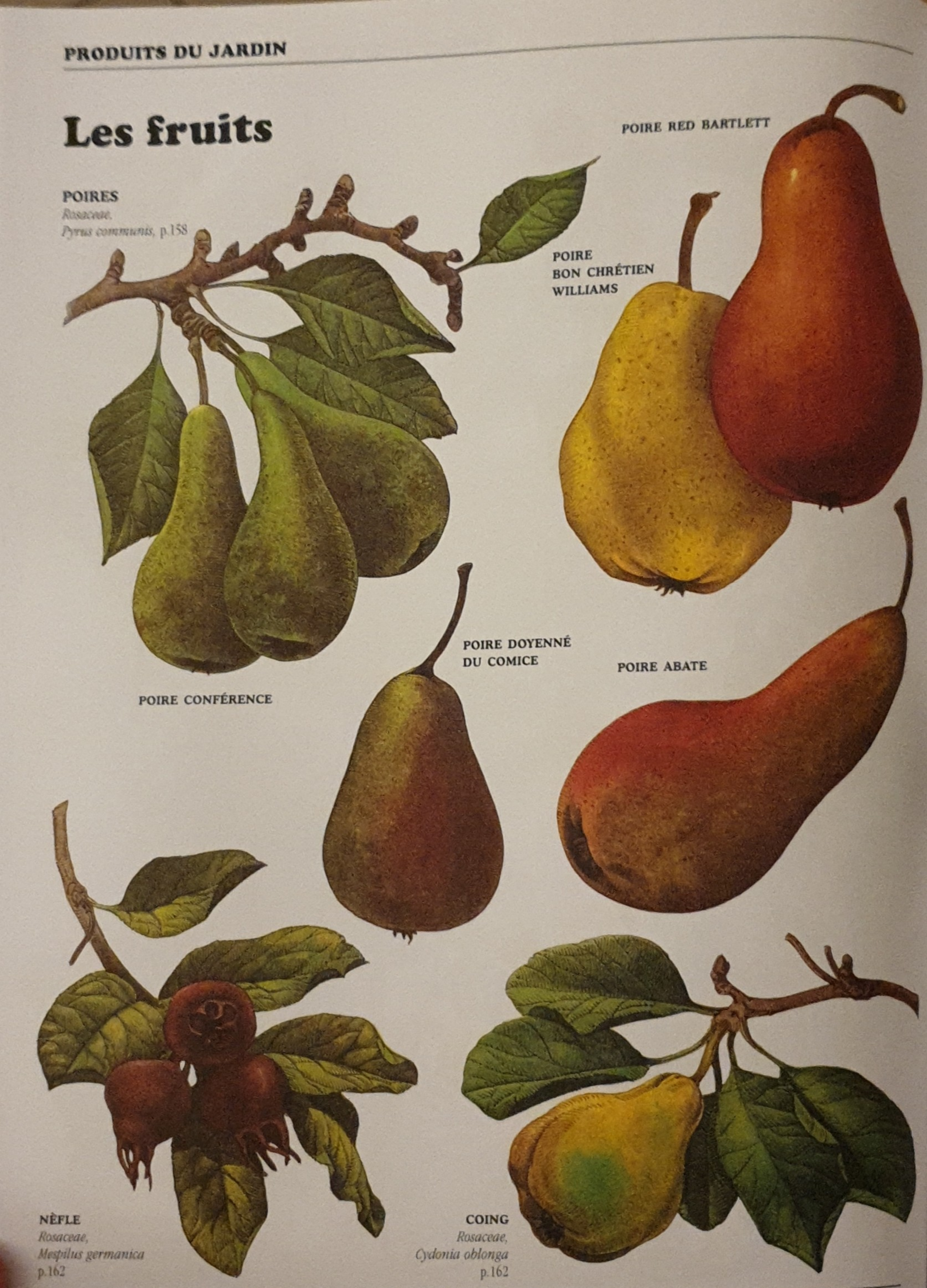
Les céréales et les légumineuses

HARICOT VERT
Phaseolus vulgaris
p. 96
HARICOT À RAMES
Phaseolus vulgaris
p. 94
FÈVE
Vicia faba
p. 93

ANIS
Apiaceae,
Pimpinella anisum
p. 144
ANETH
Apiaceae,
Anethum graveolens
p. 148
CARVI
Apiaceae,
Carum carvi
p. 146
CORIANDRE
Apiaceae,
Coriandrum sativum
p. 147
MOUTARDE
Brassicaceae,
Brassica nigra, p. 151


POIS
Fabaceae,
Pisum sativum
p. 90-92
HARICOTS
MANGETOUT
POIS À COSSES
VIOLETTES
LENTILLES
Fabaceae,
Lens culinaris
p. 92
LOTIER POURPRE
Fabaceae,
Lotus tetragonolobus
p. 92
POIS

Les fruits


POIRES
Rosaceae,
Pyrus communis, p.158
POIRE RED BARTLETT
POIRE
BON CHRÉTIEN
WILLIAMS
POIRE CONFÉRENCE
POIRE DOYENNÉ
DU COMICE
POIRE ABATE
NÈFLE
Rosaceae,
Mespilus germanica
p.162
COING
Rosaceae,
Cydonia oblonga
p.162

POMME RED DELICIOUS

POMME GOLDEN DELICIOUS

POMME GRANNY SMITH

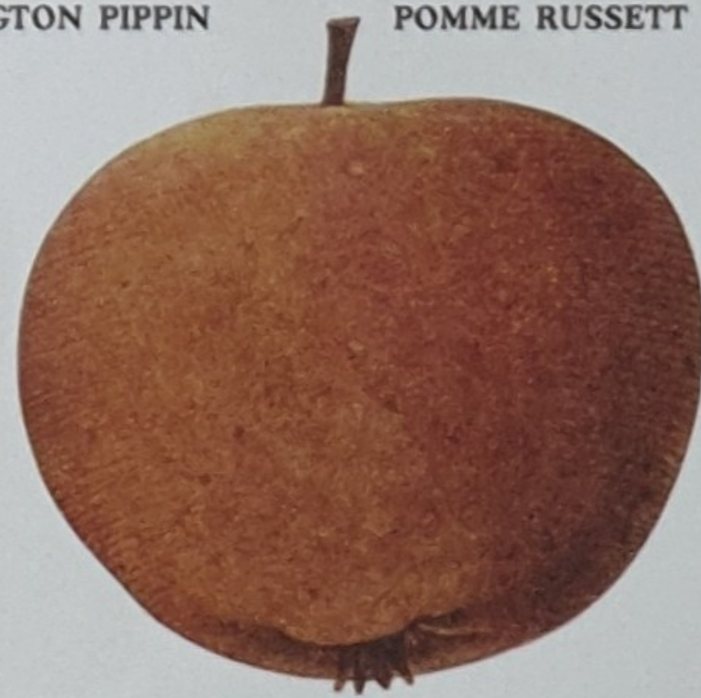
POMMES
Rosaceae,
Malus pumila, p.156

POMME BRAMLEY

POMME COX'S ORANGE

POMME JONATHAN

POMME ALLINGTON PIPPIN



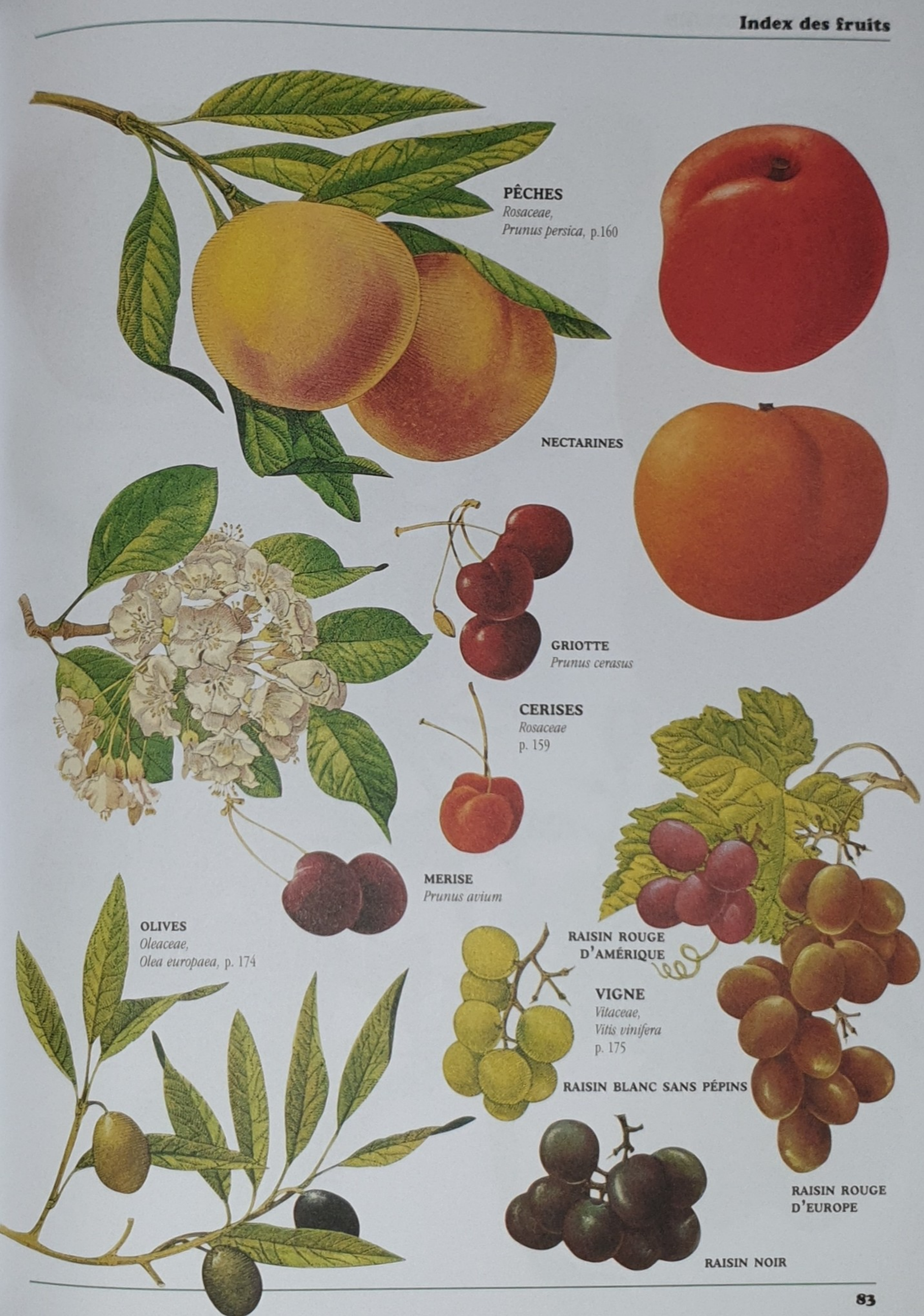
POMME RUSSETT

REINE-CLAUDE
Prunus insititia

PRUNES
Rosaceae,
Prunus domestica
p. 161

ABRICOTS
Rosaceae,
Prunus armeniaca
p. 160

QUETSCHES
Prunus insititia
p. 161


PÊCHES
Rosaceae,
Prunus persica, p.160
NECTARINES
GRIOTTE
Prunus cerasus
CERISES
Rosaceae
p. 159
MERISE
Prunus avium
OLIVES
Oleaceae,
Olea europaea, p. 174
RAISIN ROUGE D'AMÉRIQUE
VIGNE
Vitaceae,
Vitis vinifera
p. 175
RAISIN BLANC SANS PÉPINS
RAISIN ROUGE D'EUROPE
RAISIN NOIR

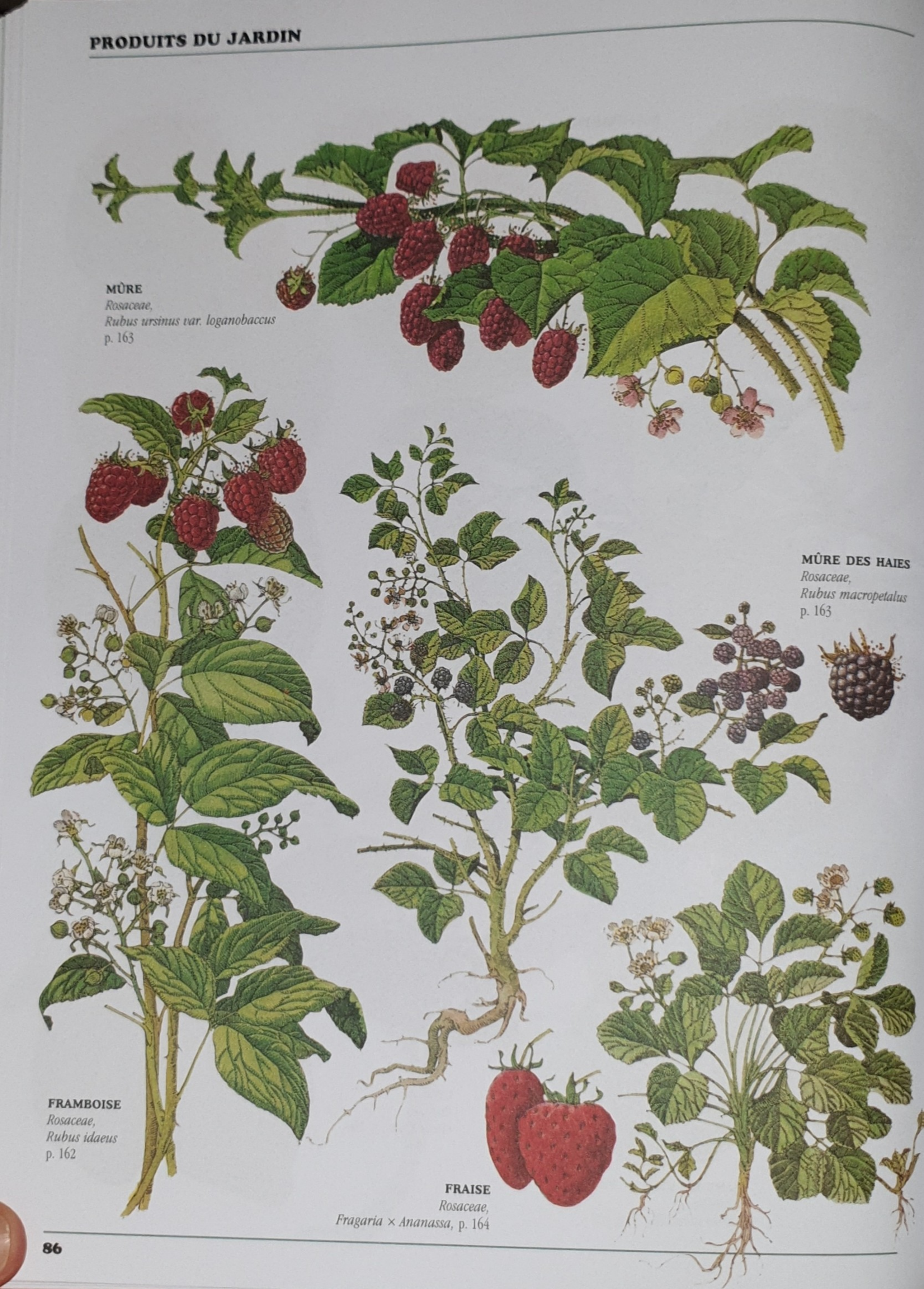
ORANGE JAFFA

ORANGE NAVEL

ORANGE SANGUINE

ORANGES
Rutaceae,
Citrus sinensis, p. 166

TANGELOS
MANDARINE
Rutaceae,
Citrus reticulata
p. 167
CLÉMENTINE
KUMQUAT
Rutaceae,
Fortunella margarita, p. 167
BIGARADIER
Rutaceae,
Citrus aurantium, p. 166
PAMPLEMOUSSE
Rutaceae,
Citrus × paradisi, p. 168
CITRON
Rutaceae,
Citrus limon, p. 168
LIME OU CITRON VERT
Rutaceae,
Citrus aurantiifolia, p. 168

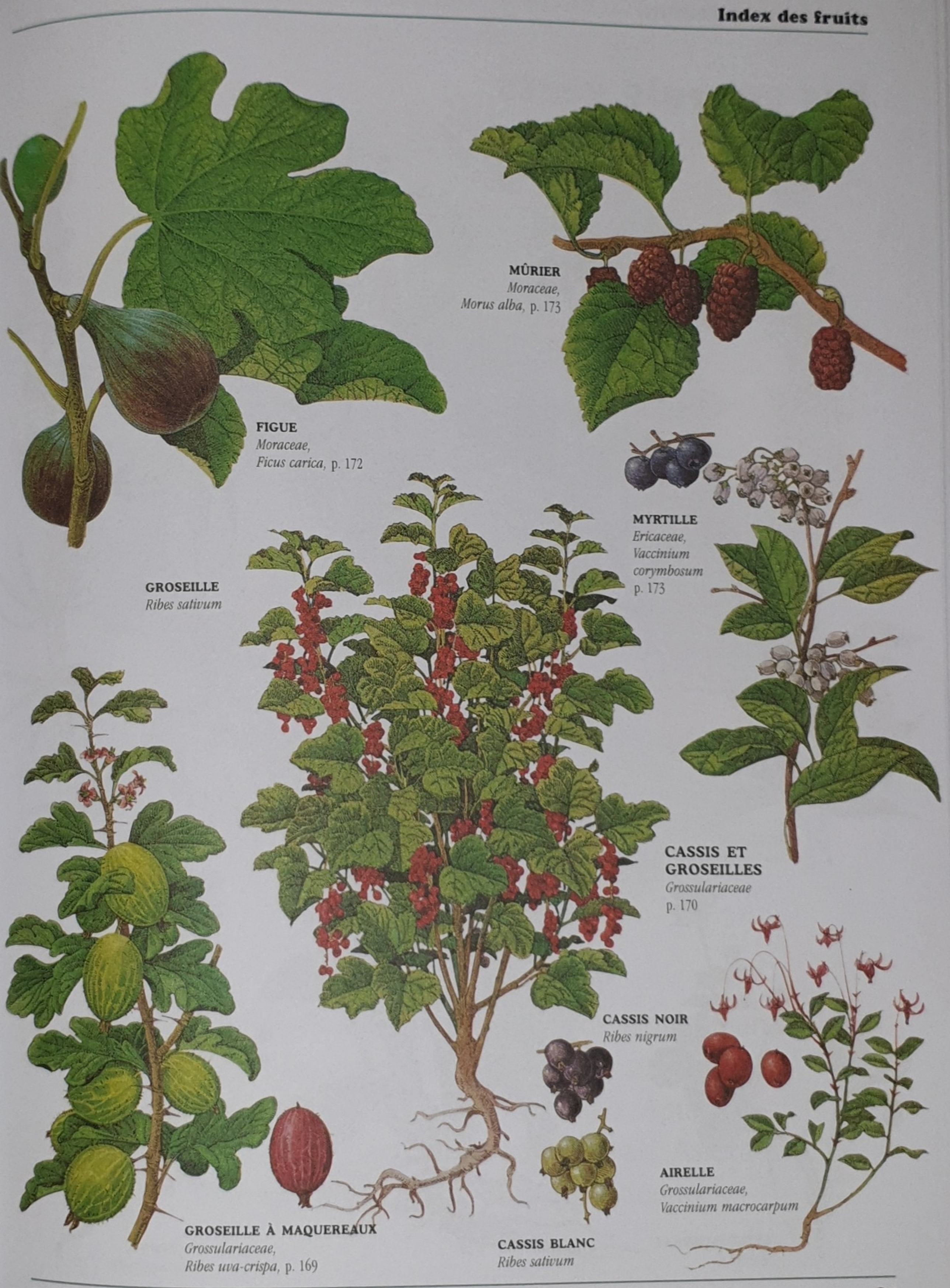


MÛRE
Rosaceae,
Rubus ursinus var. loganobaccus
p. 163

MÛRE DES HAIES
Rosaceae,
Rubus macropetalus
p. 163

FRAMBOISE
Rosaceae,
Rubus idaeus
p. 162

FRAISE
Rosaceae,
Fragaria × Ananassa, p. 164


FIGUE
Moraceae,
Ficus carica, p. 172
MÛRIER
Moraceae,
Morus alba, p. 173
MYRTILLE
Ericaceae,
Vaccinium
corymbosum
p. 173
GROSEILLE
Ribes sativum
CASSIS ET
GROSEILLES
Grossulariaceae
p. 170
CASSIS NOIR
Ribes nigrum
AIRELLE
Grossulariaceae,
Vaccinium macrocarpum
GROSEILLE À MAQUEREAUX
Grossulariaceae,
Ribes uva-crispa, p. 169
CASSIS BLANC
Ribes sativum

Les engrais verts

La culture des légumes

Où sont présentées les méthodes pour semer, planter et récolter les membres des familles suivantes : Fabaceae, Brassicaceae, Solanaceae, Apiaceae, Liliaceae, Chenopodiaceae, Cucurbitaceae, Asteraceae, Poaceae, Malvaceae et Polygonaceae.

Fabaceae

Les pois, fèves, haricots à rames, haricots verts, haricots de Lima, le soja et l'arachide font tous partie de la famille des Fabaceae (naguère appelées Légumineuses). Pour les jardiniers désireux de vivre le plus possible de leur potager, voilà une famille incontournable. Elle fournit plus de protéines que toute autre. Il serait difficile à un végétalien ou à ceux qui veulent vivre totalement en autarcie de rester en bonne santé sans les *Fabaceae*.

Ils présentent un autre intérêt, leur aptitude à fixer l'azote. Les jardiniers biologiques qui n'aiment pas dépenser leur argent en engrais azotés fort chers (qui par ailleurs inhibent les capacités du sol à fixer l'azote) préfèrent recourir aux pois, aux haricots et au trèfle. En effet, les *Fabaceae* sont les plantes qui par *excellence* fixent l'azote dans les nodules de leurs racines. Arrachez une légumineuse saine et observez ses racines. Vous remarquerez de petites boules, les nodules. Si vous les coupez en deux et les observez avec un microscope puissant, vous verrez les bactéries qui vivent en symbiose avec la plante. Celle-ci leur apporte tous les nutriments nécessaires, sauf l'azote : les bactéries le prélèvent dans l'air (en le combinant avec de l'oxygène pour former des nitrates) pour elles-mêmes et pour la plante hôte.

Si vous cultivez des Légumineuses et les enfouissez alors qu'elles sont pleines de sève et vertes (au moment de la floraison), elles se décomposent très vite et fournissent l'azote nécessaire pour nourrir les bactéries qui le fixent puis le relâchent dans le sol. C'est là tout l'intérêt de la culture du trèfle. Si vous jetez des Légumineuses sur le compost, elles auront le même effet bénéfique. Si vous épandez des nitrates sur une pelouse, vous allez stimuler les graminées mais supprimer le trèfle. Le phosphate, en revanche, favorise le trèfle au détriment des graminées.

Les Légumineuses devraient représenter un quart de votre surface cultivée chaque année et rien ne s'oppose à ce que vous en cultiviez bien plus. Ces plantes n'aimant pas les sols acides, chaulez si nécessaire. Par ailleurs, elles apprécient le phosphate et la potasse. Cependant, dans une bonne terre de jardin qui a été bien fumée ou enrichie en compost au fil des ans et dont les éventuelles carences en calcaire, phosphate et potasse ont été corrigées, vous pouvez faire pousser des pois et des haricots sans le moindre apport.

Les pois

LES POIS DU JARDIN

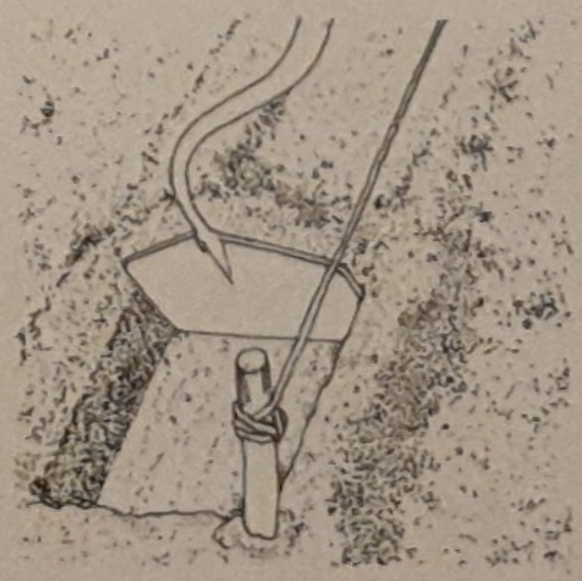
Les premiers pois de l'été, dégustés crus, sont l'une des plus grandes satisfactions du jardinier qui les a fait pousser. Plus tard dans la saison, vous pouvez bien sûr les faire cuire ou sécher. Ils sont extrêmement nourrissants, quelle que soit la méthode employée. Dans un petit jardin, pensez aux pois nains.

Sol et climat

Les pois ne sont pas trop exigeants ; précoces dans un sol léger, ils seront tardifs dans une terre lourde. Ils préfèrent un riche terreau, ce que des apports réguliers de compost produisent avec n'importe quelle terre. En ce qui concerne le climat, les pois, n'étant pas d'origine tropicale, se plaisent dans les climats frais et très humides. Cependant, des pluies trop abondantes au moment de la maturation entraînent un risque de mildiou. Dans les pays chauds, il faut en général les cultiver au printemps ou à l'automne, pour leur éviter le plus fort de l'été. Ces petites plantes étant résistantes au gel, on peut les semer à l'automne pour un départ rapide au printemps dans les régions où les gelées ne sont pas trop vives. Dans ce cas, ils attendent l'arrivée du printemps et des beaux jours pour pousser plus vite, fleurir et former des gousses.

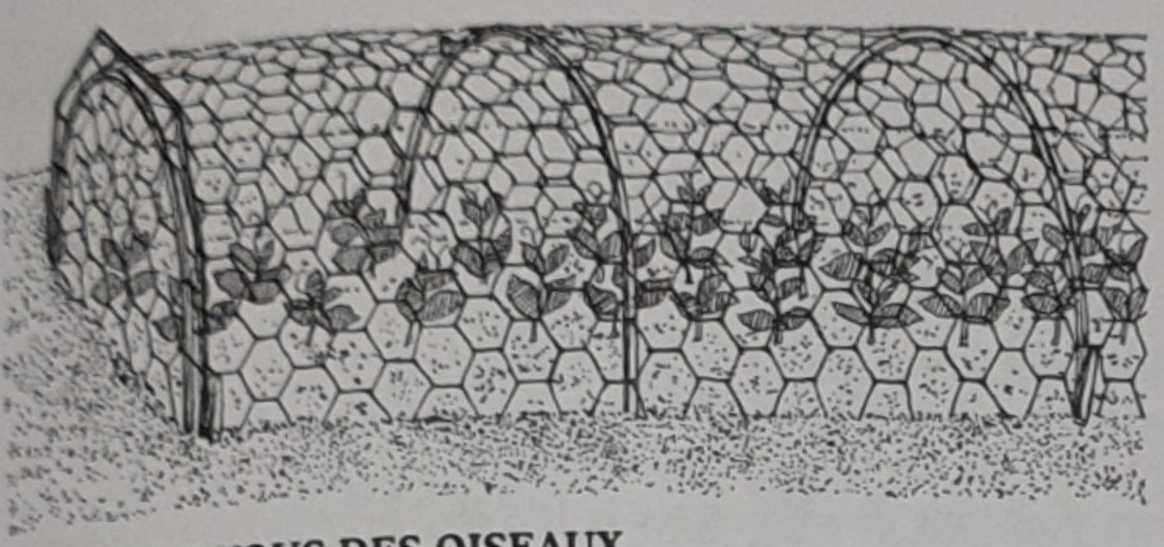
Les soins du sol

Les pois se plaisent dans une terre cultivée en profondeur. Pour les cultiver sur un terrain qui n'avait pas bénéficié de méthodes



SILLONS POUR GRAINES DE POIS
Avec le plat de la binette, tracez des sillons d'une largeur de 10 cm et d'une profondeur de 5 cm.

LES SEMIS
Semez avec régularité, en espaçant les graines de 2 à 5 cm.



PROTÉGEZ-VOUS DES OISEAUX
Une protection en grillage alvéolé, facile à réaliser, empêchera les oiseaux de s'attaquer aux graines et aux plantules. Les mini-serres (*voir p.* 114) placées sur les carrés ont la même fonction, mais couvrez-les de grillage métallique plutôt que de plastique.

biologiques, épandez 350 à 500 kg de fumier ou de compost tous les 100 m2 à l'automne précédent. Les pois n'aimant pas les sols acides, un pH de 6,5 convient tout à fait. Chaulez si le pH est insuffisant, à hauteur de 100 g par m².

Si votre terre n'est pas encore assez fertile et qu'il vous est impossible de vous procurer assez de compost ou de fumier à l'extérieur, vous pourrez tout de même cultiver des pois magnifiques sur les tranchées creusées l'année précédente. En hiver, vous les remplirez de déchets de cuisine et d'autres matières qui se décomposent vite, comme des vieux journaux. Cela dit, le jardinier bio cherche à augmenter le niveau de fertilité générale de son potager, ce qui rend superflu ce genre d'expédients.

Semis et multiplication

Je creuse avec la panne de la binette des sillons de 10 cm de large sur 5 cm de profondeur. Je sème avec régularité, en espaçant les graines de 2 à 5 cm. Ensuite, je ratisse pour faire retomber la terre dans le sillon des deux côtés et je tasse en frappant avec le dos du râteau ou à grands coups de bottes si la terre est sèche et inégale. Sur un sol sec, inondez le sillon pour déclencher la germination. Si vous cultivez en planches surélevées (*voir p.* 46), espacez de 8 cm en tous sens, parce que vous ne semez pas en lignes, bien sûr, mais en poquets.

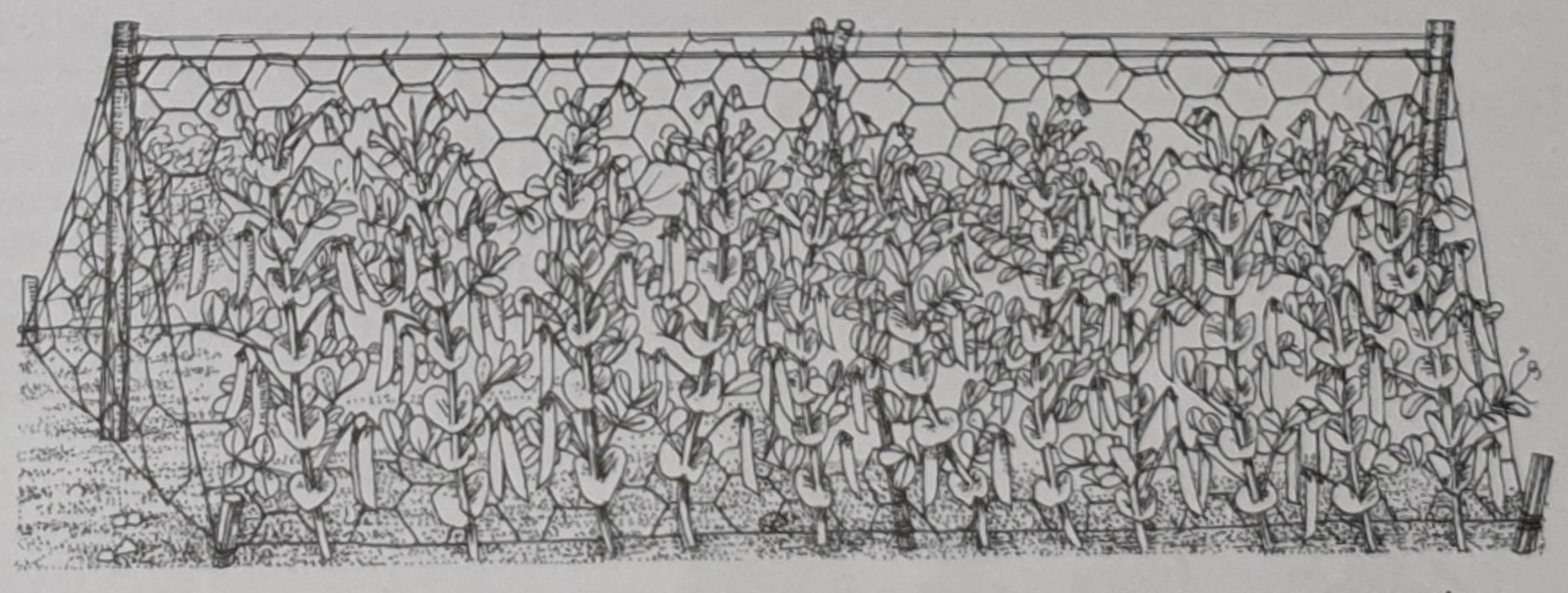
Pour accélérer la germination, les jardiniers trempent souvent les graines avant les semis, jusqu'à 48 heures. Il ne faut pas oublier que toutes les graines grosses et comestibles, comme celles des pois, sont une tentation terrible pour les rongeurs et les oiseaux et que plus tôt elles commencent à germer, moins elles risquent de se faire dévorer. Du fil noir ou, mieux encore, une protection grillagée permettent de maintenir les oiseaux à distance.

Les pois parviennent à maturité en quatre mois, voire trois et demi si vous plantez des variétés hâtives ou si vous les aimez très jeunes. Procédez par semis échelonnés, toutes les deux semaines, de mars à juillet (semez les variétés hâtives en juillet), pour récolter des pois frais tout l'été.

Les soins pendant la croissance

Tous les pois ont besoin de tuteurs, sauf les plus petites des variétés naines. N'importe quelle branche fine comportant quelques rameaux fera l'affaire. La taille du noisetier donne d'excellents tuteurs. Pour planter une haie entre votre jardin et celui du voisin, choisissez cet arbuste qui donne non seulement des noisettes, mais aussi des tuteurs pour les pois. À défaut de branches, prenez du grillage alvéolé, aux mailles aussi grosses que possible – c'est moins cher – sur une largeur de 90 cm et donnez-lui la forme d'un V à l'envers pour faire pousser une ligne de pois de chaque côté. Cette méthode présente l'avantage qu'un bon nombre des pois pend à l'intérieur, hors de portée des oiseaux. Si les mailles sont assez grosses, vous pouvez passer

UN CADRE GRILLAGÉ POUR LES POIS
Vous avez le choix entre une clôture grillagée pour palisser vos pois ou un V inversé, pour couvrir chaque côté. Les pois pendront au milieu, hors de portée des oiseaux. Les grillages aux mailles espacées coûtent moins cher et il est plus facile d'y passer les mains.



TUTEURER LES POIS
N'importe quelle branche comptant encore quelques rameaux fera un excellent tuteur. Le noisetier offre en outre l'avantage de ses noisettes. Coupez des rameaux de 1,20 m, taillez en pointe le bout le plus épais et enfoncez-le dans la terre, à côté du plant.

les mains au travers ou bien par en haut pour les ramasser. Aujourd'hui, de nombreuses variétés de pois nains ne nécessitent aucun tuteurage. C'est une solution intéressante pour un petit jardin, mais le rendement est faible et, si vous ne prenez pas de précautions (*voir p.* 56), les limaces s'attaqueront aux pois près du sol.

Les pois n'aimant pas la sécheresse, l'arrosage par temps sec se solde toujours par une récolte plus abondante. N'oubliez pas, cependant, qu'un sol riche en humus retient mieux l'eau.

Ravageurs et maladies

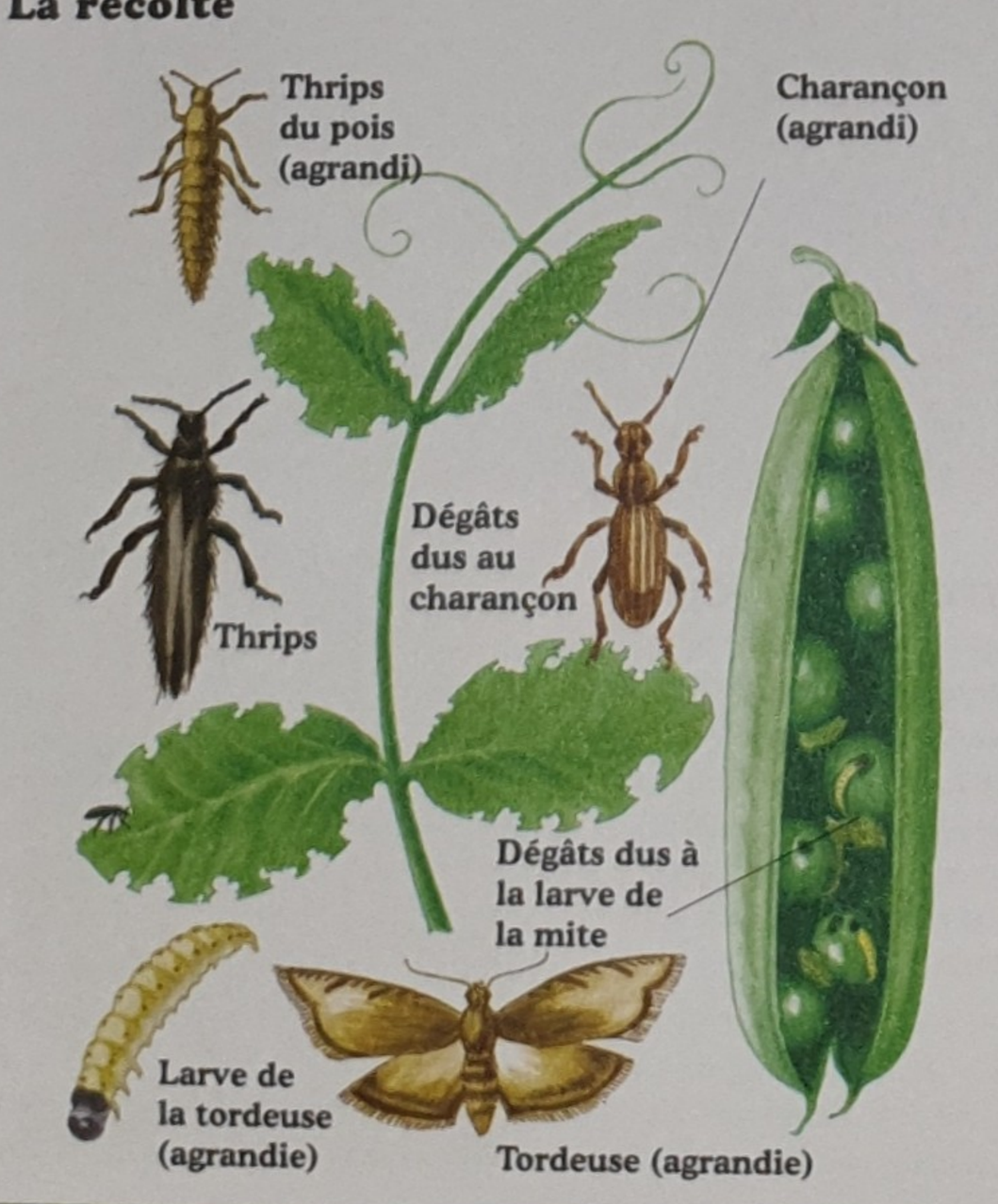
LE CHARANÇON Cet insecte couleur de terre se laisse tomber et fait le mort si vous le dérangez. Il est nocturne et se cache sous les mottes de terre dans la journée. Les adeptes du jardinage sans bêchage en souffrent beaucoup car il se cache dans le compost qu'ils épandent. Il grignote les bords des feuilles des jeunes pois et mange souvent les bourgeons centraux. Pour le faire fuir, saupoudrez les plantes de chaux* quand elles sont couvertes de rosée, ou bien de suie*. À défaut, vaporisez les jeunes plants et la terre à leurs pieds d'une décoction de quassia*.

LA TORDEUSE DES POIS Ce petit lépidoptère brun pond sur les jeunes gousses. Les larves s'y installent et mangent les pois. Pour vous en débarrasser, bêchez ou retournez souvent la terre en hiver, mais très superficiellement. Les oiseaux (surtout les rouges-gorges et les étourneaux) viendront manger les larves et interrompront ainsi le cycle de vie de l'insecte.

LE THRIPS DU POIS Ces touts petits insectes brun-noir font des trous minuscules dans les feuilles. Les plantes jaunissent et dépérissent. Pour y remédier, douchez-les à l'eau savonneuse.

LE MILDIOU Par temps très humide, les feuilles et les gousses des pois risquent de blanchir et de se décomposer. Pour y remédier, attachez bien les plants afin qu'ils poussent en hauteur. N'arrosez pas le feuillage par temps chaud et lourd. La bouillie bordelaise* vient parfois à bout du mildiou. Sinon, il n'y a pas grand-chose à faire, mais ce n'est pas non plus un désastre.

La récolte



Servez-vous toujours des deux mains pour cueillir des pois ! Posez le panier à terre, prenez la tige dans une main et la gousse dans l'autre.

Les très jeunes pois sont tout à fait délicieux si vous les consommez crus et ils regorgent de vitamines A, B et C. Leur saveur délicate vient de leur forte teneur en sucres divers. Quelques heures après la récolte, ce glucose se transforme en amidon. C'est pourquoi les pois achetés dans un magasin ou séchés ont un goût complètement différent. Si vous congelez des pois tout de suite après la récolte, ils conservent leur glucose, d'où leur saveur agréable.

Je raffole des pois frais en été. En hiver, je les préfère secs plutôt que surgelés, pour ne pas gâcher mon palais pour les premiers pois frais en mai ou en juin qui sont une merveilleuse expérience gastronomique. Le palais blasé par l'ingurgitation de pois "frais" tout au long de l'année n'est plus capable d'une sensation aussi forte.

Faites bouillir les pois quand ils ont vieilli et durci sur le pied. Quand ils sont trop durs pour être parfaits une fois bouillis, laissez-les durcir encore plus sur les pieds. Attendez qu'ils soient complètement mûrs et durs comme du fer. Arrachez-les, suspendez-les et exposez-les au vent mais non à la pluie.

Quand les pieds sont complètement desséchés, écossez-les. Frottez-les entre vos mains ou cognez-les contre le dos d'une chaise. Rangez les pois totalement secs dans des récipients couverts. Pour en consommer en hiver, laissez-les tremper un jour ou deux. Faites-les bouillir dans de l'eau salée jusqu'à ce qu'ils soient tendres, pour accompagner un jarret de porc. En décembre, l'énergie fournie par une assiette de pois et de porc donne envie de foncer au potager pour bêcher quelques heures.

On prépare une bonne soupe avec les gousses. Faites-les bien bouillir et passez-les au chinois.

LE HARICOT MANGETOUT

Il se cultive comme les pois ordinaires. Seule différence, vous les récoltez et les mangez avec leur gousse qui est dépourvue de la membrane dure habituelle des pois. Commencez à les cueillir et à les déguster dès qu'ils atteignent 5 cm de long, les pois alignés à l'intérieur n'étant que de minuscules boules aplaties. Ensuite, vous bénéficiez d'une saison de récolte prolongée, puisqu'elle continue jusqu'à ce que les pois fassent une belle taille. Personnellement, je préfère les pois ordinaires, mais il est tout à fait intéressant de cultiver des haricots mangetout.

Le lotier pourpre

Ce n'est pas un véritable pois, mais vous pouvez le traiter de la même manière. Cela dit, plantez-le plus tard – en avril, par exemple – et, si vous vivez dans une région froide, protégez-le sous des cloches. Tuteurez-le comme les pois. Faites cuire les gousses entières quand elles font 3 cm. C'est un délice.

La lentille

Proches parentes des pois, les lentilles se sèchent très bien. Néanmoins, leur rendement est faible et vous n'avez intérêt à en cultiver que s'il vous reste encore de l'espace. Elles aiment les mêmes conditions climatiques que les pois et se plaisent dans un terreau sableux. Les semis et les soins sont exactement les mêmes que pour les pois potagers. Lorsque les pieds sont bien mûrs, arrachez-les et suspendez-les dans un abri de jardin. Écossez selon les besoins.

Les fèves

Pour le jardinier qui vit en autarcie, les fèves sont l'une des plantes les plus importantes. Elles nourrissent toute la famille d'un bout à l'autre de l'année et, avec des pommes de terre et des fèves séchées, vous ne mourrez pas de faim. En Angleterre, la plus classique était une fève géante, qui reste la meilleure variété à cultiver pour bénéficier de légumes riches en protéines tout l'hiver et tout l'été (à moins que le climat et les conditions de votre région ne permettent de bons rendements avec le soja).

Tous les autres haricots, à rames, verts ou nains, viennent d'Amérique, en particulier des régions chaudes d'Amérique du Sud. Tous sont gélifs. En revanche, la bonne vieille fève anglaise supporte les hivers les plus rigoureux et démarre tôt au printemps. Elle se tient droite, très haute, n'a pas besoin d'être tuteurée et produit une énorme quantité de beaux haricots en forme de rein qui se mangent cuits, frais ou séchés et se conservent pour l'hiver.

Les fèves fourragères ou féveroles destinées au bétail en hiver et également très riches en protéines sont des variantes de cette fève anglaise. Leurs graines sont plus petites et blanches, mais les rendements sont également très élevés. Ils risquent davantage que les fèves de contracter la terrible maladie des taches chocolat et il paraît qu'il ne faut pas en manger avant Noël. Il paraît aussi qu'ils ne conviennent pas à l'alimentation humaine, mais j'en mange à ma guise tous les hivers.

La fève ordinaire à longue gousse n'en reste pas moins la meilleure plante potagère pour le jardinier. Cela dit, si vous arrivez à obtenir quelques haricots fourragers, pourquoi ne pas les essayer et voir ce qui se passe ?

Sol et climat

Les fèves aiment les sols forts, même l'argile lourde, mais une terre riche en compost leur convient quelle que soit son origine, argile ou sable. Leur comportement dans différents climats est très semblable à celui des pois (*voir* Les pois). Si vous pouvez repiquer vos pois à l'automne, faites-en autant avec les fèves qui sont un peu plus rustiques.

Les soins du sol

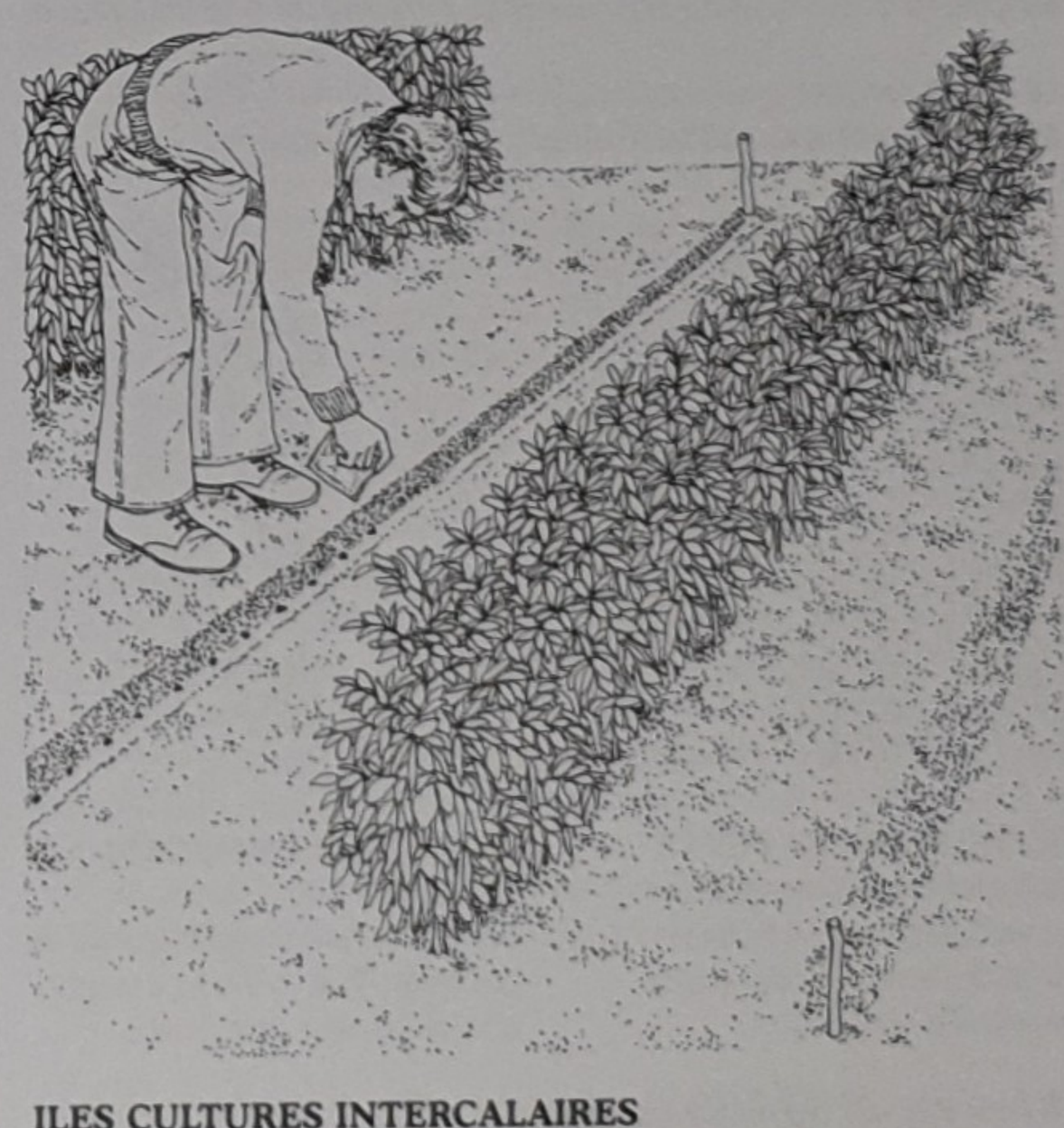
Les fèves n'aiment pas trop l'acidité. Comme les pois, elles se plaisent dans un sol au pH de 6,5. La potasse leur fait le plus grand bien. Si vous avez une réserve limitée de cendre de bois, déversez-la sur le carré des fèves à hauteur de 100 g pour 2 m linéaires. La consoude, enfouie comme engrais vert, leur fait également du bien, tant pour sa teneur en potasse que pour son aptitude à retenir l'eau.

Bêchez bien la terre en profondeur et enterrez de la cendre et de la consoude si vous en avez, et autant de fumier et de compost que possible. En général, je plante mes fèves après les pommes de terre de pleine saison, dans un sol déjà rempli du fumier épandu pour les tubercules et bien travaillé. Ne chaulez alors que si nécessaire, si le pH est nettement inférieur à 6,5.

Semis et multiplication

Si vous ne vivez pas dans une région fortement enneigée l'hiver, vous avez tout intérêt à semer les fèves à l'automne, en octobre ou en novembre. Si les oiseaux mangent vos semis ou si le climat est trop rigoureux, semez le plus tôt possible au printemps, en février par exemple, à condition que le sol ne soit pas gelé. Avant les semis, faites tremper les graines 24 heures, pour les ramollir et leur donner une avance sur les oiseaux.

Avec la binette, creusez des sillons profonds de 8 cm et espacés de 60 cm. Posez une graine tous les 15 cm. Ou bien – et voici un excellent conseil –, semez en lignes espacées de 1,80 m et, plus tard, intercalez des haricots verts ou nains. Les fèves protègent très bien ces plantes plus délicates, contre le vent. Au lieu de creuser des sillons, vous pouvez tendre un cordeau et faire un trou au plantoir pour chaque graine. Si vous cultivez sur planches surélevées (*voir p.* 46), laissez 10 cm en tous sens.



ILES CULTURES INTERCALAIRES

Hautes et robustes, les fèves protègent très bien les variétés plus petites telles que les haricots verts. Semez en lignes espacées de 1,80 m à l'automne ou au début du printemps. Dès les premiers jours de l'été, remplissez l'espace entre les lignes de haricots verts à port tapissant.

Les soins pendant la croissance

Un léger buttage à la binette fait le plus grand bien aux jeunes plants. Ne laissez pas les mauvaises herbes les envahir. Dans les lieux exposés et venteux, enfoncez un pieu à chaque coin de la ligne et faites passer une ficelle d'un pieu à l'autre pour entourer les plantes et les empêcher d'être arrachées. Cette précaution est superflue dans la plupart des potagers. Les fèves apprécient les paillis de toutes sortes.

Ravageurs et maladies

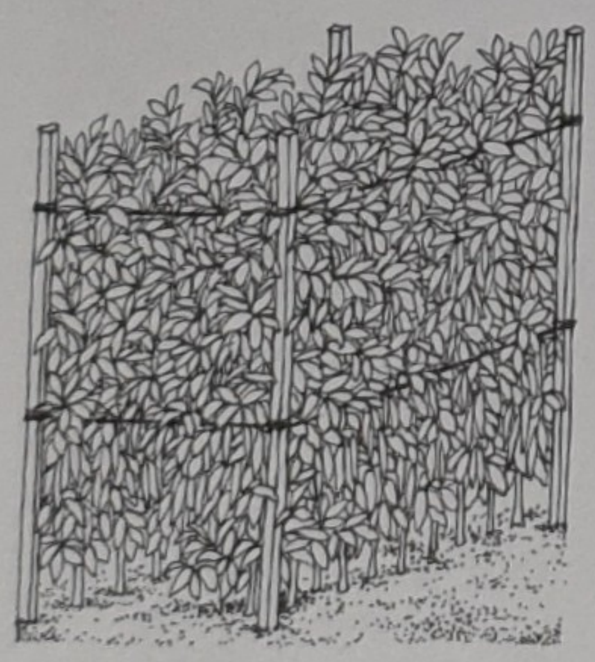
LA MALADIE DES TACHES CHOCOLAT Cette maladie porte un nom qui la décrit bien, mais en cas d'infestation, il n'y a rien à faire. Si l'attaque est précoce, elle fera chuter le rendement, mais sera moins grave à un stade plus avancé de la végétation. Une bonne dose de potasse dans le sol constitue une excellente mesure de prévention. Si cette maladie frappe régulièrement les fèves semées à l'automne, semez plutôt au printemps.

LA ROUILLE DES HARICOTS Cette maladie assez rare se manifeste par de petites taches blanches sur les feuilles et les tiges au printemps. Traitez à la bouillie bordelaise* diluée (*voir p.* 266) et brûlez les tiges après la récolte pour détruire les spores.

LES PUCERONS NOIRS Si vous semez des haricots de printemps, vous subirez des attaques de pucerons, mais ils s'attaquent rarement aux haricots semés à l'automne. Ils ne peuvent percer que la peau des jeunes plants et les variétés d'hiver ont en général assez poussé lorsqu'ils apparaissent. En cas d'attaque, vous les trouverez agglutinés sur les pointes. Si les haricots sont déjà assez grands, coupez ces pointes, pour priver les pucerons de leur nourriture. Vous pouvez cuire et manger ces pointes tendres et juteuses. En cas d'infestation grave, traitez en profondeur avec de l'huile de paraffine* et du savon noir*. Les abeilles raffolant des fleurs de haricots, évitez les produits qui pourraient leur nuire. Pulvérisez du pyrèthre le soir, il ne fera aucun mal aux abeilles le lendemain.

LE CHARANÇON (*voir* Les pois)

MILDIOU DES HARICOTS Traitez à la bouillie bordelaise*.



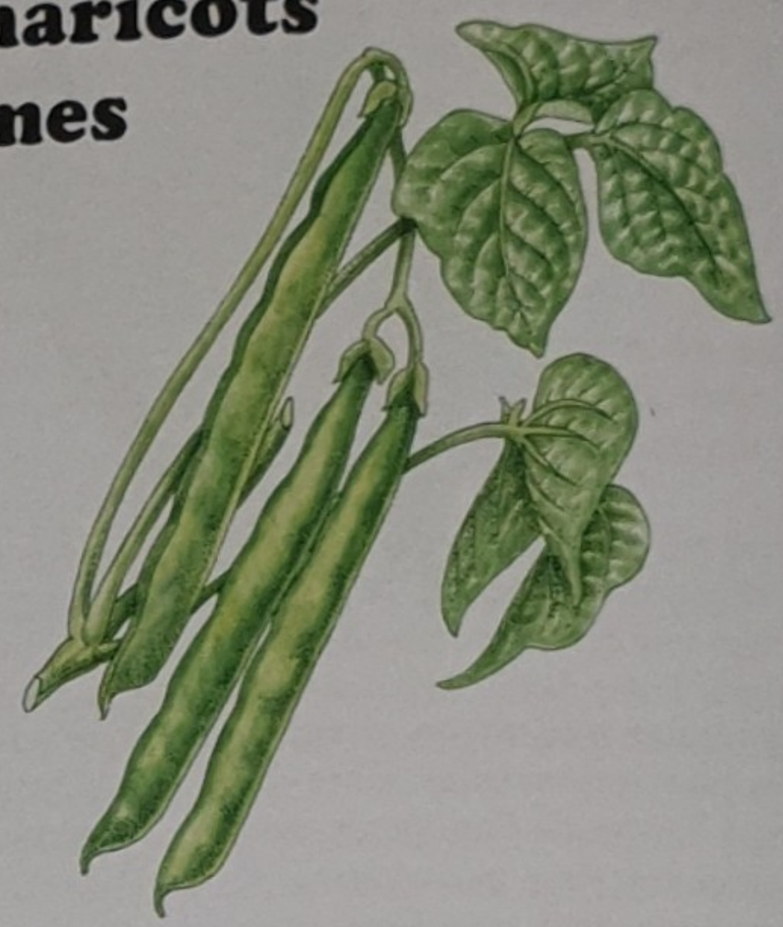
TUTEURER LES FÈVES
Si le carré de fèves est exposé au vent, soutenez-les à l'aide de ficelles tendues sur des piquets plantés aux quatre coins.

AFFAMER LES PUCERONS NOIRS
Les pucerons noirs s'agglutinent sur les pointes des fèves, qu'il suffit d'arracher si les plantes sont assez grandes.

Récolte et conservation

Les pointes des fèves arrachées au printemps pour décourager les pucerons noirs sont l'un des premiers légumes frais du printemps, et l'un des plus délicieux. Peu de temps après, vous pouvez commencer à cueillir les toutes petites cosses et à les cuisiner telles quelles. Ensuite, quand elles sont trop dures, ouvrez-les, ôtez les graines de leur lit soyeux et faites-les cuire. Quand les graines deviennent trop dures, laissez-les sécher sur pied et, pour récolter, arrachez toute la plante. Suspendez-la dans un endroit aéré mais sec. Écossez quand les graines sont sèches et conservez-les pour l'hiver. Faites-les tremper 24 heures ou même 48 heures avant la cuisson et faites-les bien bouillir.

Les haricots à rames



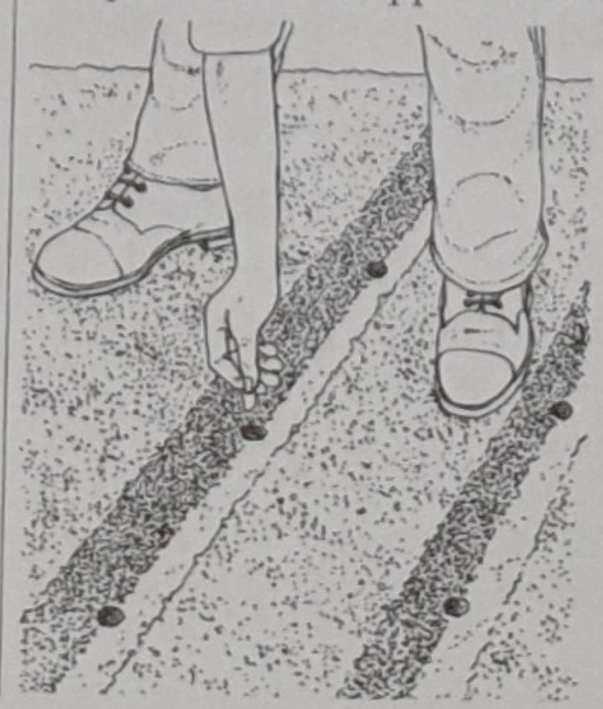
Les voyageurs qui ont introduit cette plante native d'Amérique du Nord en Europe au XVIIe siècle l'appréciaient pour sa beauté plus que pour ses qualités nutritives. Ce double avantage en fait un sujet idéal des petits potagers.

Sol et climat

Le haricot à rames est gélif et préfère un climat chaud et ensoleillé, bien que ce ne soit pas essentiel. Dans les régions assez chaudes, il survit en hiver sous terre et repousse au printemps, comme une vivace. Dans les zones froides, faites vos semis dans des godets de fibre de coco en intérieur et repiquez après la dernière gelée. Le haricot à rames réclame une forte humidité au niveau des racines et ne fleurira pas sans pluie ni arrosage de temps en temps. Il pousse dans la plupart des sols mais aime les terres riches et prospères dans une bonne couche d'humus bien humide. Il ne se plaît pas dans les sols acides. Un pH de 6,5 étant l'idéal, chaulez si nécessaire.

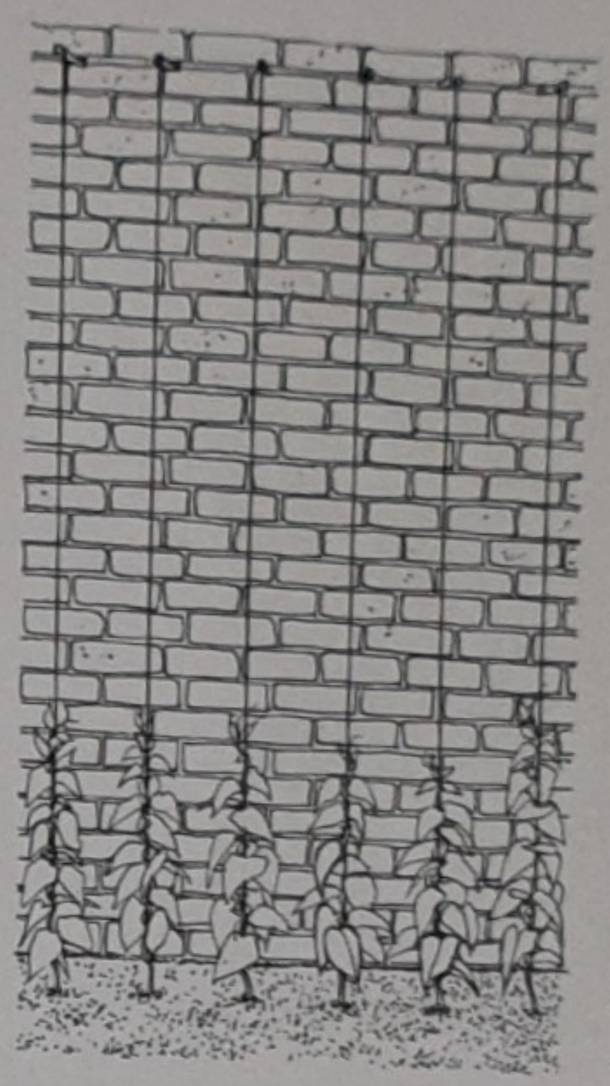
Les soins du sol

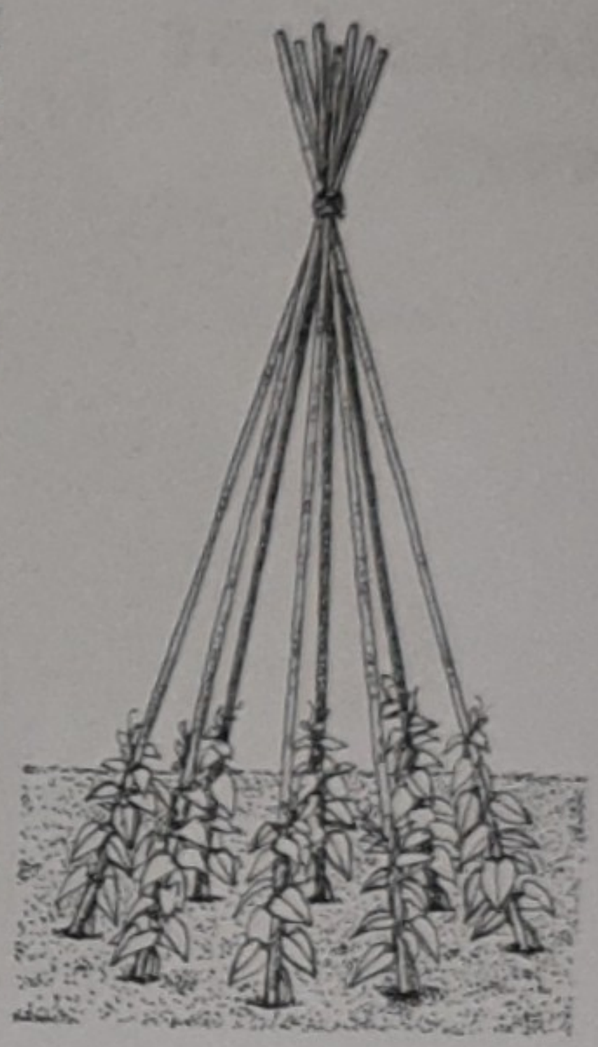
Pour suivre la méthode classique, creusez une tranchée profonde en automne ou en hiver et remplissez-la de fumier ou de compost, ou, en hiver, comblez-la peu à peu de déchets de cuisine et de toute autre matière organique. Au printemps, recouvrez de terre et plantez. Le compost et les déchets se tassent en se décomposant et forment une cuvette qui retient l'eau avant qu'elle ne s'infiltre. Or, les haricots à rames exigent beaucoup d'eau. Si vous ne creusez pas de tranchée, bêchez tout de même en profondeur et apportez une bonne quantité de compost.



SEMER DES HARICOTS À RAMES
Pour une plantation aussi dense que possible, semez les graines à 8 cm de profondeur en les espaçant de 30 cm sur des lignes distantes de 30 cm l'une de l'autre. Semez en zigzag. Pour accélérer la germination, faites tremper la graine dans l'eau avant de la planter, sauf si vous craignez la graisse à halo du haricot.

TUTEURER LES HARICOTS À RAMES
Chaque pied a droit à un tuteur d'une hauteur de 2 à 3,50 m. Si vous avez deux lignes, attachez les tuteurs deux par deux et consolidez en posant un tuteur à l'horizontale sur les fourches ainsi formées en haut. Pour faire pousser vos haricots contre un mur, fixez des fils de fer sur le mur au moyen de longs clous, en haut et en bas. Excellente solution, la pyramide convient aussi dans les cuvettes et les tonneaux. Semez 8 à 12 graines en cercle ; quand les plantules apparaissent, donnez à chacune un tuteur et attachez-les ensemble au sommet.





Semis et multiplication

Pour une récolte précoce, semez les haricots à rames début avril dans des godets de fibre de coco, dans une serre ou sur le rebord d'une fenêtre ensoleillée. Une température aux alentours de 13 °C convient. En général, les jardiniers les sèment en place en mai, après les dernières gelées. Je trace deux sillons espacés de 30 cm, sème à 8 cm de profondeur, à 25 cm d'écart dans les lignes et en zigzag. Si vous cultivez sur buttes (*voir p.* 46), semez tout de même en ligne pour que toutes les plantes reçoivent beaucoup de lumière. Pour cette raison, ne les rapprochez pas.

Les soins pendant la croissance

Désherbez, bien sûr, arrosez par temps sec et, avant que les plants ne soient trop hauts, tuteurez-les sur des baguettes d'au moins 2 m de haut. Ils monteront jusqu'à 3,50 m s'ils ont des tuteurs assez longs et, personnellement, je les laisse faire. Autant faire pousser le plus de haricots possibles et vous n'avez qu'à monter sur une caisse pour les récolter. Installez les tuteurs après l'apparition de deux vraies feuilles.

Les techniques pour tuteurer les haricots à rames ne manquent pas. Si vous avez de la place pour deux lignes, prenez des cannes de bambou ou des tuteurs à haricots pour construire une rangée de piquets croisés, (leurs sommets se croisant entre les rangs). Attachez-les et consolidez la structure avec des cannes horizontales. Si vous n'avez pas d'espace, plantez les haricots en cercle et construisez une pyramide tout autour.

Il est également possible de semer au pied d'un mur et de palisser les plants. Un écran de magnifiques haricots à rames, placé de façon à ne faire d'ombre à aucune plante aimant le soleil (beaucoup, comme les laitues, apprécient l'ombre) et qui cache un détail inesthétique, offre un spectacle magnifique.

Si les fleurs s'ouvrent par temps sec, vaporisez dessus de l'eau de préférence pas trop froide, pour les aider à s'épanouir.

Ravageurs et maladies

Vous ne devriez pas avoir de problèmes avec une bonne terre organique, si ce n'est l'un des quatre présentés ci-dessous.

L'ANTHRACNOSE Cette maladie fongique se signale par des taches noires sur les cosses des haricots verts et à rames, suivies d'un cerne rouge. Dès les premiers symptômes, traitez à la bouillie bordelaise★, mais si la maladie se révèle trop virulente, arrachez les pieds touchés et brûlez-les. Ne conservez jamais de graines après un épisode d'anthracnose.

LA GRAISSE À HALO DU HARICOT D'origine bactérienne, cette maladie se présente sous forme de taches semi-transparentes entourées d'un halo jaune sur les feuilles. Traitez à la bouillie bordelaise★. Ne conservez pas de graines pour l'année suivante et, si vous avez le moindre doute, évitez de tremper les graines avant de les planter.

LA MOSAÏQUE Des taches jaunes se forment sur les feuilles. La mosaïque vit dans le trèfle et il faut donc éviter de planter des haricots verts ou à rames dans une terre où l'on a enfoui du trèfle. En cas d'attaque, arrachez le pied et brûlez-le.

LA COCCINELLE MEXICAINE Ce petit coléoptère brun moucheté est un peu plus gros que nos coccinelles. Si vos haricots y sont sensibles, vous constaterez que les plantations précoces sont moins atteintes que celles de pleine saison. Par conséquent, semez-les le plus tôt possible. En cas d'infestation, attrapez et tuez tous les insectes que vous apercevez.

Récolte et conservation

Cueillez les haricots à rames des deux mains, comme les pois. Tenez la tige d'une main et tirez sur la cosse de l'autre. Récoltez au fur et à mesure. Commencez quand les haricots sont tendres et jeunes et ne les laissez pas vieillir et durcir sur pied. Les haricots repoussent au fur et à mesure et se montrent le plus généreux des légumes.

Si la récolte excède vos besoins immédiats, salez vos haricots (*voir p.* 310), mais seulement ceux qui sont jeunes et tendres.

LA CUEILLETTE DES HARICOTS À RAMES
Cueillez-les des deux mains. Avec une seule main, vous risqueriez d'abîmer durablement la tige. Commencez à récolter quand ils sont jeunes, pour stimuler la repousse. Ne les laissez jamais vieillir sur la tige et si la récolte est trop abondante, vous pouvez les saler. Les haricots à rames sont moins savoureux surgelés que salés.

Le haricot vert

Les haricots verts ne sont pas du tout aussi rustiques que les fèves. Parvenus à pleine maturité et séchés, ils donnent des haricots blancs, une source abondante de protéines en hiver.

Sol et climat

Plantez quand le sol s'est réchauffé en été. Le haricot vert préfère une terre légère ou bien fumée, avec un pH aux environs de 6,5.

Les soins du sol

Ne chaulez pas si votre terre n'est pas trop acide. Incorporez le plus possible d'humus en bêchant.

Semis et multiplication

Si vous semez en sillons, espacez les lignes de 60 cm et semez à des écarts de 30 cm – de 10 à 15 cm si vous cultivez sur planches surélevées (*voir p.* 46). Vous avez intérêt à poser deux graines dans chaque poquet et à éliminer la plus faible des deux plantules après la germination. Pour une récolte précoce, semez en terrine dans la serre.

Les soins pendant la croissance

Désherbez bien et veillez à ce que la terre reste meuble.

Ravageurs et maladies

LE VER GRIS Pour écarter les vers gris, entourez chaque tige d'une collerette en carton de 8 cm (*voir p.* 100). Pliez la collerette pour qu'elle soit à 1 cm de la tige. Enfoncez-la dans la terre sur 2,5 cm et laissez dépasser de 5 cm. Sinon, entourez chaque plante de cendre de bois.

LE TAUPIN En cas de problème, essayez d'attraper les taupins en hiver en enterrant des morceaux de pommes de terre à 15 cm de profondeur et à des intervalles de 1 m. Indiquez les emplacements avec des bâtons, déterrez vos appâts tous les soirs et détruisez les vers que vous trouverez.

Récolte et conservation

Comme tous les haricots, les haricots verts sont cultivés pour deux raisons : tout d'abord, leurs cosses vertes remplies de graines immatures et ensuite ces mêmes graines, une fois mûres et séchées. Pour les faire sécher, laissez mûrir les haricots, puis suspendez les tiges à l'envers dans un abri et écossez en fonction de vos besoins. Récoltez à la main. Les haricots verts se conservent bien dans le sel.

Le haricot de Lima

Ces haricots d'Amérique tropicale ont été acclimatés pour êtr cultivés dans des régions au climat tempéré et assez doux. Ils s consomment frais ou bien séchés en hiver. Il existe des variété buissonnantes et grimpantes.

Sol et climat

S'ils ne démarrent pas sous abri, ils nécessitent trois mois de chaleur, de jour comme de nuit. La germination ne se produisant que dans une terre chaude, semez deux ou trois semaines après les dernières gelées ; et n'oubliez pas que le premier gel automnal les fauchera. Si le climat convient, cette culture est vraiment intéressante pour ses rendements élevés. Les haricots de Lima se plaisent dans un sol assez léger mais poussent dans toute terre, sauf l'argile lourde. Contrairement aux autres haricots, ils préfèrent un sol légèrement acide, d'un pH de 6.

Les soins du sol

Ils devraient succéder à des plantations appréciant les fumures abondantes, comme les pommes de terre ou le céleri. Creusez le sol sur une bonne profondeur et paillez avec du compost si vous en avez assez.

Semis et multiplication

Semez les variétés buissonnantes en espaçant de 90 cm, contre 20 cm pour les grimpantes. Disposez les premières sur des lignes distantes de 75 cm, les deuxièmes sur une même ligne. Pour la culture sur planches surélevées (*voir p.* 46), laissez 30 cm entre les buissonnantes et 15 cm entre les grimpantes, plantées ici aussi sur une seule ligne. Dans les régions froides, plantez en intérieur, dans des godets de fibre de coco ou en carton et repiquez par temps chaud.

Les soins pendant la croissance

Ces haricots apprécient les paillis, ainsi que des arrosages abondants et réguliers.

Ravageurs et maladies

Les haricots de Lima sont plutôt résistants. Ils subissent les attaques des mêmes ravageurs que les haricots verts ou à rames.

Récolte et conservation

Pour les manger verts, récoltez au fur et à mesure, dès que les haricots gonflent dans les cosses. Ne les cueillez pas trop tard car, comme les haricots à rames, ils deviennent durs. Pour les sécher afin d'obtenir des "haricots beurre", laissez dessécher les cosses sur les plantes. Cueillez les haricots à la main ou écossez-les en foulant les plantes.

Le soja

Le soja se consomme vert dans sa cosse ou séché. Dans les deux cas, il est très riche en protéines. Il sert à fabriquer de l'huile et le tourteau résiduel, ajouté à de la farine de céréales, donne du pain hautement protéiné.

Sol et climat

Le soja ne se plaît que dans les régions chaudes. Il ne craint pas un sol légèrement acide, aime une matière très organique et tolère une forte humidité.

Les soins du sol

Fourchez légèrement un sol riche en humus. Sinon, bêchez et chaulez pour obtenir un pH de 6,5.

Semis et multiplication

Semez en place au début de l'été, lorsque les pommiers sont tout à fait en fleur. Semez à une profondeur de 2,5 cm en espaçant de 8 cm dans les lignes, mais de 10 cm pour la culture sur planches surélevées (*voir p.* 46). Si c'est la première culture de soja dans cette terre, inoculez aux graines des bactéries nitrifiantes, car il est probable que celles qui lui conviennent ne se trouvent pas dans la terre.

INOCULER LES GRAINES DE SOJA

Une terre où personne n'a jamais cultivé de soja risque de ce pas renfermer les bactéries nitrifiantes adéquates. Jetez les graines dans un bol, versez de l'eau et mélangez. Ajoutez des bactéries nitrifiantes et veillez à ce que chaque graine soit bien enduite. Une inoculation soigneuse augmentera vos rendements de 30 % et, en prime, améliorera la terre.

Les soins pendant la croissance

N'épargnez aucune mauvaise herbe et paillez soigneusement avec du compost si possible.

Ravageurs et maladies

Le soja est très résistant mais craint plusieurs maladies fongiques (*voir* Les haricots à rames). L'assolement permet d'y remédier.

Récolte et conservation

Ramassez le soja vert et consommez-le tel quel ou attendez qu'il mûrisse, puis faites cuire les cosses à la vapeur ou à l'eau bouillante quelques minutes avant de les écosser. Sinon, arrachez les pieds et suspendez-les pour les faire sécher.

L'arachide

L'arachide, qui a pour fruit la cacahuète, est très riche en vitamines A, B et E. Elle est cultivée sur une grande échelle dans le Sud des États-Unis, mais, dans les régions plus froides, ne peut pas pousser sans abri au début et à la fin de la saison. Les cacahuètes étant très bon marché et nos abris étant plutôt destinées à des légumes plus indispensables, il n'est pas vraiment intéressant de les cultiver dans les climats tempérés à froids.

Sol et climat

Pour se développer, l'arachide a besoin d'une saison chaude de plus de 4 mois, 5 étant l'idéal.

Les soins du sol

Bêchez le sol en profondeur et incorporez une bonne dose de compost. Ne chaulez jamais.

Semis et multiplication

Vous pouvez semer les cacahuètes avec ou sans leur gousse. Plantez en espaçant les gousses pleines de 20 cm, les cacahuètes seules de 10 cm. Pour la culture sur planches surélevées (voir *p.* 46), ces écarts seront de 10 cm et 8 cm respectivement. Dans les climats chauds, plantez à 10 cm de profondeur, mais seulement à 4 cm dans les régions froides. Pour leur donner la plus longue période de végétation possible dans les régions froides, plantez-les aux dernières gelées. Vous aurez sans doute à les faire démarrer sous verre si vous habitez un pays très froid. Semez en lignes espacées de 75 cm.

Les soins pendant la croissance

Les fleurs mâles, de couleur jaune, portent les étamines ; les pédoncules floraux, plus discrets, s'enfouissent après la fécondation et se transforment en fruits. Rehaussez la terre en cercle autour du plant afin que les fruits qui se forment au bout des tiges s'enfouissent sans peine. Les cacahuètes ne mûrissent que sous terre.

Ravageurs et maladies

L'arachide semble assez peu concernée par les maladies et les insectes.

Récolte et conservation

Dans un climat chaud, arrachez les pieds quand les feuilles jaunissent et suspendez-les dans un lieu ventilé et sec. Dans les régions plus froides, laissez-les en place jusqu'aux premières gelées – les cacahuètes continuent à mûrir sous terre même quand leurs feuilles ont péri sous l'effet du gel. Avant de les consommer, faites-les griller 20 min au four (150 °C) dans leurs gousses et laissez-les refroidir – une étape essentielle de ce processus.

Brassicaceae

Les choux, choux de Bruxelles, choux-fleurs, brocolis, choux frisés, choux-raves, rutabagas, navets, choux marins, cressons et radis font tous partie de la famille des *Brassicaceae* (anciennement les *crucifères*), l'une des plus importantes puisque les Brassica, les choux, s'y rattachent. Les hommes ont cultivé ces plantes très variées et ont abouti aux nombreuses variétés actuelles, toutes excellentes à consommer. Presque tous les choux cultivés descendent du chou marin, ce qui explique leur saveur exceptionnelle et leur donne certaines caractéristiques importantes. L'une d'elles, qu'ils partagent avec les plantes des zones désertiques, est leur aptitude à vivre avec très peu d'eau fraîche, l'autre étant leur faculté à stocker toute l'eau disponible. Celle-ci explique leur succulence. Ils préservent l'eau sous leur cuticule cireux et imperméable.

Par ailleurs, les *Brassica* sont des plantes bisannuelles, qui donc emmagasinent les nutriments pendant la première année, puis fleurissent et grènent au cours de la deuxième. Cette nourriture et cette énergie issues de la végétation de la première année sont à la disposition des hommes et des bêtes tout l'hiver.

Le chou

LES CHOUX COMMUNS

Dans les climats tempérés, vous pouvez cultiver des choux toute l'année et, dans les régions où il gèle l'hiver, les conserver dans un abri ou à la cave. Issus d'une culture biologique et non trop cuits, ce sont des légumes délicieux.

Qu'ils aient une pomme ronde ou conique ne fait aucune différence pour la culture. Les choux d'hiver ont des rendements très élevés : à l'échelle d'un champ, il n'est pas inhabituel de récolter 100 t/ha. À l'échelle du potager, vous pouvez compter sur 500 à 700 g tous les 30 cm sur une ligne. Les choux présentent donc le plus grand intérêt, même dans un petit potager.

Le carré à semis des choux

La plupart des choux sont des légumes d'hiver, mais n'oublions pas les variétés printanières et estivales ou les choux-fleurs qui poussent en été. Vous devrez donc leur préparer un carré à semis au début du printemps, si vous habitez dans une région tempérée. La surface, selon la taille du jardin, peut correspondre à celle d'un plateau de table. Travaillez pour obtenir une fine couche arable, tracez des lignes parallèles écartées de 15 cm avec le coin de la binette, saupoudrez de graines, puis recouvrez-les d'une fine couche de compost ou de terre et tassez avec le dos du râteau. Plantez une ligne de choux, une de choux rouges, une de choux de Bruxelles, une de choux-fleurs d'hiver, une de brocolis (y compris de calabrais) et, pour faire bonne mesure, des poireaux. Si ces derniers sont étrangers à la famille, ils n'en ont pas moins leur place ici. Arrosez bien ce carré à semis et, quand les plants atteignent 15 cm, repiquez-les dans leur carré définitif ou, si vous tentez de doubler les récoltes, dans leur pépinière. Dans les régions froides, semez en terrine à l'intérieur et repiquez plus tard.

Sol et climat

Les choux poussent presque partout, mais seulement en automne et en hiver dans les régions chaudes et sèches. Ils tolèrent des températures de -7 °C, mais en dessous, mieux vaut les mettre à l'abri. Ces végétaux gourmands aiment une bonne terre riche en matière organique, en azote et en calcaire.

Les soins du sol

Contrairement aux autres *Brassica*, les choux communs se plaisent sur un sol bêché en profondeur dans lequel vous aurez incorporé une bonne quantité d'humus. S'ils succèdent aux *Fabaceae* (les pois et les haricots), ils n'auront pas besoin de chaux. Sinon, ils se porteront mieux avec un bon chaulage.

Semis et multiplication

Pour consommer des choux toute l'année, répartissez-les en trois groupes : hiver, printemps et été.

LES CHOUX DE PRINTEMPS Semez dans le carré à semis (*voir ci-dessus*) au milieu de l'été dans les climats froids et à la fin de la saison dans les régions plus chaudes. Repiquez en place au début de l'automne en espaçant de 45 cm ou de 30 cm sur une butte (*voir p.* 46). N'apportez pas trop d'engrais azotés avant l'hiver, mais, à l'arrivée du printemps, stimulez la végétation par une bonne dose d'engrais. Ces plantations assureront votre subsistance de la fin du printemps au début de l'été si vous vivez dans une région froide.

LES CHOUX D'ÉTÉ On tend à oublier les choux en été, face à la profusion de légumes de saison, mais ils sont excellents crus en salade. Ils poussent très facilement tant que les étés ne sont pas trop chauds et secs. Choisissez une variété estivale à croissance

rapide et semez dans le carré à semis au début du printemps ou, dans les régions froides, semez en intérieur à la fin de l'hiver. Repiquez les plantules encore très petites (5 cm) dans une très bonne terre et arrosez régulièrement. Plantez en zigzag à des écarts de 45 cm sur des lignes espacées de 45 cm.

LES CHOUX D'HIVER Ils constituent de loin le gros des plantations de choux et seront semés dans le carré à semis des choux au début du printemps ou, dans les régions froides, en intérieur, dans des terrines ou des godets de fibre de coco. Quand ils atteignent 15 cm environ, plantez-les directement en lignes espacées de 60 cm – de 40 cm sur buttes –, en laissant un écart de 50 cm entre les plants. Vous pouvez aussi doubler la plantation et récolter ainsi deux variétés de légumes sur le même carré en très peu de temps. Pour ce faire, vous devez les planter dans le sol affermi d'une pépinière, une partie du jardin qui leur est réservée, à des espaces de 15 cm. Ensuite, dès qu'une place devient libre quand vous récoltez les pommes de terre nouvelles ou les pois et haricots en été, repiquez des choux et tout autre *Brassica* de la pépinière. Ce double repiquage ne semble pas vraiment les gêner.

Le repiquage

Repiquez tous les choux dans un sol ferme. Creusez un trou avec un plantoir, posez le plant à la même profondeur que dans la pépinière et tassez la terre autour à l'aide du plantoir, de la main ou du pied. Les choux repartent beaucoup mieux si vous pralinez les racines de boue liquide avec une poignée de chaux, avant de les repiquer. Les racines entrent tout de suite en contact avec le sol qui les accueille. Je connaissais un vieux jardinier qui plongeait ses plants dans une pâte composée pour moitié de terre et pour moitié de bouse de vache, avec une poignée de suie ; il récoltait des choux splendides.

Les soins pendant la croissance

Les choux n'aiment pas les épreuves. Il leur faut beaucoup d'eau et d'azote et ils ne tolèrent pas la concurrence des mauvaises herbes. Si vous vous lancez dans de folles dépenses et achetez des engrais bio fortement azotés tels que sang séché, farine de viande, farine de graines de coton ou fumier de volaille ou de lapin, ils apprécieront au plus haut point ce genre de traitement. Utilisez-les comme fumure d'entretien quand ils commencent à pousser. Si les choux sont éprouvés, par la mouche des choux, par exemple, un engrais de ce type peut les revigorer. Vous les sauverez peut-être. Évitez les apports d'azote juste avant l'hiver, qui les font démarrer trop vite, les remplissent de sève et les rendent sensibles au gel. Buttez les tiges quand les plants commencent à grandir.

Ravageurs et maladies

Ils sont malheureusement aussi nombreux que virulents. Néanmoins, si vous êtes un bon jardinier bio, avec un peu de chance, vous y échapperez.

LA HERNIE DES CRUCIFÈRES C'est l'un des pires fléaux du potager, mais nombre de jardiniers travaillent toute leur vie sans en souffrir. Votre potager est contaminé ou ne l'est pas. S'il est sain, faites très attention. Cette maladie survient si vous achetez des plants infectés, si vous faites venir du compost ou du fumier d'un terrain infecté, ou même si vous rendez visite à un voisin contaminé et ne lavez pas vos bottes. Ne jetez jamais les trognons de choux que vous avez achetés sur le compost sans bien vérifier qu'ils n'ont pas la hernie des crucifères.

En cas d'attaque, les choux flétrissent et vous remarquerez des bosses ou des malformations sur les racines. Tous les choux sont susceptibles d'attraper cette maladie. Coupez quelques renflements racinaires. Si vous voyez un ver, sans doute s'agit-il de la levure charançon gallicole du chou et non de la hernie des crucifères. Réjouissez-vous. Au moins, il existe des moyens de prévention. Cela dit, ces deux fléaux peuvent très bien coexister dans un potager.

La hernie des crucifères est provoquée par les spores microscopiques d'un champignon qui peut rester en dormance dans la terre jusqu'à sept ans. Pour l'éradiquer, aucune crucifère ne doit y pousser pendant cette période, y compris les adventices comme la bourse à pasteur ou la moutarde des champs. La maladie prospérant dans les sols acides, le chaulage aide à la contenir. Si vous arrivez à faire monter le pH jusqu'à 7, vous pourrez vous en débarrasser. Cependant, beaucoup de jardiniers apprennent à vivre avec (ce que j'ai fait pendant des décennies) et cultivent tout de même des choux. Les jardiniers non-bio plongent les racines des plantes dans du calomel* au moment de les repiquer. Or, ce composé mercuré est des plus toxiques. Le mercure reste dans la terre où il s'accumule au fil des ans pour finir par atteindre des proportions alarmantes. Qui plus est, le traitement ne réussit pas à tous les coups. Je crains que les plants ne soient souvent infectés de manière indécelable dès le stade du carré à semis, auquel cas il n'existe aucun remède.

Les mesures de prévention sont : une stricte rotation des cultures, afin de ne pas planter des crucifères dans la même terre plus d'une fois tous les quatre ans, chauler, brûler toutes les racines malades, déposer la moitié d'une boule d'antimites (camphre) dans chaque trou de plantation ou 1 cm de tige de rhubarbe ou encore un mélange à parts égales de cendre de bois et de coquilles d'œuf écrasées. Aucune de ces méthodes n'a totalement réussi chez moi, mais elles peuvent aider, selon les circonstances.

PRALINER, PLANTER ET TASSER
Pour préparer les choux à la plantation, pralinez les racines dans un seau rempli de boue liquide avec une poignée de chaux. Rappelez-vous qu'il faut bien tasser la terre. Avec un plantoir, creusez un trou d'une profondeur égale à celle de la plantation dans la pépinière. Puis tassez fermement la terre autour du plant et donnez de bons coups de talon.

Actuellement, en Grande-Bretagne, les chercheurs de la Henry Doubleday Association étudient une autre démarche. Ils arrosent des terrains non plantés de choux avec l'eau de cuisson de choux. Les spores en dormance se réveillent, croyant à une aubaine. Mais ce n'est pas le cas et, incapables de retrouver leur état de dormance, elles périssent.

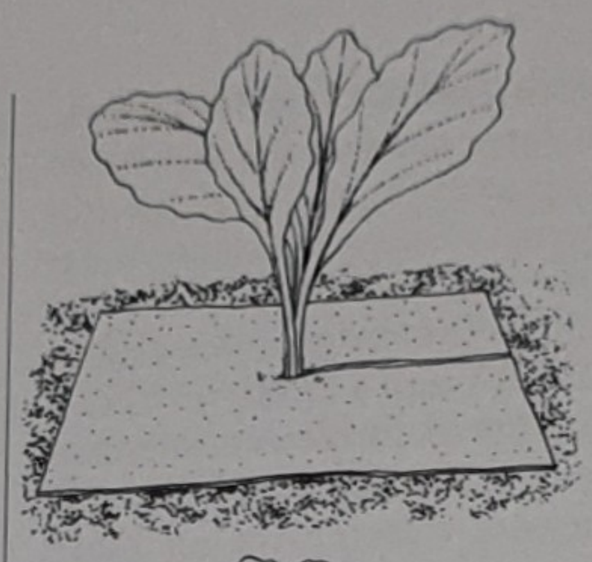
Voici une autre solution tout à fait efficace. Saupoudrez le terrain affecté de 30 kg de chaux vive pour 100 m² et ne cultivez pas de choux pendant au moins cinq ans.

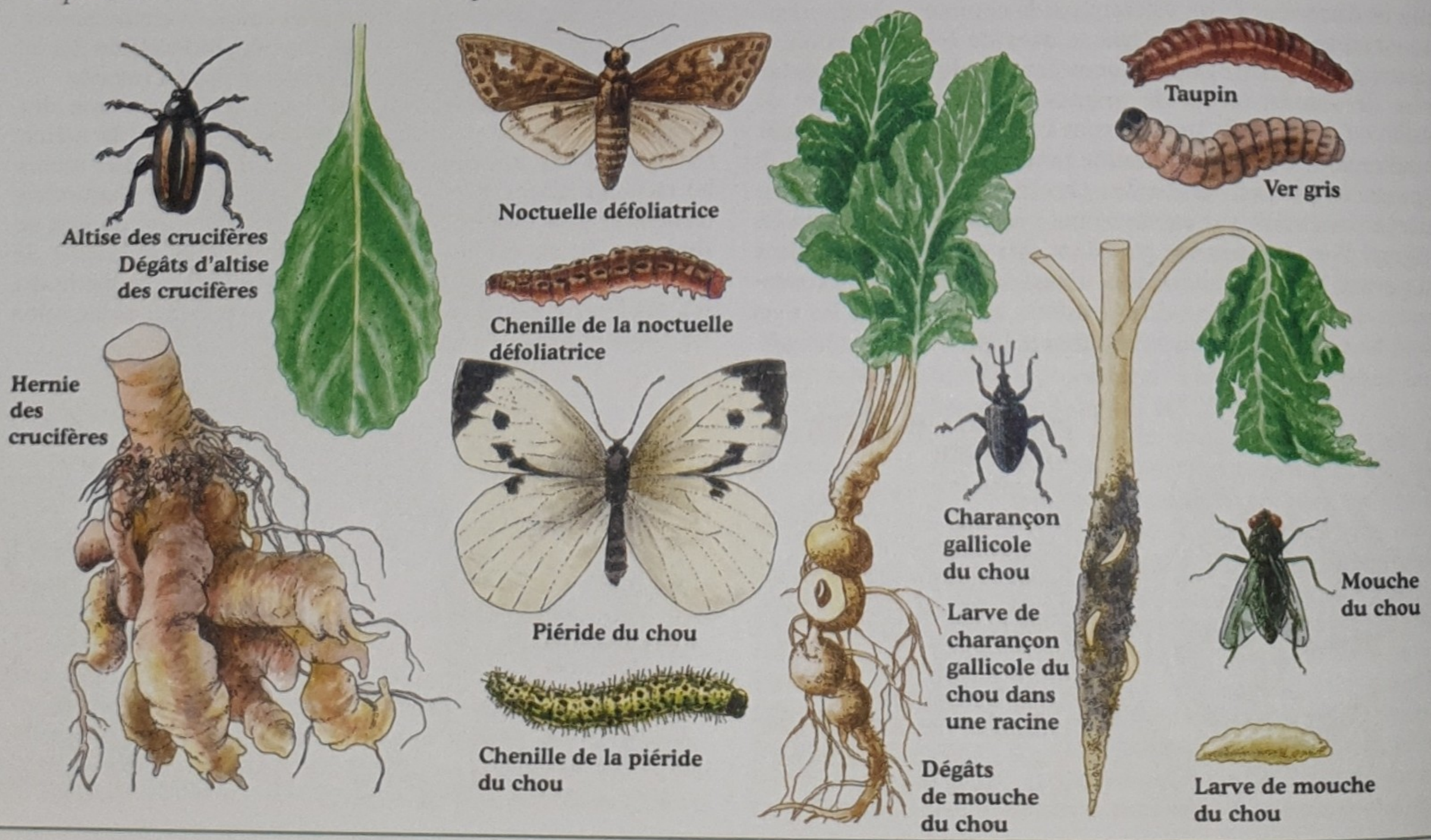
LA MOUCHE DU CHOU Cet insecte attaque les choux et les choux-fleurs, mais moins les choux de Bruxelles et les brocolis. Si vos plants dépérissent, arrachez-les et ouvrez les racines et les tiges. Si vous trouvez des asticots, ce sont les larves de la mouche du chou. En cas d'attaque sévère, les feuilles bleuissent et sont frangées de jaune. La mouche, qui ressemble à une mouche domestique, pond sur le sol, près des plants. À l'éclosion, les larves s'enfouissent puis creusent des tunnels dans les racines. Une fois là, rien ne saurait les en déloger et elles peuvent faire périr le chou. Les poisons ne servent à rien. Ils tuent les insectes prédateurs de cette mouche mais, dans l'ensemble, font peu de mal aux larves.

Pour leur faire obstacle, entourez chaque plant d'un petit carré de feutre bitumé. Découpez un carré de 15 cm, incisez-le sur l'un des côtés jusqu'au milieu et faites passer la plante dans la fente ou pliez le carré en deux et découpez un V au milieu. La mouche pond sur le feutre mais les larves ne peuvent pas s'enfouir. Quelques gouttes de paraffine* sur le feutre ne font pas de mal.

En cas d'infestation grave, il m'est pénible de le dire, mais une cuillerée de nitrate de soude ou de toute autre substance azotée et pas du tout biologique fait des merveilles. Ce produit accélère le développement et l'enracinement de la plante, mais semble aussi faire fuir les larves. Le buttage les aide également à former des racines nouvelles et plus saines. Quelques gouttes de paraffine versées sur la terre une fois par semaine autour des plantes, jusqu'à ce qu'elles soient grandes et saines, tiennent aussi à l'écart ces ravageurs. Brûlez toutes les racines infectées quand vous arrachez des plantes et retournez souvent le sol à la fourche en hiver, pour que les oiseaux picorent les larves qui y sommeillent.

LE CHARANÇON GALLICOLE DU CHOU Il attaque parfois les plants dans le carré à semis et, au moment du repiquage, vous remarquez de petites galles sur les racines. S'il n'y en a qu'une, ouvrez-la et tuez la larve. S'il y en a davantage, brûlez la plante. le ver gris Ces larves minuscules sectionnent souvent les jeunes plants au ras du sol. Pour les éloigner, entourez la plante de cendre de bois ou d'une collerette en carton. Pour fabriquer une collerette, déchirez les deux extrémités d'un vieux paquet de graines.



COLLERETTE EN FEUTRE
Découpez un carré de feutre de 15 cm, pliez-le en deux et incisez le côté plié jusqu'au milieu. Posez-le au pied du plant. Imbiber le feutre de paraffine ou de graisse est une bonne idée. La mouche du chou pondra dessus, mais les larves ne pourront pas s'enfouir et s'installer dans la tige.

COLLERETTE DE TYPE "SYSTÈME D"
Déchirez les deux bouts d'un vieux paquet de graines et posez-le sur le plant. C'est une protection efficace contre le redoutable ver gris. Sinon, entourez chaque pied de cendre de bois.