



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Livèche, celeri perpétuel, levisticum officinale



Description

Vivace à grandes feuilles divisées et fleurs jaune en ombelle. La livèche est une plante dont le goût s'apparente à un mélange de persil et céleri. C'est une vivace qui pousse en talle large, au soleil ou mi-ombre et qui monte environ à 1 mètre de hauteur. Son feuillage ressemble beaucoup au céleri.

C'est la première plante du potager à sortir au printemps

Culture

Exposition au soleil mais tolère la mi-ombre. Sol ordinaire, humifère, pas trop sec à frais. Rustique, au moins jusqu'à -15°C.

Feuillage caduc. Port Buissonnant. Intérêt estival. Comestible, plante médicinale. Potagère.

Multiplication par semis ou boutures racinées.

Propriétés, emploi

Feuilles parfumant les aliments, surtout soupes, sauces, charcuterie ; tiges et pétioles autrefois consommés comme le céleri ; graines pour aromatiser les biscuits.

Plante médicinale (racines, feuilles, graines) : action diurétique, stomachique, emménagogue, expectorante.

Les sommités florales attirent beaucoup les insectes

	Date semis ou plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Semis	Août, repiquage en place au printemps	1 an	Printemps aux gelées	feuilles
Plantation par éclats	Fin mars, début avril	90 jours	Printemps aux gelées	feuilles
Plantation en godets et conteneurs	Mars à fin septembre	60 à 80 jours	Printemps aux gelées	feuilles



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Brocoli perpétuel 'nine star', *Brassica oleracea botrytis asparagoïdes* var. *Cymosa*



Description

Variété de chou brocoli perpétuel, pouvant vivre jusqu'à 8 ou 9 ans. C'est une plante de grande taille dont le bon développement nécessite au moins un mètre carré d'espace au sol. De croissance assez lente pendant les premiers mois, il produit dès la seconde année, au printemps et au début de l'été, de neuf à dix belles fleurs d'une couleur blanc crémeux. Certaines atteignent un poids supérieur à 1 kg. Elles ont une saveur et une structure agréable en bouche.

Bonne saveur, qui rappelle à la fois le chou-fleur et le brocoli.

Culture :

Aime une terre légère, profonde, fraîche, bien amendée

Exposition : Mi-ombre à ombre

Multiplication : semis et bouturage de rejets latéraux en mai, juin



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Chou Daubenton, *Brassica oleracea var. Ramosa*



Culture

Dans un sol riche et frais, correctement amendé, plantez-les au printemps. Ensuite, tout ce que ce chou demande est un arrosage par temps sec et un peu de compost. Les hivers trop rigoureux peuvent parfois avoir raison de vos choux. Pour pallier ce problème, n'hésitez pas à produire vos propres boutures durant l'été.

Distance de plantation : 1m x 1m

Récolte de septembre à mai

Ravageurs : limaces, pucerons, piéride. Comme c'est l'un des premiers légumes du printemps, il sera colonisé avant tout le monde.

La plantation se fait au printemps, laissez le s'installer tranquillement avant de couper des feuilles. Dès le printemps suivant vous pourrez récolter aux besoins.

Une plantation installée dans un terrain bien drainé peut **durer plusieurs années (5 à 7 ans)**, en ne demandant qu'un arrosage si le temps est chaud et une taille de temps à autre. Il préfère les expositions ensoleillées.

Le fait de récolter régulièrement les jeunes pousses favorise un développement compact et productif du chou. Laissez libre, il produit un petit buisson.

Propriété, emploi

Ce chou arbustif offre de **nombreux jets tendres** que l'on récolte au fur et à mesure des besoins. On coupe les extrémités de ces nouvelles têtes qui sont ensuite utilisées en cuisine de la même façon que du chou classique, crus en salade, en potée, en soupe... . C'est l'idéal lorsqu'on n'a pas besoin d'un chou entier on coupe uniquement ce qu'il faut.

	Date de plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
plantation	Mars à mai ou septembre octobre	5 à 6 mois	Printemps-automne	Feuilles et jets latéraux



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Crambe maritime, *Crambe maritima*



Culture

C'est une plante facile à cultiver. Pouvant pousser naturellement en bord de mer du nord de l'Europe, il préfère les sols légers à pH neutre ou alcalins et les positions pleines de soleil mais n'aime pas les climats trop chauds. Bien qu'il préfère les sols riches, il tolère parfaitement les sols pauvres mais toujours bien drainés car il ne supporte pas l'humidité stagnante. Il résiste au froid jusqu'à -20°C. En bonnes conditions, il peut produire jusqu'à trois récoltes par an et un même pied peut vivre plusieurs dizaines d'années.

Il peut pousser jusqu'à 70 cm de hauteur.

Le semis est effectué de préférence en place en mars-avril ou alors en godets puis transplantée lorsque la plante a quelques feuilles. Les graines lèvent à 15 °C en 3 semaines mais peuvent parfois mettre 2 mois. La première récolte peut avoir lieu 12 mois après.

La plante peut également être multipliée par division de souches ou par morceaux de racines.

Il existe quelques variétés fixées.

Les fleurs sont très attractives pour les butineurs.

Propriétés, emploi

Toutes les parties du crambé sont comestibles : les feuilles et les boutons floraux avant éclosion sont consommés crus ou cuits comme le chou et le brocoli. Le goût est différent de celui du chou bien qu'il se ressemblent. En Grande-Bretagne les jeunes pousses sont souvent blanchies comme les endives. Cette technique n'a pas eu de succès commercial car les pousses ne restent pas fraîches longtemps. Les feuilles sont plus charnues que celles du chou et tendent à être légèrement amères au moment de la floraison. Les racines peuvent être consommées cuites et sont riches en sucre et amidon.

	Date de semis et plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Semis	Mars à juin	3ème année après le semis	Printemps	Pétiotes, feuilles blanchies
Plantation en godets ou conteneurs	Mai à août	1 à 2 ans en fonction du sujet acheté	Printemps	Pétiotes, feuilles blanchies



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Chénopode bon-henri, *Chenopodium bonus-henricus*



Comme la plupart des autres chénopodes, c'est une plante **nitrophile**.

Culture

Semis : mars à avril ou octobre

Récolte : avril à octobre

Durée de la levée : 5 à 6 mois (semis d'automne), 10 à 15 jours (semis de printemps)

Durée de la culture : 4 à 5 ans

Arrosage : régulier

Production : 15 à 20 feuilles par plante

En automne de préférence ou au printemps, tracez des sillons peu profonds espacés de 40 à 50 cm. Conserver ensuite un chénopode tous les 35 à 40 cm.

Le chénopode est sensible à la sécheresse qui encourage une floraison précoce, au détriment de la production de feuilles.

À partir de mai, mulcher au pied pour maintenir le sol humide. Arrosez abondamment tout l'été. Fin juin à mi-juillet, coupez les tiges florales qui se forment afin de stimuler la production de feuilles.

Récolte

La récolte intervient l'été qui suit le semis d'automne ou bien l'année suivante pour les semis de printemps ou la division.

Cassez à la main le pétiole des feuilles les plus basses en tirant vers le bas.

Récoltez au fur et à mesure de vos besoins pour une consommation immédiate.

Multiplication

À la récolte de graines, on préfère grandement la multiplication par division, nettement plus facile. Opérez au tout début du printemps, en mars.



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Emploi

Pour apprécier le légume, il ne faut prélever que de jeunes feuilles, qui ont une amertume naturelle moins prononcée. On peut les cuire à l'eau bouillante préalablement salée, comme les épinards. Elles seront ensuite égouttées ou hachées, puis – par exemple - cuites à l'embeurrée dans la poêle avec des pignons et des raisins secs. Si vous n'appréciez pas trop l'amertume naturelle du légume, vous pouvez la neutraliser en ajoutant un peu de sucre.

	Date de semis et plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Semis	Août à mi-septembre	6 à 8 mois	Printemps, puis automne	Feuilles
Plantation en godets ou conteneurs	Fin mars à mi-octobre	3 à 6 mois	Printemps, puis automne	Feuilles



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Ail des ours, *alium ursinum*



Description

L'ail des ours est une plante médicinales très ancienne connue des Celtes et des Germains. Depuis quelques années, l'ail des ours a retrouvé une popularité du fait de sa haute teneur en vitamine C et de ses propriétés amaigrissantes.

Culture

L'Ail des ours a besoin d'une terre a PH plutôt basique et d'un sol bien aéré et frais.

L'Ail des ours pousse dans les sous bois, donc dans un environnement frais et humide et dans les situations ombragées. En clairière de forêts, sous des arbres ...

L'ail des ours est une plante très rustique qui se multiplie par dédoublement de ces propres bulbes ou par semis en début d'été.

A savoir que l'Ail des ours se met en repos végétatif de juin à février, de ce fait, la parti aérienne disparaît complètement pendant ces longues périodes. Vous pouvez néanmoins récupérer les bulbes pour les consommer.

Propriétés, emploi

L'Ail des ours est excellent cru dans les salades, pour la confection de l'aïoli.

Ses feuilles se préparent sous forme de pesto, soupe ou comme épice dans des salades, des tisanes.

On peut cuire les feuilles de l'ail des ours comme des épinards, le consommer sur des tartines ou encore dans du yaourt nature.

On en fait enfin un beurre assaisonné pour les grillades.



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Oseille-épinard, *rumex patientia*



Description

Cette plante vivace très robuste donne une profusion de feuilles de saveur douce, moins acide que celle de l'oseille ordinaire, rappelant le goût de l'épinard. Les feuilles peuvent faire jusqu'à 1 m.

Culture

Sa culture est des plus faciles: plantation au printemps dans un sol profond, acide, frais, humifère avec des arrosages réguliers l'été et la suppression des inflorescences pour éviter la perte de vigueur.

La plante est très productive, il s'agit de l'une des premières potagères que l'on récolte, les feuilles apparaissant à partir de février. La cueillette se fait tout au long de la belle saison au fur et à mesure des besoins. Plus on récolte plus on stimule la repousse vigoureuse.

Très rustique, elle supporte des températures allant jusqu'à -20°C.

Semer sous châssis froid du mois de mars au mois de juin et repiquer lorsque les plantules ont 4 feuilles.

Semer directement en pleine terre du mois de mars au mois d'août. Les graines peuvent être récupérées sur des fleurs fanées et séchées pour les futurs semis. Elles conservent leurs facultés germinatives pendant 4 ans.

Effectuer la division des pieds au mois de mars ou au mois d'avril.

Une division peut être faite tous les quatre ans pour rajeunir les touffes.

La mise en place de plants se réalise de préférence du mois de mars au mois de juin. Dans les régions douces la plantation peut être faite toute l'année hors période de gel.

Lors du semis et jusqu'à la levée des graines les arrosages doivent être fréquents et la terre maintenue humide.

Propriétés, emploi

On utilise ses feuilles en soupe ou légumes verts. Elles sont très riches en vitamine C, rappellent le goût de l'épinard mais sont plus pauvres en acide oxalique que l'oseille, on peut donc en manger de grandes quantités sans problèmes.



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Crosnes, *stachys affinis*



Culture

La plantation se fait au printemps (début avril). On plante des rhizomes à 40 cm d'intervalle et 8 à 10 cm de profondeur. Le tubercule se forme quand les jours sont courts (durée d'éclaircissement inférieure à 10 heures). La récolte se fait quand les plants sont desséchés et se poursuit tout l'hiver au fur et à mesure des besoins. Elle commence à partir de novembre à Paris, mi-janvier à Lisbonne, Tunis. Les tubercules sont sensibles au gel.

La plante requiert un sol bien exposé, plutôt sablonneux et pas trop humide.

Propriétés, emploi

C'est le tubercule qui est consommé. Son aspect évoque celui des rhizomes du chiendent, en nettement plus charnu toutefois, et leur goût de noisette rappelle le salsifis, le topinambour ou l'artichaut selon la façon de les préparer. Les Anglo-saxons l'appellent d'ailleurs «artichaut chinois» (*Chinese artichoke*).

Les Chinois quant à eux le consomment généralement saumuré, au vinaigre et parfois pimenté, au petit déjeuner, en accompagnement de la traditionnelle bouillie de riz (粥), généralement fade. Ils permettent ainsi de relever le goût, parmi divers autres légumes saumurés.

On peut le préparer de diverses façons: en sauce, en salade, en gratin... Les tubercules sont lavés et frottés dans un linge avec du gros sel. Les eaux de lavage peuvent être citronnées afin de conserver au crosne sa blancheur. La cuisson doit être courte - 6 à 7 minutes à l'anglaise, sinon le légume perd sa tenue. Il faut que les tubercules soient très frais.

On le trouve agrémenté de fèves et girolles, sous la forme de plat préparé surgelé.

Le crosne contient un glucide particulier appelé stachyose. Ce polymère glucidique dérivé du galactose est peu digeste et peut être source de flatulences. Ce légume est aussi relativement riche en protéines et en bêtaïne.

	Date de plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Plantation des tubercules	Avril	6 mois	Tout l'hiver	Tubercules
Plantation en godets	mai	5 mois	Tout l'hiver	Tubercules



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Oca du pérou, *oxalis crenata*



Description

L'oca du Pérou, *Oxalis tuberosa* ou Truffette acide, est une cousine du trèfle, elle en a les feuilles qu'elle arbore en buisson. Elle est de ce fait très esthétique sans être envahissante, ces tubercules ont encore plus d'attention : ils sont comestibles. Petits, mamelonnés, irréguliers, variant du jaune au rouge, ces tubercules se cuisinent comme la pomme de terre sans besoin de les peler. Leur saveur est toutefois plus fine et originale. On consomme également les feuilles (salades, crudités).

Culture

L'oca du Pérou se plaît au soleil comme à mi-ombre dans une terre riche et légère.

Plantez un jeune tubercule à 10cm de profondeur, tous les 40cm le long d'une ligne. Et buttez au fur et à mesure de sa croissance, en ne gardant que 30cm de tige dégagée.

Quand les tiges faneront et se coucheront sur le sol, recouvrez-les de terre : c'est au contact de la terre que les tubercules se forment, au niveau des nœuds des tiges.

La récolte débute au milieu du mois de novembre, à la bêche. Arrachez les pieds au fur et à mesure de vos besoins, et laissez-les au soleil quelques jours pour diminuer leur acidité.

Les tiges ne craignent pas les petites gelées qui marquent la fin de l'automne, gardez en terre les tubercules pour les récolter par la suite.

Conservez les tubercules d'oca en cave, dans du sable bien sec.

	Date de plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Plantation des tubercules	Début mai	8 semaines pour les feuilles, 6 mois pour les tubercules	Début juillet aux premières gelées pour les feuilles	Feuilles et tubercules
Plantation en godets	Mi-mai à mi-juin	6 semaines pour les feuilles, 5 mois pour les tubercules	Mi-octobre à mi-novembre pour les tubercules	Feuilles et tubercules



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



La poire de terre Cochet ou yacon, *polymnia edulis*



Description

Plante de 1,30m à 2 m de hauteur, à grandes feuilles triangulaires opposées sur des tiges rameuses et solides. Les fleurs sont jaune foncé et groupées au bout des tiges. Ce sont les tubercules en forme de poire que l'on mange préparés comme les pommes-de-terre. Sous nos climats elle ne donne pas de graine et est sensible aux gelées.

Produit des tubercules souvent de grosse taille. La chair est juteuse et croquante. Elle se consomme crue ou cuite. La saveur est un peu sucrée mais pas très prononcée. La conservation hors sol est délicate car le tubercule se casse ou s'abîme facilement et pourrit par la suite. On peut les garder en terre pendant l'hiver en paillant et les déterrer au fur et à mesure de la consommation. Le Yacon se reproduit par une partie particulière des tubercules qui ressemble un peu à des topinambours. Le tubercule se forme en jours courts.

On plante des portions de tubercules présentant des yeux en mars avril, en godet avec du terreau, un peu recouverts en arrosant de temps en temps. On les garde sous abri jusqu'à la plantation après les dernières gelées. Apprécie une terre riche en humus, en exposition ensoleillée.

Propriétés, emploi

La poire de terre (bulbe, feuilles infusées) régularise le taux de sucre dans le sang car il contient un sucre diététique (plus exactement un fructo-oligo-saccharide) bien accepté par les diabétiques. Il empêche le stockage des graisses et, de ce fait, convient aux régimes amincissants. Antioxydant, il réduirait le stress, contribuerait à la santé intestinale et rénale. Le yacon contient aussi des minéraux: calcium, fer, magnésium, potassium.

Les recettes concernant la pomme de terre sont aussi valables pour la poire de terre. Le goût doux et sucré provient de l'oligo-fructose (sucre non fabriqué par l'organisme humain). La texture granuleuse évoque celle de la poire. La racine séchée a une saveur voisine de celle des rondelles de pomme séchée.

	Date de plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Plantation par éclats	Début mai	8 mois	Après les premières gelées	tubercules
Plantation en conteneurs	Mi-mai à mi-juin,	8 mois	Après les premières gelées	tubercules



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Le souchet comestible, *Cyperus esculentus*



Description

Il forme des touffes de 30 à 50cm de hauts, de longues feuilles étroites, caduques et vert pâle. En été, des épis de fleurs jaune pâle font leur apparition, mais cette floraison passe inaperçue au potager. La racine donne naissance à des rhizomes grêles qui portent des petits tubercules globuleux ovoïdes, écailleux de couleur jaunâtre. Ces tubercules contiennent environ 50 % de glucides (saccharose et amidon), 22 % de lipides et 6 à 7 % de protéines.

Culture

C'est une espèce qui aime l'humidité et qui pousse au bord de l'eau. La plante est extrêmement difficile à enlever complètement des pelouses et jardins, où elle est parfois considérée comme une plante invasive. La plante peut se régénérer rapidement si un seul tubercule est laissé en place. Les tubercules sont récoltés à la fin de la floraison en automne.

De la même famille que le papyrus (*Cyperus*), le souchet aime l'eau, mais est gélif (ne supporte pas les températures inférieures à -5°C). On débutera sa culture après les dernières gelées de printemps et on le récoltera avant les premières d'automne.

Le souchet comestible apprécie un sol léger, frais, bien drainé, humifère et profond. Un sol à tendance sableux convient bien, vous pouvez de ce fait cultiver le souchet en pot, avec un lit de drainage au fond (billes d'argile, gravier...) et une terre mélangée à du sable. Assurez-lui une belle place au soleil dans le potager.

Plantez au printemps pour une récolte en automne. Démarrez le semis du souchet comestible au chaud, en avril. Plantez les tubercules en pleine terre quand les risques de gelées ne sont plus à craindre, en mai.

Pour aider les tubercules de souchet à démarrer, trempez-les dans l'eau pendant 2 jours avant de les mettre en terre en mai (dès avril en climat doux, après la mi-mai en climat frais). Plantez-les en poquets de 2 à 4 tubercules, distants de 30-40cm le long d'un sillon profond de quelques centimètres seulement. Les rangs sont séparés de 50cm. Recouvrez les tubercules de quelques centimètres de terre fine.



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Buttez les plants une fois qu'ils mesurent 20cm de haut. Binez et paillez généreusement lorsque le sol est réchauffé.

Arrosez très régulièrement surtout en période de sécheresse.

La récolte commence quand le feuillage est sec, de la fin de l'été à l'automne (septembre à novembre). Soulevez les tubercules hors de terre en enfonçant une fourche bêche. Procédez délicatement pour ne pas les abîmer, en arrachant les touffes. Conservez les tubercules de souchet au frais, au sec et à l'abri de la lumière.

Propriétés, emploi

Les souchets ont d'excellentes qualités nutritionnelles, avec une composition semblable à l'huile d'olive et un contenu riche en minéraux, en particulier phosphore et potassium. Le souchet est riche également en vitamine E, un antioxydant.

Ils sont consommés crus en salade, ou grillés pour l'apéritif. Au fort goût d'amande, il est moulu et remplace la poudre d'amande. Les Espagnols en font une boisson traditionnelle : la "Horchata de chufa", un lait végétal.

	Date de plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Plantation des tubercules	Courant avril	6 mois	Après les premières gelées	Petits tubercules
Plantation en godets	Mi-mai à mi-juin	7 mois	Après les premières gelées	Petits tubercules



Asperge Blanche, *asparagus officinale*



Culture

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	août	Sept	Oct	Nov	Déc
Année N		F T P	P P									Br Br
Année N+1		F Fs T	B R			Db F I Fs			Fs Fs			Br Br
Année N+2		F Fs T	B R R			Db F I Fs			Fs Fs			Br Br
Année N+3		F Fs T	B R R R			Db F I Fs			Fs Fs			Br Br

Légende :

F : fertilisation, Fs : faux semis, T : préparation du sol, P : plantation, B : buttage, R : récolte, Db : débarrassage, I : irrigation, Br : fauche et brûlage.

Une aspergeraie s'implante 2 années avant le début de la production. Elle dure en moyenne 10 ans.

L'asperge préfère un sol léger, filtrant ainsi qu'un climat tempéré à chaud.

Plantation des griffes : déposer les griffes dans une tranchée de 20 à 25 cm de profondeur, recouvrir de 5 à 6 cm de terre.

Densité de plantation :

- 3 griffes par ml
- 30cm d'écart entre les griffes
- 1,80 à 2,20m d'écart inter-rang.

En période de production (N+2) : butter les asperges de 40 à 50 cm de hauteur.

La production d'asperge peut être optimisée avec un voile d'hivernage P17 ou un paillage double face à ourlet (noir et blanc).

On peut faire des cultures intercalaires (haricots, salades, choux) ou des engrais verts.



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Récolte : sur une durée de 7 à 8 semaines. Pas plus pour laisser la plante refaire ses réserves

Maladies, parasites :

- rouille
- fusariose
- rhizoctone violet

=> dûs essentiellement à des excès d'eau, de fumures azotées et des proliférations d'insectes.

- Criocère et mouche de l'asperge

=> prévention : brûler les tiges en hiver, ôter manuellement larves et adultes, traiter sinon au pyrèthre et répulsif naturel (extrait d'armoise, sauge, tanaisie).

=> Dans un contexte de culture respectueux, extensif et non monospécifique, ces problèmes sont limités par la biodiversité attenante (réserve d'auxiliaires).

Stockage : Protéger du dessèchement à tout prix. Laver, découper, calibrer, mettre en botte et stocker en chambre froide humide. La vente s'effectue dans un délai court (48h).



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Topinambour, *helianthus tuberosus*, *helianthus heliantii*



Culture

Taille jusqu'à 3m, les rendements sont très importants (de 20 à 70t de tubercules/ha).

Peu exigeant quand à la nature du sol et du climat.

La plantation s'effectue en mars en rangs espacés de 0,70 x 0,40 (3500 pieds/ha). Elle a lieu à la main ou par machine (genre planteuse à pomme de terre). 2 à 2,5t de semences par hectare.

Analogue en termes d'entretien que la pomme de terre (hersage, buttage).

Récolte de novembre à avril au fur et à mesure des besoins.

Conservation

Se dessèchent à l'air libre, plusieurs choix :

- lavés, dans du sable
- non lavés, en silo recouvert d'une couche de paille (idem betterave)
- tests actuels sur de l'ensilage.

Propriétés, emploi

- consommable cru (râpé) ou cuit
- déshydraté il donne une farine dont la valeur énergétique est environ la moitié de celle du blé
- alimentation des animaux : il apporte 1 unité fourragère (comme la pomme de terre), on en donne 20 à 25 kg/unité gros bétail (UGB). Les jeunes tiges sont aussi comestibles pour les bovins.
- Biomasse intéressante pour la production d'énergie (5000 à 6000 litres d'alcool/ha).
- Haie naturelle annuelle, refuge à auxiliaires, gibier, etc.

	Date de plantation	Temps moyen avant la 1ère récolte	Période de récolte	Parties consommées
Plantation des tubercules	mars-avril	7 mois	Tout l'hiver	Tubercules
Plantation en godet	Fin avril à fin mai	6 mois	Tout l'hiver	Tubercules



Artichaut, *cynara scolymus*



Description

On distingue deux types d'artichauts : les verts et les violets.

On consomme les capitules d'artichauts, composés des feuilles et des cœurs. Les capitules des variétés vertes sont plus gros que celles des variétés violettes. Les artichauts se consomment cuits ou crus, les variétés violettes étant plus adaptées à cette dernière utilisation.

Important et rapide développement (de 1m à 1,5m de hauteur), sa vie productive dure 3 ou 4 ans.

Culture

Exigeant : sols riches, profonds, bien drainés. Il craint le froid et les excès d'eau.

On peut faire des associations intéressantes avec des légumineuses (car besoins importants en azote et création de micro-climats favorables).

La multiplication s'effectue par semis ou œilletons.

En climat gélif, avant l'hiver, couper l'extrémité des feuilles, les rassembler en bouquets, butter éventuellement mais surtout pailler.

Ravageurs et maladies : pucerons noirs, mildiou

Variétés :

- 'Epineux' : Italie, Nice
- 'Gros camus de Bretagne' : ouest de la France
- 'Gros vert de Laon' : Nord et est de la France : résistant au froid
- 'Vert globe' : rustique également
- 'Violet de provence' : prolifique
- 'Salambo' : Roussillon, a besoin de beaucoup de soleil.

	Date de semis ou de plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Semis	Février à avril	En général l'année suivante	Mi-juin à fin septembre	capitules
Plantation par œilletons	mars	4 mois	Mi-juin à fin septembre	
Plantations en conteneurs	Mars à mai	4 mois	Mi-juin à fin septembre	



Prise de Terre

- le jardin au courant alternatif -

<http://prise2terre.wordpress.com/>



Rhubarbe, *rheum rabarbarum*



Description

Feuilles très larges pouvant atteindre 60 cm de largeur. Les pétioles sont comestibles et peuvent avoir 30 à 40 cm de longueur. Les fleurs sont blanchâtres sur une hampe florale pouvant atteindre 2m.

Culture

Supporte les exposition semi-ombragées, apprécie une terre riche en éléments nutritifs, en humus, profonde et fraîche.

On peut la multiplier par semis mais en général on la reproduit par division de touffes. Chaque éclat doit avoir 2 à 3 yeux bien constitués, on plante à quelques cm de profondeur.

On plante à une distance de 80 x 140cm.

La récolte a lieu à partir d'avril jusqu'en juillet. A partir de cette date, éviter de récolter pour que la plante reconstitue ses réserves. Idem quand on vient de planter, attendre l'année d'après pour récolter.

Les pétioles ne sont pas coupés mais arrachés de la souche par un rapide mouvement de torsion appliqué horizontalement. On coupe ensuite les feuilles.

Bien couper les hampes florales pour éviter l'épuisement de la plante.

La plante est assez résistante aux maladies et parasites, attention aux gastéropodes en début de saison.

Les plantes peuvent rester de longues années à la même place, cependant après 10 ans, il est préférable de les diviser et d'apporter une quantité importante de compost, puis de ne replanter qu'un tiers de la plante.

	Date de semis ou de plantation	Temps moyen avant la première récolte	Période de récolte	Parties consommées
Semis	Mars-avril ou août-septembre	6 mois	Printemps-automne	Pétioles : attention feuilles toxiques
Plantation en godets	Mars à mi-octobre	4 mois	Printemps-automne	