

Rustica

SAVOIR-FAIRE ET CONSEILS POUR JARDINER MIEUX

À FAIRE CETTE SEMAINE

- * Retrouver une belle pelouse
- * Améliorer une terre argileuse
- * Éviter les vers des pommes
- * À découvrir : l'herbe aux écouvillons 'Tiny Tails'
- * Réaliser une suspension avec des bégonias



RÉUSSIR la CULTURE DES COURGES

- * Notre sélection des meilleures variétés
- * Les bons gestes pour le semis et la plantation

NOS CONSEILS
POUR OBTENIR
DE BELLES ET
SAVOUREUSES
COURGES



RECETTES
La polenta, une
délicieuse semoule
sans gluten

VIE PRATIQUE
Comment limiter la
pollution lumineuse
dans nos jardins

**AMÉLIORER SES
TECHNIQUES**
Où et comment
utiliser le compost

Du 3 au 9 avril 2026 CPPAP

L 11850 - 2936 H - F : 4,50 € - RD

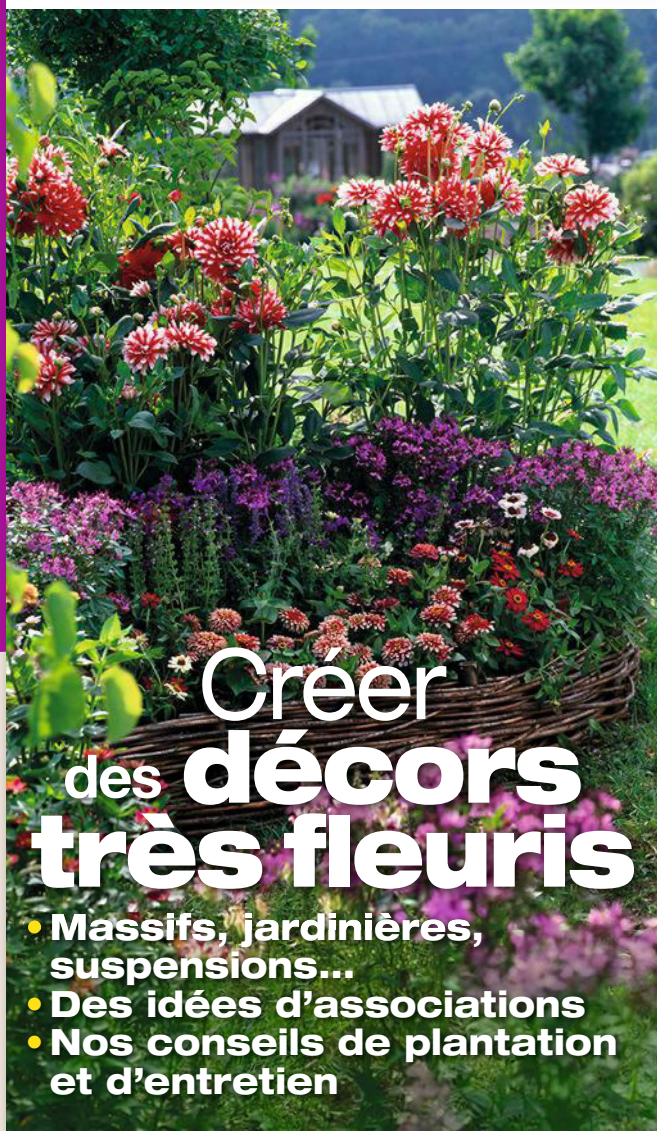
Belg.: 4,80€

VOTRE ALLIÉ AU JARDIN

Rustica PRATIQUE

Rustica PRATIQUE

MIEUX VIVRE AU JARDIN ET À LA MAISON



Créer des décors très fleuris

- Massifs, jardinières, suspensions...
- Des idées d'associations
- Nos conseils de plantation et d'entretien

CAHIER SPÉCIAL
DES ROSIERS
JAMAIS MALADES
15 pages



Réussir la culture
DES AUBERGINES

RECETTES

Quand les
fromages
deviennent
desserts



BIEN-ÊTRE ET FORME

Tous les
usages de la
lavande



L 16012 - 58 - F: 5,90 € - RD



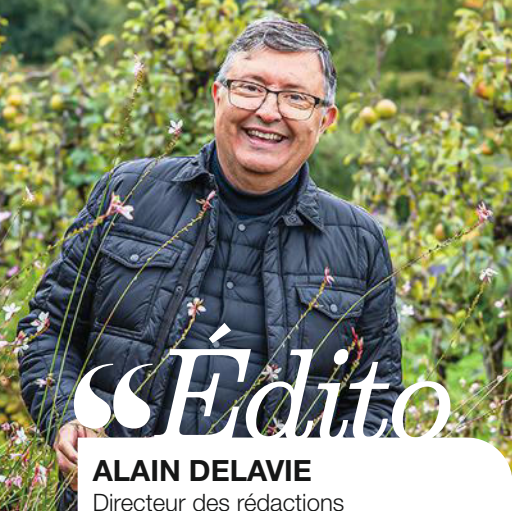
CPPAP

En vente dans votre rayon presse
et sur <https://abo.rustica.fr/RP58>



Ou scannez ce QR code

124
PAGES
DE CONSEILS



Édito

ALAIN DELAVIE
Directeur des rédactions

LANCEZ LA CULTURE DES COURGES!

Plus de 800 variétés de courges seraient cultivées dans le monde ! Un nombre impressionnant pour ces légumes-fruits souvent envahissants qui exigent une terre riche et une surface de 1 m² par sujet pour les variétés non coureuses et 3 m² au minimum pour les coureuses. La place étant comptée dans le potager, il faut faire un choix pour ne retenir que les meilleures (ou, quand elles ne se mangent pas, les plus décoratives). Nous vous présentons sept variétés, productives et goûteuses. Nous vous donnons les indications utiles pour réussir le semis (sous abri, pour le moment) et, ensuite, la plantation (quand la douceur se sera installée) de ces plantes gourmandes et exigeantes en chaleur. Si la météo est trop fraîche, inutile de semer trop. Mais prenez le temps de préparer avec grand soin l'emplacement qui va les accueillir au potager.

ABONNEZ-VOUS VITE !
RENDEZ-VOUS p. 41

SUIVEZ-NOUS SUR...



Dans le cadre de la loi sur l'économie circulaire, nos magazines sont imprimés avec des encres "blanches".

Photos couverture : F. Marre/Rustica/Potager de Chambord (potimarrons) - F. Marre/Rustica/Jardin les Fontaines (bégonias) - A. Jeannette/alpina savoie/SP (verrine). Ce numéro comporte un encart abonnement de 4 p. broché sur l'ensemble des ex. du tirage kiosque; un encart publicitaire Jacques Briant posé sur tous les ex. abonnés; un encart rédactionnel de 32 p. "Rotation des cultures et associations des légumes au potager" broché en central dans les ex. abonnés et en pied sur les ex. kiosque.

Sommaire

n° 2936 du 3 au 9 avril 2026

4 ACTUALITÉS
8 AMÉLIORER SES TECHNIQUES
Composter avec discernement

9 À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE
POTAGER

- Je cultive en sol argileux
- J'ôte les couverts végétaux
- Je fais mes godets de semis

FRUITS

- Je lutte contre le carpocapse
- Je traite à l'argile blanche
- Je refais les cuvettes d'arrosage



22

DOSSIERS:
22 Bien démarrer les courges

- Semis en quatre étapes
- Couche chaude et autres soins
- Variétés de choix

28 Agir après les inondations

- Sol asphyxié, dépôts de limon, pollutions, pourrissements, etc.



30 EN CUISINE

- La polenta
- 6 recettes de saison

34 BIEN-ÊTRE

Écoanxiété, comment réagir ?

36 VIE PRATIQUE

Quand la lumière nuit à la nuit

38 ANIMAUX

Le piégeage du frelon asiatique

40 TERROIR

La Saintonge, en Charente-Maritime

42 PARTAGE DE SAVOIR-FAIRE

Les narcisses vendéens de Lisa et Alexandre Brunet

44 RENDEZ-VOUS PRÈS DE CHEZ VOUS

46 COURRIER

48 SEMAINE PROCHAINE



49 CARNET D'ADRESSES

50 JEUX



Laits à la loupe

L'Anses publie de nouvelles recommandations pour limiter les intoxications liées aux fromages au lait cru.

Dans un avis publié en 2025, l'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses) détaille de nouvelles pistes pour réduire les risques de toxoinfections alimentaires. Les bactéries *Salmonella*, *Listeria monocytogenes* et *Escherichia coli*, producteurs de shigatoxines (STEC), restent les principales responsables. Ces toxines bloquent la synthèse des protéines dans les cellules intestinales et peuvent provoquer des diarrhées sanglantes et des complications graves. Les risques sont particulièrement élevés dans

les pâtes molles à croûte fleurie ou lavée et les pâtes pressées non cuites à affinage court. Pour agir, l'agence a développé à destination des professionnels un modèle prédictif de croissance bactérienne, simulant notamment les effets des différentes pratiques des consommateurs. L'Anses recommande en particulier aux populations vulnérables (femmes enceintes, nourrissons et personnes âgées) de privilégier les fromages cuits et de les conserver à une température inférieure à 4 °C.



JÉRÔME VERROUST

Chef de service
Actualités, Animaux...

REGAIN DE RANDO

Selon un sondage réalisé par l'Union sport & cycle pour la Fédération française de randonnée et publié l'an dernier, la randonnée s'impose comme l'activité physique favorite des Français, loin devant la gym ou la natation : 62 % des Français l'avaient pratiquée avant l'été au cours des 12 derniers mois, soit près de 30 millions de personnes, une hausse marquée depuis 2021. Ce succès touche toutes les générations, mais il est particulièrement marqué chez les 18-49 ans, qui utilisent des applications dédiées. L'engouement pour les itinéraires de plusieurs jours monte aussi en flèche, avec un quart des pratiquants. Les sentiers de Grande Randonnée qui rencontrent la plus forte notoriété demeurent le GR20 (montagne de Corse), le GR10 (Pyrénées françaises) et le GR34 (sentier des douaniers en Bretagne).



Sur les chemins du cap Blanc-Nez (62).



L'ÉLITE DES POTAGISTES

Le Concours national des jardins potagers a récompensé pour l'année 2025 le jardin d'André Catherin, à Biziât, dans l'Ain, sacré Grand Prix des potagers privés. Ce site, reconquis sur sol argileux, mise sur la récupération de matériaux et l'autonomie alimentaire. Ont aussi été distingués le jardin de Fabienne Völlmy, aux jardins familiaux de la Parette, à Marseille (13), Grand Prix collectif, et le potager pédagogique d'Isabelle Raimbourg au lycée agricole de Chambray, à Mesnils-sur-Iton (27), lauréat en environnement paysager. Créé en 2001, ce concours, porté entre autres fondations par la Société nationale d'horticulture de France, valorise des potagers exemplaires, mêlant diversité végétale, pratiques écologiques et partage des savoir-faire entre amateurs, scolaires et habitants, partout en France, aujourd'hui comme demain au cœur des territoires ruraux et urbains.

Broyeurs végétaux

Motoculture & jardin

Scies & fendeuses

Brouettes à chenilles

BROYEUR THERMIQUE SEMI PRO

DÈS 747,00 € TTC



ROGNEUSE DE SOUCHE
1 470,00 € TTC

FENDEUSE THERMIQUE SEMI PRO

DÈS 948,00 € TTC



SCIE À MOTEUR THERMIQUE

DÈS 1 197,00 € TTC



BROUETTE À MOTEUR
DÈS 1 692,00 € TTC



SCIE ÉLECTRIQUE
DÈS 897,00 € TTC

PAIEMENT
à la
LIVRAISON
3X

GARANTIE
2 ANS



BROYEUR GSR150

AVEC GIRAFE D'ÉJECTION
ORIENTABLE

1 749,00 € TTC



Livraison en 4 jours
partout en France



Stock permanent



Service client de qualité
disponible et réactif



DEMANDEZ NOTRE CATALOGUE GRATUIT au 04 80 96 99 02

Nom / Prénom Tél
Adresse CP / Ville

Je suis intéressé par : ☐ Broyeurs ☐ Scies ☐ Tailles haies ☐ Tarières ☐ Brouettes ☐ Fendeuses

Coupon à retourner : SARL COMPTOIR DES FORGES - 11 RUE DE L'ARVE - 74970 MARIGNIER

Entre un demi-million
et un million d'individus
seraient tués chaque année.



R. VALARCHER/BIOSPOTO

KUI VEUT LA PEAU DE MAÎTRE GOUPIL ?

Les défenseurs du renard roux intensifient leur pression sur l'État. Sept associations de protection de la faune ont déposé, en novembre 2025, sur le site de l'Assemblée nationale une pétition demandant le déclassement de l'animal de la liste des espèces susceptibles d'occasionner des dégâts (Esod), autrefois péjorativement qualifiés de "nuisibles". Plus de 39 000 signatures ont été recueillies, alors qu'un nouvel arrêté fixant la liste des espèces Esod pour la période 2026-2029 doit être publié à l'été. Les ONG dénoncent un "massacre injustifié" de ce canidé sauvage. Elles soulignent son rôle écologique, notamment dans la régulation des rongeurs, et l'absence, selon elles, de fondement scientifique au maintien de ce classement. En face, la Fédération nationale des chasseurs affirme que le statut Esod ne vise pas l'éradication de l'espèce, mais permet des interventions ciblées, en dehors des périodes de chasse, là où des dégâts sont constatés sur les élevages ou les cultures, et se présente comme un outil de gestion adaptative du territoire. La date limite de recueil des signatures est fixée au 19 juin 2026.

FORÊTS EN GRAINE

Inaugurée le 27 janvier 2026, la modernisation de la pépinière expérimentale de Peyrat-le-Château (Haute-Vienne) est une nouvelle étape clé pour l'adaptation des forêts au climat qui se réchauffe. Créée en 1967 dans le cadre du Fonds forestier national et confiée à l'Office national des forêts en 2013, cette pépinière de 65 ha est dédiée à la conservation génétique et à la création variétale des graines ainsi qu'à leur traçabilité. Dans le cadre de l'urgence climatique, des travaux de modernisation et d'agrandissement (1500 m² de serres) d'un montant de 1 million d'euros financé par l'État, vont permettre d'accroître la diversification et la production de semences.

FEMMES DE SCIENCE DANS L'ACIER

Pour réparer un pan entier de mémoire occultée, une commission pilotée par la Ville de Paris veut inscrire les noms de 72 femmes scientifiques sur le premier étage de la Tour Eiffel, au-dessus de ceux des savants hommes choisis par Gustave Eiffel. Né du projet Les Sœurs d'Hypatie (mathématicienne de l'Antiquité), ce chantier entend répondre à l'effet Matilda (du nom de la suffragiste Matilda Joslyn Gage) : ce mécanisme d'invisibilisation systémique des contributions féminines en science. La liste, remise à Anne Hidalgo en janvier, retient des chercheuses françaises ou liées à la France, de la botaniste Jeanne Baret (1740-1807) à la physicienne Marie Curie (1867-1934), de la mathématicienne Yvonne Choquet-Bruhat (1923-2025), à la médecin Madeleine Brès (1842-1921). Avant toute inscription, le projet doit franchir les étapes liées au statut de Monument historique. Il s'accompagnera d'un programme de médiation destiné à rendre visibles ces trajectoires et à susciter des vocations féminines dans les carrières scientifiques.



Les noms des femmes scientifiques
seraient inscrits sur la tour Eiffel
au-dessus de celui des hommes.

SHUTTERSTOCK

Rustica

L'ESSENCE DE L'EST CANADIEN

Circuit/séjour

à partir de

3 290 €

par personne

LES MOMENTS FORTS DE VOTRE VOYAGE

- **La découverte de trois villes** à l'atmosphère différente :

Toronto, Montréal et Québec

- Spectacle naturel aux **chutes du Niagara**
- Croisière au cœur de l'**archipel des Mille-Îles**
- **Observation des baleines** à Tadoussac

DU 13 AU 22 OCTOBRE 2026

INCLUS : Départ de Paris • Pension complète • Visites



◀ Scannez ce QR Code pour télécharger la brochure

RÉSERVATIONS ET INFORMATIONS

email : rustica@travel-society.fr

site : travel-society.fr/rustica

TRAVEL
SOCIETY

Information non contractuelle. Se référer aux brochures pour disposer du détail des prestations incluses ainsi que des CGV.

COMPOST SANS DÉCONVENUE

On recommande, dans nos colonnes, d'employer du compost. C'est justifié dans la plupart des cas. Mais il y a, quand même, des situations dans lesquelles il joue des tours...



JEAN-MICHEL GROULT

Journaliste horticole
et botaniste.

“ *Considérez plutôt le compost comme un amendement à apporter en petites quantités régulières pour maintenir l'activité du sol. Imaginez-le comme un lubrifiant, mais pas comme le carburant du moteur de vos cultures !* ”

3 CM

C'est l'épaisseur recommandée de compost mûr (qui n'évolue plus) pour un entretien de routine, au pied des massifs ou sur une culture potagère déjà en place.

L'usage conventionnel

Il est, la plupart du temps, conseillé aux jardiniers d'apporter massivement du compost sur les planches ou de l'intégrer lors de la plantation. Ce substrat maison sert à la fois d'amendement, d'engrais et de paillis. Que de vertus ! En outre, on peut en faire usage à toute époque de l'année, mais plus particulièrement en ce moment, lorsque l'activité du sol est à son apogée. Le compost stimule l'activité des vers de terre et, par conséquent, leur travail d'aération naturelle du sol, favorable à l'établissement des racines.



F. MARRE / RUSTICA/JARDIN LES FONTAINE

La méthode revue et corrigée

Apportez aussi... du discernement ! Dans la qualité du compost, d'abord. Celui issu de station de compostage s'avère parfois chargé de contaminants (matières plastiques...). S'il est immature, il nuit aux cultures (voir ci-dessous). Parfois, il est à l'origine d'un trop grand apport de phosphore, surtout en sol acide, qui gêne l'absorption d'oligo-éléments (comme le zinc) et, surtout, défavorise les mycorhizes et la symbiose champignons du sol/racines. Dans certaines terres limoneuses, enfin, trop de compost mène à l'asphyxie.



F. MARRE / RUSTICA/JARDIN LES FONTAINE

Effet pernicieux

Le compost mal décomposé, c'est-à-dire trop jeune, peut s'avérer nocif notamment pour les jeunes plants. La transformation des matières organiques libère des composés qui, s'ils ne sont pas dégradés,

entravent la croissance des racines. On parle dans ce cas de phytotoxicité. Des semis réalisés avec du compost immature lèvent mal. Les plantules se décolorent et les tissus se nécrosent.

À FAIRE AU JARDIN

cette semaine



ALAIN DELAVIE

Journaliste spécialisé jardin,
agronome et jardinier

C'est d'actualité

BULBES À FLEUR D'UN PRINTEMPS À L'AUTRE

Inspectez régulièrement vos plantes bulbeuses à floraison printanière (anémones des fleuristes, fritillaires, jacinthes, muscaris, narcisses et tulipes), cultivées en pleine terre, en pots ou jardinières, pour supprimer leurs fleurs dès qu'elles sont fanées. Cela empêchera ces plantes de monter à graines et d'épuiser leurs réserves nutritives qui doivent, au contraire, s'accumuler dans leurs bulbes sous terre. Ce petit nettoyage garantit une floraison plus belle l'an prochain. De préférence avec un petit sécateur bien aiguisé, ou la main, coupez juste sous la fleur fanée, laissez la hampe florale et ne touchez pas au feuillage tant qu'il reste bien vert. Veillez à éliminer les mauvaises herbes et effectuez un apport d'engrais spécial bulbes (riche en potasse), si vous ne l'avez pas fait au moment de la plantation. Et arrosez les potées par temps sec.

Sortez vos décimètres !

La liste des plantes potagères ou florales à semer en pleine terre s'allonge. Mais, pour réussir les semis, il faut veiller à les effectuer à la bonne profondeur. D'une manière générale, plus les graines sont fines, moins elles doivent être enterrées : 0,5 cm pour les laitues ; 1 cm de profondeur pour les carottes, céleris, chicorées, épinards, fenouils, navets, oignons, panais et poireaux ; 2 cm pour les betteraves ; 3 cm pour les courgettes et autres courges, maïs doux et haricots ; 5 cm pour les pois.

*Coupez les fleurs
des narcisses dès qu'elles
sont fanées.*



Mon coup de cœur

ALYSSES ODORANTES, ADORABLES COUSSINS

Faciles à cultiver, robustes, florifères et parfumées, les alysses odorantes (*Lobularia maritima*), appelées aussi corbeille-d'argent, sont parfaites pour fleurir un dallage, une rocaille, un muret, une bordure, une potée, une jardinière ou une suspension à exposition ensoleillée. Selon les variétés, ces plantes annuelles donnent une profusion de petites fleurs blanches, roses, mauves ou violettes dégageant un parfum de miel. La floraison, qui a commencé le mois dernier dans les régions les plus douces, se prolonge jusqu'en octobre, tant qu'il ne gèle pas. Semez-les ou plantez-les sans tarder !



VISIONS BOTANICAL/VISIONS PICTURES/BIOSPHOTO

POUR UN "GREEN" IMPECCABLE

Votre gazon jaunit, se dégarnit ou laisse place à la mousse ? Avec des gestes adaptés à la saison, il est possible de retrouver une pelouse dense, verte et équilibrée, sans recourir aux pesticides.

Pour retrouver une belle pelouse, un entretien régulier est indispensable tout au long de l'année. Désherbage ciblé, scarification, tonte adaptée, fertilisation raisonnée et regarnissage des zones clairsemées permettent au gazon de rester dense et vigoureux. Une coupe trop rase, un sol compact ou un excès d'humidité favorisent les mousses et les maladies : chaque geste doit donc être ajusté à la saison et aux conditions météo. Nourrissez le sol plutôt que de forcer la pousse, aérez-le quand il se tasse et surveillez l'arrosage, surtout en été. Un matériel propre et des lames bien affûtées garantissent une

coupe nette et un feuillage plus vert. Enfin, conservez un coin un peu plus naturel : une zone moins tondue ou fleurie accueille les insectes utiles et les pollinisateurs, ces précieux alliés du jardin.



Envie d'en savoir plus ? Découvrez la vidéo d'Hubert Fontaine en flashant le QR Code



En arpentant votre gazon avec ces semelles à pointes, vous l'aérez !

DÉSHERBER, SCARIFIER, TONDRE



1

Retirez les plantes indésirables à large feuillage, comme le pissenlit, le chardon ou le plantain (photo), à l'aide d'une lame pointue. Ces végétaux adventices prennent la place du gazon : leurs larges feuilles empêchent les graminées d'exprimer leur potentiel ornemental. Les supprimer est une première étape essentielle pour rattraper une pelouse qui fait grise mine.



2

La mousse s'installe surtout dans les zones ombragées et se développe au détriment du gazon. Pour la retirer, **scarifiez dès à présent** ou au cours de l'automne. Cette opération permet d'extraire la mousse et les débris qui étouffent les graminées. Vous pouvez louer un scarificateur thermique, ou utiliser un modèle électrique plus abordable ou encore un outil manuel.



3

Une tondeuse propre garantit une coupe nette. L'herbe collée sous le carter gêne la coupe et peut bloquer l'éjection. Après chaque tonte, retournez la machine, moteur éteint et bougie débranchée, pour nettoyer le carter. Affûtez la lame une fois par an à la meuleuse ou remplacez-la. Ne coupez jamais plus d'un tiers de la hauteur et laissez 4 ou 5 cm en été.

PHOTOS G. FONTAINE / IMAGE VERTÉ / RUSTICA

FERTILISER UNIFORMÉMENT



PHOTOS G. FONTAINE/IMAGE VERTÉ/RUSTICA

Pour conserver un gazon dense et bien vert, il doit être nourri régulièrement. L'apport d'un **engrais spécial gazon, généralement riche en azote** (N-P-K 6-3-3, par exemple), soutient la croissance des graminées et intensifie leur couleur. Répartissez-le de façon homogène, idéalement à l'aide d'un semoir, afin d'éviter les surdosages et les différences d'aspect. Un épandage irrégulier peut provoquer des zones plus foncées ou, au contraire, des brûlures localisées. Intervenez de préférence au printemps ou en automne, lorsque la pelouse est en pleine activité. Évitez tout apport en plein été : sous forte chaleur, l'herbe pourrait jaunir ou se dessécher.

Un apport mesuré et bien réparti redonne vigueur et uniformité au tapis vert.

REBOUCHER LES TROUS



PHOTOS G. FONTAINE/IMAGE VERTÉ/RUSTICA

1 Griffez légèrement la zone dégarnie avec un croc afin d'aérer la surface du sol sans trop le travailler en profondeur. Ce léger décompactage facilite la pénétration de l'eau et prépare le terrain pour le regarnissage. L'objectif est de façonner un lit de semence pour permettre aux graines de mieux s'installer et de favoriser une reprise rapide du gazon.



2 Semez un gazon de regarnissage assez dru sur la zone préparée. Ramenez ensuite un peu de terreau ou de compost tamisé pour recouvrir un peu les graines. Passez le râteau pour mélanger les semences au terreau, puis tassez fortement avec le dos de l'outil : ce contact entre les graines et le sol est indispensable pour une levée régulière et une reprise homogène.



3 Arrosez copieusement après le semis pour bien humidifier la zone. Ensuite, méfiez-vous des oiseaux et des excès de soleil, qui peuvent compromettre la levée. Pour sécuriser la germination, **recouvrez le semis d'un voile d'hivernage** : ce couvert maintient l'humidité, limite le dessèchement, garde le sol frais et place les graines à l'abri de l'appétit des oiseaux.

EN TERRE AMOUREUSE

La terre argileuse n'a pas bonne réputation ! Pourtant, en lui apportant les soins qu'elle mérite, elle s'avère fertile et indispensable !

Imperméable et lourde, froide et humide, lente à se réchauffer et à ressuyer, la terre argileuse complique le travail du jardinier ! En effet, les très fines particules d'argile s'agglomèrent aux autres composants du sol telle une colle, d'où le terme de "terre amoureuse" ! Cependant, l'argile entre dans la formation du complexe argilo-humique, garant de la bonne stabilité structurale, elle y joue même un rôle capital. Ainsi, **en apportant régulièrement à la terre argileuse des amendements** (humifères ou calcaires selon le pH), et en n'intervenant que lorsqu'elle est bien ressuyée, elle fait preuve d'une grande capacité de rétention d'eau et de nutriments, constituant sa fertilité. Trois espèces potagères s'y plaisent en particulier.



Une terre argileuse se montre lourde, amoureuse : elle colle à l'outil.

F. MARRE/RUSTICA/JARDIN MARSSAEL

ET AUSSI...

Fumer les fraisiers déjà en place après un bon nettoyage des feuilles sèches. **Planter** ou repiquer les poireaux, les asperges et les topinambours. **Semer** en place les choux-fleurs, brocolis, épinards, laitues à couper, fenouils et navets et, au chaud, les légumes du soleil (tomates, aubergines, piments, melons...). **Installer** la ciboule, la ciboulette, les laitues de printemps, l'échalote et les crosnes.



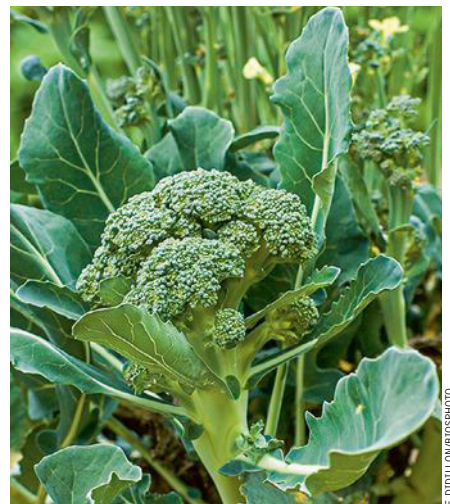
E. BRECKLE/RUSTICA/JARDIN DE CORCELLES

La rhubarbe, reine des terres argilo-limoneuses, exige des sols frais et profonds pour offrir de belles cueillettes. Avant plantation, apportez 500 g/m² de Végéthumus et décompactez le terrain profondément pour assurer le drainage et empêcher l'asphyxie racinaire.



F. MARRE/RUSTICA/MICROTERME DE LA BOURDAISÈRE

L'épinard n'apprécie ni le manque, ni l'excès d'eau. Il requiert une terre saine mais fraîche et profonde. Dans l'idéal, cultivez-le en sol argilo-sableux riche en humus et à pH > 6,5 (équilibré à alcalin). La bonne alimentation en eau limite le risque de montée à graines au printemps.



F. DODILLON/BIOPHOTO

Les brocolis et autres choux apprécient, quant à eux, les sols lourds à pH > 6,5. En effet, ils redoutent la sécheresse et sont sensibles aux carences en minéraux et oligo-éléments. Ainsi, les terrains riches en argile et en humus leur assurent une nutrition de qualité.

Hachage d'un couvert de féveroles à la cisaille.

DESSERVIR LES COUVERTS

Sous climat sec, **détruisez vos couverts végétaux dès à présent.** Car cette masse de végétation parvenue à un stade de développement avancé peut assécher le sol et empêcher la reconstitution des réserves en eau. Hachez ou broyez les végétaux, puis incorporez-les au sol sur 4 ou 5 cm de profondeur. Après un compostage de surface de 3 semaines, enfouissez-les à la fourche à bêcher écologique, ou par un bêchage léger sur 20 à 25 cm.

Sans rater le coche

Enfoui trop tôt, l'engrais vert tend à se minéraliser avant la période d'absorption de la culture suivante (perte d'azote). Mais enterrés trop tard, les éléments sont libérés après la période de forts besoins de la culture (faim d'azote).

L'IMAGINATION DU SEMEUR

Certes les minimottes, godets et plateaux à alvéoles offrent bien des avantages. Mais, à l'heure des semis, il convient de ne pas renier ses principes ! Car c'est l'occasion de fabriquer des petits pots écologiques avec de vieux journaux au moyen d'un presse-pot (Pot Maker, Papper Potter, Eco Pot Maker...), mais aussi de réutiliser les contenants de la vie quotidienne, en priorité ceux en carton comme les boîtes à œufs, à camembert ou les rouleaux de papier toilette. Pots de yaourts, barquettes diverses, bacs à crème glacée et petites boîtes de conserves recyclées peuvent également convenir à condition de les laver et de percer leur fond pour assurer le drainage du substrat.



Repiquage et mise sous cloche maison de la verveine.

CARPOCAPSES À CROQUER

Pour en finir avec les pommes véreuses, mettez en place une prévention adéquate : faites appel aux prédateurs naturels de ce visiteur nocturne.

Ce papillon (*Cydia pomonella*) a coévolué avec les pommiers de nos jardins, il les repère à des kilomètres. Les sélectionneurs ont bien cherché à obtenir des variétés résistantes mais en vain. La lutte chimique, quant à elle, s'est révélée nuisible pour notre environnement. Mais le jardinier dispose **de moyens naturels de protection en faisant appel aux prédateurs** et, en utilisant du *Bt* et des pièges à phéromones. Les chauves-souris se nourrissant des adultes volant la nuit, installez des abris. Et comme les mésanges se régalaient des larves sortant des œufs déposés sur les feuilles avant leur pénétration dans les fruits, prévoyez des nichoirs ! Mais quand le ver est dans le fruit, aucune action n'est possible...



Seule une action préventive l'empêche de commettre des dégâts au verger.

H. DUTY/PICTURE ALLIANCE

ET AUSSI...

Éclaircir les amandiers. **Greffer** en couronne les oliviers, figuiers, pommiers et poiriers. **Planter** des arbres et arbustes en conteneur. **Diviser** les framboisiers. **Installer** tous les pièges spéciaux pour contrôler les premiers insectes. **Arroser**, si le temps est sec, les plantations d'hiver. **Tailler**, dans le Sud, les citronniers et orangers. **Intégrer** des larves de coccinelles dans la lutte contre les pucerons.



C. THIRIET/BIOSPHOTO

Posez des pièges pour capturer les adultes mâles et ainsi empêcher la reproduction. Ces dispositifs sont munis de capsules de phéromones pour les attirer, et d'une surface recouverte de glu, pour les capturer. Suspendez-les dès maintenant, en extrémité de ramure, à raison de 2 ou 3 pièges par arbre.



J.-M. GROUT/BIOSPHOTO

Le cycle de cet insecte passe par un hivernage sous forme larvaire. Logées dans le fruit dont elles se nourrissent, les larves en ressortent à l'automne pour se réfugier dans les fissures de l'écorce. **Entourez le tronc, en fin d'été, de toile de jute ou de carton ondulé** pour les piéger et les détruire.

Pulvérisation d'huile essentielle de sarriette sur un pêcher de vigne.

À BLOC CONTRE LA CLOQUE

En cette période de l'année, toutes les conditions – des températures encore basses et une humidité printanière – sont réunies pour accélérer le développement d'un champignon qui se manifeste par des cloques sur le feuillage. Au premier stade, les spores logent dans les écailles des bourgeons. **Pulvérisez une bouillie d'argile blanche** (30 g/l) à laquelle vous ajouterez **de l'huile essentielle de sarriette** (1 ml/l).

Cuivre décrié

Actuellement (au moment de la préfloraison et avant l'arrivée des feuilles), la bouillie bordelaise à base de cuivre reste un soin préventif efficace. Mais le cuivre lessivé rejoint la terre avec les effets négatifs qu'on lui connaît désormais.

DES CHÂTEAUX D'EAU EN TERRE

Sur des arbres ayant été plantés il y a moins de cinq ans, le maintien de quelques arrosages est possible selon les espèces et situations de sols et de climats. Il s'agit de capter le plus possible les précieuses précipitations printanières. Pour empêcher les pertes d'eau par ruissellement et favoriser sa pénétration vers les racines, rien de mieux qu'une cuvette réalisée autour d'un jeune tronc. Façonnez-en une d'un généreux diamètre, jusqu'à 2 m. Ou reformez-la. Ne creusez pas le sol, mais **remontez de la terre depuis le tronc vers l'extérieur pour former une butte de 15 cm de hauteur** qui retiendra l'eau pouvant alors s'infiltrer lentement. Cette cuvette peut être surfacée de compost.



Réalisation d'une cuvette autour du tronc d'un jeune prunier.

CE QU'IL FAUT DE MÉNAGE DANS LES BACS

Profitez d'un jour de beau temps pour inspecter les contenants inutilisés.

À l'aide d'une brosse, détachez tout ce qui part en poussière. Remplissez d'eau chaude une bassine assez grande pour les bacs à nettoyer en profondeur à l'aide d'une éponge et de savon noir ou de liquide vaisselle. Cela suffit à ôter les taches. Il n'est pas utile de rincer ou de désinfecter davantage : oubliez l'eau de Javel, dangereuse et corrosive. Et pour le séchage, laissez faire le soleil.

Terreau retraité

Si vos jardinières sont encore remplies de terre et que les plantes n'y ont pas été malades, ne le jetez pas. Éliminez les racines et mélangez-le à 50 % de terreau neuf lors d'un rempotage ou pour alléger la terre du jardin lors des plantations.



F. STRAUSS/BIOSPHOTO



S. M. GROUT/BIOSPHOTO

Base décaussée d'un palmier Chamaerops : le rempotage s'impose.

QUAND S'ÉCHAPPE LE PALMIER

Si, comme sur la photo, **la base du plant sort de terre**, que les racines s'échappent par les trous de drainage ou que le feuillage pâlit, votre palmier nain a besoin de changement. Trouvez un pot plus grand que l'ancien et, surtout, plus profond, avec des trous de drainage. À un terreau de rempotage contenant des éléments grossiers, ajoutez un bon tiers de compost et un engrais à libération lente. Vous pouvez utiliser de la terre de jardin mais pas plus de 25 % du total. Sortez le palmier nain de son pot et éliminez le vieux terreau du bout des doigts. Dans le nouveau contenant rempli de substrat frais, placez le palmier en enterrant ses racines jusqu'à la naissance du stipe, puis arrosez.

BÉGONIA VOLE!

Résistantes et très florifères, les nouvelles variétés de bégonia rivalisent de beauté au balcon avec les pélargoniums, un brin d'exotisme en plus. Élevez-les !

La série Summerwings qui offre plusieurs coloris se caractérise par une végétation abondante. Le port, d'abord droit puis retombant, produit en été une cascade de fleurs jusqu'à 70 cm que l'on met en valeur dans une potée suspendue ou une jardinière accrochée à un balcon, au soleil ou à la mi-ombre, et comme les fleurs fanées tombent d'elles-mêmes, vous n'avez pas besoin de les ôter, juste de balayer en dessous ! **Prévoyez un pot à suspendre de ø 30 cm.** Le système de suspension doit être assez solide pour supporter le poids du terreau et d'une plante bien développée. Ne l'exposez pas au vent. Assurez-vous que le fond du pot est percé de trous de drainage car l'eau en excès doit pouvoir s'évacuer. Vérifiez aussi que rien, en dessous, ne risque d'être éclaboussé.

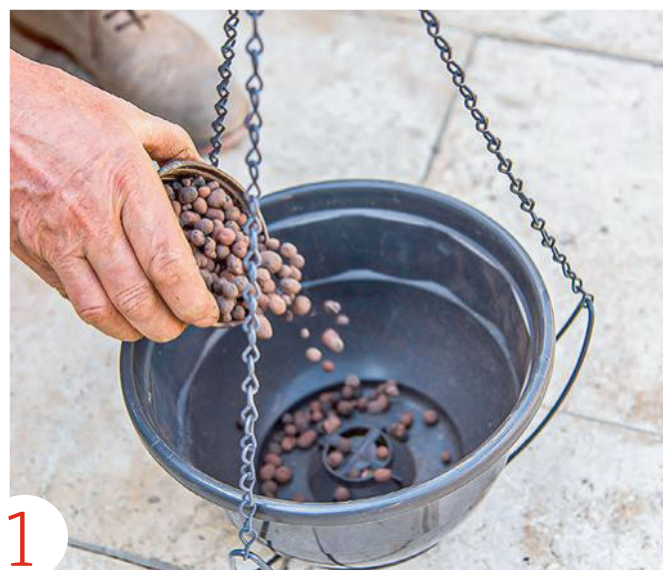


Que l'été soit frais ou chaud, la floraison des bégonias est continue.

F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LES FONTAINE

ET AUSSI...

Ôter les protections en journée. **Installer** les bulbes à floraison estivale. **Tailler** les arbustes défleuris. **Planter** des fraisiers remontants ou non. **Arroser** si le temps est sec. **Surveiller** les attaques d'otiorhynques, traiter si besoin. **Installer** des arbustes, bambous brise-vue, arbres fruitiers nains. **Fertiliser** les potées fleuries. **Semer** ou planter des herbes aromatiques pour la saison.



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LES FONTAINE



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LES FONTAINE

Déposez au fond du pot une couche de billes d'argile, un matériau léger qui empêche le terreau de boucher les trous. Le bégonia fleurit bien dans un substrat riche et léger, un terreau de rempotage ou "spécial balcon" qui contient déjà de l'engrais. Ajoutez quelques poignées de compost ou du lombricompost.

Immergez le godet de bégonia puis laissez-le s'égoutter. Versez du terreau dans le pot. Dépotez le bégonia et posez la motte au centre, puis ajoutez du terreau tout autour. Tassez et arrosez. La suspension semble vide au début, mais cette plante sait vite utiliser tout l'espace pour se développer.

PLANTER UNE ANCOLIE EN POT

Intervenez en lune descendante devant les constellations de la Balance ou des Gémeaux, dédiées aux fleurs.

Les bonnes dates :

les 4 (après 9 h 18), 5, 22 et 23 (avant 17 h 45) avril ;
les 1^{er} (après 16 h 14), 2, 3 (avant 9 h 42), 19 et 20 mai.

Comment faire ? Hydratez les godets dans une bassine d'eau jusqu'à la disparition des bulles d'air en surface. Laissez les mottes s'égoutter, puis dépotez-les. Au soleil doux ou à l'ombre légère, ouvrez des trous espacés de 30 cm, plus grands que les mottes. Ameublissez la terre et mélangez-la à du compost bien décomposé. Versez une couche au fond. Placez la motte dessus en vérifiant la profondeur. Le haut doit être couvert de seulement 2 cm de terre. Comblez les vides et tassez à la main. Réalisez une minicuvette de terre autour de chaque ancolie et versez-y environ 5 l d'eau. Arrosez de temps en temps jusqu'à la reprise complète.



VOTRE CALENDRIER LUNAIRE

"Pâques mouillées font l'épi gonfler."

Ne jardinez pas 5 heures avant et 5 heures après l'apogée.

Vendredi 3 St Richard	Samedi 4 S ^t Isidore	Dimanche 5 Pâques	Lundi 6 St Marcellin	Mardi 7 St J.-Baptiste de la Salle	Mercredi 8 S ^{te} Julie	Jeudi 9 S ^t Gautier
lever 7 h 26 coucher 20 h 23 coucher 7 h 30 lever 22 h 28	lever 7 h 24 coucher 20 h 24 coucher 7 h 47 lever 23 h 40	lever 7 h 22 coucher 20 h 26 coucher 8 h 09 -	lever 7 h 20 coucher 20 h 27 lever 0 h 50 coucher 8 h 37	lever 7 h 18 coucher 20 h 29 lever 1 h 57 coucher 9 h 13	lever 7 h 16 coucher 20 h 30 lever 2 h 55 coucher 10 h 01	lever 7 h 14 coucher 20 h 32 lever 3 h 43 coucher 10 h 59
Jours-racines 9h18	Jours-fleurs 2h43	Jours-feuilles 7h37	Jours-fruits			

Les heures sont données en heures légales.
Pour plus d'informations reportez-vous à *Jardinez avec la lune 2026* par Céleste, Rustica éditions, ainsi qu'à notre calendrier paru le 16/01/2026.



Plant d'ancolie.

C. HOCHET/RUSTICA



Jours-racines

Démarrer en godets, au chaud, les ocas du Pérou. Installer les pommes de terre de conservation, les couvrir sans abîmer les germes.



Jours-fleurs

Planter les arbustes à fleurs et les rosiers vendus en conteneurs. Hydrater les mottes, laisser hors de terre les points de greffe.



Jours-feuilles

Repiquer sous abri les chicorées et en pépinière les choux cabus et de Bruxelles, tous semés les 19 et 20 mars. Les écarter de 10 cm.



Jours-fruits

Semer trois graines de courge ou de courgette par godet. Arroser en pluie fine et identifiez les variétés. Les garder entre 18 et 20 °C.

NOUVELLE
variété

Pennisetum
'Tiny Tails'



Pennisetum 'Tiny Tails'

Cette graminée récente, compacte et très décorative est appréciée pour son port souple et ses épis colorés très lumineux.

UTILISATIONS Appelée également herbe-aux-écouvillons (ou aux goupillons), cette plante trouve sa place dans les massifs ensoleillés, les bordures et les jardins contemporains. Son port serré en bouquet arrondi crée rapidement des coussins qui structurent les plantations. Le feuillage fin apporte de la légèreté durant toute la belle saison et met en valeur les floraisons voisines. Elle s'associe facilement aux teintes chaudes en les adoucissant. En pot sur une terrasse, elle reste bien compacte et décorative. Les tiges souples terminées par des épis soyeux composent également de jolis bouquets frais ou secs.

ENTRETIEN Le feuillage lorsqu'il est sec est généralement coupé à quelques centimètres du sol afin de favoriser une nouvelle pousse sans tiges brunes. Tailler en fin d'hiver permet de préserver les insectes qui

s'y abritent. En pot, nettoyez régulièrement la base pour éliminer les feuilles abîmées. Apportez un peu de compost ou un engrais au début du printemps est suffisant pour soutenir la croissance. Laissez sécher la motte entre deux arrosages.

MALADIES Seul un excès d'eau peut provoquer une pourriture des racines ou des maladies cryptogamiques du feuillage. Maintenez un drainage efficace et une bonne aération autour de la plante. Ce pennisetum ne craint pas les insectes.

MULTIPLICATION Opérez par division de touffe au printemps lorsque la végétation redémarre. Cette intervention permet non seulement de rajeunir la plante qui s'étiole en s'élargissant mais aussi de produire rapidement de nouveaux sujets identiques. Le semis est possible, mais fait perdre les caractéristiques de la variété.

Secret de jardinier

En pot, pour un bon drainage, mélangez du sable au terreau ou utilisez un terreau avec une rétention d'eau inférieure à 500 ml/l. Et, surtout, posez un feutre ou un géotextile pour séparer les graviers du substrat.



PHOTOS VISIONS BV, NETHERLANDS/PLANTIP/SP



ÉRIC COSTAN

Ancien fleuriste, paysagiste et enseignant en lycée horticole.

Dans les régions non méditerranéennes et les jardins très verts ou sauvages, c'est, à mon avis, dans un beau pot étroit haut d'une quarantaine de centimètres que ce pennisetum, surélevé, est le plus beau. Si vous aimez les fleurissements et les compositions, vous trouverez en jardinerie de quoi garnir son pied, même en hiver lorsque les feuilles sont sèches. Il est aussi plus facile de le mettre ainsi à l'abri des pluies et du froid lors des gels.



PLANTE VIVACE

Poacées

Pennisetum x advena

Hauteur : 30 à 40 cm selon les conditions.

Étalement : 40 cm en moyenne.

Port : compact arrondi et dense.

Croissance : rapide, en fonction des caractéristiques du sol.

Feuillage : caduc, vert tendre, fin et souple, de couleur blond paille à brun en hiver.

Floraison : épis brun rosé puis blond doré de juillet à octobre.

Mellifère : moyennement attractif pour les insectes.

Sol : tout terrain bien drainé, léger et plutôt sec.

Rusticité : - 5 °C (jusqu'à - 10 °C en sol bien drainé).

Arrosage : modéré pour la reprise la première année.

Copieux mais espacé en pot.

Semis : peu fidèle à la variété.

Au printemps, sous abri au-dessus de 18 °C.

Plantation : au printemps et en automne.

Rustica
HORS-SÉRIE

Apiculture

MODE D'EMPLOI



INSTALLER UNE RUCHE ET FAIRE SON MIEL



L 12804 - 38 H - F: 7,90 € - RD



GUIDE PRATIQUE pour bien installer et entretenir son rucher. Respecter la réglementation. Les bons gestes pour extraire, récolter et conserver son miel.

En vente dans votre rayon presse
et sur <https://abo.rustica.fr>

Ou scannez ce QR code



LES COURGES AU DÉPART!

C'est le moment de semer les courges. Leur diversité est telle que vous n'aurez que l'embarras du choix. Installez-les, puis laissez-les courir. ❖ THÉRÈSE TRÉDOULAT



La profusion de courges ne peut que faire votre fierté!

C'est la saison des semis pour les courges de garde. Réalisez-les dès à présent, au chaud, pour leur laisser le temps de mûrir. Mais leur diversité est telle qu'il est difficile de choisir. Il le faut bien, car les courges, souvent coureuses, occupent de la place et devront être espacées de 2 m environ à la plantation. Certaines, devenues classiques, se trouvent facilement dans le commerce, alors pourquoi ne pas essayer une ou deux variétés originales cette année, comme les courges musquées, plus exigeantes en chaleur que les autres. Tenez compte également de la grosseur des

fruits, pour déterminer le nombre de plants suivant la composition de votre foyer. Choisissez-les aussi en fonction de leur durée de conservation – de trois ou quatre mois à presque un an – et de vos préférences culinaires. Ensuite, leur culture est des plus simples. Après les semis effectués à l'intérieur, vous repiquerez les courges au potager quand les températures seront douces. Sachez que ces gourmandes exigent une terre enrichie au compost bien décomposé. Vous les arroserez pour favoriser leur reprise ainsi que le grossissement des fruits et paillerez le sol pour lui garder sa fraîcheur.



Avril pour les recouvrir

La date des semis dépend de celle de la plantation au potager. Comptez trois semaines entre ces deux étapes, car le développement des jeunes plants est très rapide. Les semis à chaud s'effectuent donc tout au long du mois d'avril, selon le climat de sa région. Mais mieux vaut un peu tard que trop tôt, car les racines des plants demeurés longtemps dans leur pot sont fibreuses. Leur reprise en pleine terre, puis leur croissance, sont plus difficiles. Un second semis, 10 ou 15 jours après, comblera les manques.



É. BRECKLE/INSTIC/JARDINS FRUITIERS DE LAQUEHEXY

Elles courent, elles courent... ou pas

Contrairement aux courgettes, la majorité des courges est coureuse, **possédant des tiges plus ou moins longues, parfois de plusieurs mètres !** C'est le cas des potirons et des potimarrons (*Cucurbita maxima*) et de toutes les courges musquées (*C. moschata*). Mais quelques courges ont une croissance buissonnante ou peu coureuse, tels les pâtissons, certaines variétés de type Acorn, comme 'Table Gold' et 'Table King Bush', le potimarron 'Amoro', les variétés 'Buttercup', 'Buttercup Bush' et 'Delicata'. Réduire la distance de plantation entre deux pieds est un atout dans les potagers où la place est comptée.

Sur pied jusqu'à parfait mûrissement



F. MARÉ/INSTIC

La durée de culture est calculée entre la date de plantation et celle de la récolte. Elle est propre à chaque variété. Ces périodes sont indiquées par les semenciers spécialisés. Les plus petites courges (photo 1) peuvent donc afficher un cycle aussi long que les plus grosses (photo 2). En outre, sur un même pied, tous les fruits ne se forment pas en même temps. Pour que les courges se conservent longtemps, il faut les récolter à pleine maturité, lorsque leur pédoncule n'est plus vert, mais liégeux, dur comme du bois, de couleur marron à gris. Leur chair possède alors une teneur en eau plus réduite. **Attendez donc le plus longtemps possible avant de les récolter**, mais faites-le bien entendu avant les premières gelées.



Y. AVIEL/BLOSPHOTO



L'AVIS DE LA PRO

Lydia Mathis dirige KCB-Samen, le grainetier suisse bien connu des Français passionnés de Cucurbitacées puisque la maison ne propose que cela depuis 30 ans. Toutes les variétés sont testées et évaluées dans les champs de la ferme familiale. Selon leur productivité et leur bon caractère, elles reçoivent une note de A (excellent) à D (pour connaisseurs). "Mais c'est forcément subjectif, car cela dépend des buts de chacun, précise Lydia Mathis. Pour ceux qui n'ont aucune expérience en matière de courges, il faut bien vérifier la compatibilité de la maturité de la variété avec le climat local, certaines nécessitant plus de 95 jours pour mûrir. L'erreur classique est de planter trop tôt : le sol doit être à au moins 18 °C. Il ne faut pas non plus les récolter trop tôt. D'ailleurs, nous travaillons à enrichir la gamme de fruits aux tons pastel, pour lesquels on sent un engouement croissant. Les courges cultivées pour la période de Halloween sont également dans la tendance en Europe. Mais nos variétés phares restent celles de consommation, à commencer par les butternuts 'Tiana', 'JWS' et 'Mieluna', ou les potimarrons 'Kaori Kuri', 'Fictor' et 'Orange Summer', courges de pro plébiscitées par les amateurs."

Semis, lève-toi

En quatre étapes

Munissez-vous de petits pots en terre cuite ou de godets en plastique propres. Bouchez les trous de drainage avec des tessons. **Remplissez-les de terreau spécial semis jusqu'aux bords** (photo 1). Vous pouvez ajouter **une fine couche de paillettes de lin** (photo 2) ou de chanvre, mais ces matières qui retiennent l'humidité peuvent favoriser la fonte des semis. **Enfoncez deux graines de courge** (photo 3) dans chaque pot, à 1 ou 2 cm de profondeur. Orientez la partie pointue de la graine, appelée hile, vers le bas. Les jeunes racines sortent de ce côté, la jeune tige et les cotylédons à l'opposé. Tassez avec les doigts et arrosez par capillarité en versant de l'eau dans la soucoupe qui accueille les pots. **Identifiez la ou les variétés avec des étiquettes** (photo 4). Placez les semis à la lumière, sans soleil direct, à une température comprise entre 20 et 25 °C. Si besoin, posez les pots sur une nappe chauffante ou dans une miniserre. Une levée rapide, de 8 à 15 jours, garantit d'obtenir des plants vigoureux. Vous garderez le plus beau de chaque pot. Endurcissez peu à peu les jeunes courges avant leur plantation pour les habituer aux températures extérieures.



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LE POINT DU JOUR



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LE POINT DU JOUR



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LE POINT DU JOUR



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LE POINT DU JOUR

En place sur couche chaude



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LE POINT DU JOUR

Un semis précoce en place dès le mois d'avril suppose de jardiner en région très douce et de choisir un coin bien exposé ou de monter une couche chaude. Dans ce dernier cas, le semis aura lieu après le "coup de chauffe". Dégagez le paillis pour accélérer le réchauffement du sol et ouvrez un trou.

Placez-y deux ou trois graines en les espaçant et couvrez-les de 2 à 3 cm de terre. Tassez avec les mains et arrosez en douceur. Couvrez d'une vitre ou d'une cloche transparente pour maintenir une température élevée jusqu'à la levée.



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN LE POINT DU JOUR

Brumisation : danger

Pour humidifier les jeunes courges, ne mouillez pas les feuilles, mais juste le substrat et sans excès. **L'eau favorise l'apparition de diverses maladies**, telle la redoutable fonte des semis. Des mesures préventives peuvent l'empêcher, mais quand cette pourriture apparaît, rien ne peut l'arrêter. Les plantules s'affaissent et meurent. La seule solution est de semer à nouveau dans de meilleures conditions.





SHUTTERSTOCK



F. MARRE/ISTOCK/MICROFERME DE LA BOURGONNÈRE

Dispense pour le compost

Utilisez du terreau pour semis – en ouvrant si possible un nouveau sac –, seul ou mélangé à de la perlite pour favoriser le drainage. N'ajoutez pas de compost, même mûr, il peut contenir des germes et véhiculer des maladies. En outre, **les plantules n'ont pas besoin de minéraux** dans un premier temps, elles resteront ainsi plus compactes.

Chacun chez soi

Pour le semis, **préférez l'utilisation de godets** ou de petits pots à une terrine ou une plaque alvéolée. Les racines seront moins dérangées quand vous dépoterez les plants (humidifiés auparavant) à l'étape du repiquage. Semez deux graines par pot. À la levée, conservez le plus beau plant de chaque groupe. Coupez l'autre à sa base au lieu de l'arracher.



É. BREINCKE/ISTOCK/JARDIN DE MONSIEUR DENIZET

Contre les ravageurs

Un grillage à mailles fines (photo) protège les jeunes plants de courges contre d'éventuels ravageurs. Pensez à le surélever ou enlevez-le suffisamment tôt pour qu'il n'emprisonne pas les cotylédons ou les premières feuilles. Contre les limaces, répartissez aussi sur le substrat des granulés de phosphate ferrique.



C. HOCHET/ISTOCK/JARDIN LE POINT DU JOUR



F. MARRE/ISTOCK

BONNE RATION DE LUMIÈRE

Les plantules ont besoin de beaucoup de lumière pour être vigoureuses et prendre un bon départ. Cela n'est pas le cas quand les tiges qui portent les cotylédons mesurent plus de 5 cm de hauteur. Elles ont poussé trop vite, sous une lumière trop faible ou lointaine. On parle d'**étiolement** (photo 1). Mieux vaut semer à nouveau. Placez les godets plus près d'une source de lumière naturelle ou artificielle, adaptée aux plantes. Faites pivoter les pots d'un demi-tour tous les jours pour que les plants restent droits. Lumière vive ne signifie pas soleil direct, car celui-ci va causer **des brûlures sur les jeunes feuilles** (photo 2), qui n'ont pas été encore acclimatées. Trouvez le bon ratio. Des apports d'eau irréguliers provoquent les mêmes symptômes. Arrosez peu, mais souvent, en veillant à ne pas mouiller les plants.

50 JOURS

Temps moyen de maturation à compter de la fécondation d'une fleur femelle.



Des espèces avec un truc en plus

'Kabocha', façon patate

C'est la variété tendance du moment ! Sous sa peau verte, la courge du Japon 'Kabocha' **recèle une chair orangée, très ferme**, faisant davantage penser à la pomme de terre qu'au potimarron. Les fruits pèsent de 2 à 3 kg. Ils se dégustent en soupe veloutée ainsi qu'en dessert et se savorent aussi marinés, ou mijotés à la japonaise, dans une recette dénommée *kabocha no nimono*, un clin d'œil à l'origine de cette courge. Et elle se conserve jusqu'au mois de janvier.



'Tromboncino', recourbée

Appelée aussi 'D'Albenga', la courge musquée 'Tromboncino' ressemble à une longue courgette verte quand elle est jeune, puis se recourbe et sa partie inférieure devient renflée. **Grimpante, elle porte de 4 à 7 fruits par pied**, pesant de 1 à 4 kg, à l'épiderme ocre à maturité. Orange, leur chair sucrée révèle un goût de noisette. Ils se dégustent jusqu'en hiver.

'Sweet Meat', bleu-gris

Les fruits ronds du potiron 'Sweet Meat' pèsent entre 4 et 7 kg. Comptez de 2 à 5 fruits par pied à l'épiderme bleuté, une couleur à la mode. La récolte a lieu environ 100 jours après la plantation. Très ferme, sèche et douce, **la chair orange présente un goût de noisette**. Elle se cuisine aussi bien en plats sucrés (gâteaux, tartes) qu'en mets salés (purées, gratins). De longue conservation, cette courge se déguste jusqu'en janvier.



Métissage



'Butterkin' est un drôle de zèbre, puisqu'il combine la génétique du potiron et de 'Butternut'. **Résultat : une courge de 15 cm de diamètre, donc de petit calibre**. Elle allie le meilleur des deux parents : une chair orange intense, à la saveur plus proche de la classique 'Musquée de Provence', mais plus précoce, plus fine. Une espèce découvrir !



'De Genève', pas frileux

La courge 'De Genève' a la forme d'un potiron à l'épiderme orange vif. **Très adaptée aux régions fraîches**, elle se récolte autour de 110 jours après sa plantation et se conserve pendant trois mois. Son fruit pèse de 2 à 3 kg. Orange vif et au parfum de potimarron, sa chair épaisse convient pour préparer des potages et des purées.



À point pour la conserve

Les courges et autres potirons récoltés immatures se conservent mal et peu de temps. Pour récolter à point, **attendez que le pédoncule du fruit prenne un aspect liégeux**. Vous pouvez même laisser le feuillage sécher sur pied. Ne tenez pas les fruits par la queue et transportez-les en veillant à ne pas les entrechoquer, car ils sont fragiles. Conservez-les dans un endroit sec, aéré, sans qu'ils ne se touchent, à une température de 15 °C environ.



'Seminole' pour becs sucrés

Cette variété de courge musquée apprécie un climat chaud et humide et se récolte tardivement. L'épiderme du fruit est ocre à complète maturité. Très épais, il est le garant d'une très longue conservation, qui s'étale sur presque un an! La chair orange et douce s'utilise en soupe ou en légume, **mais c'est en dessert qu'elle excelle**, car elle très sucrée.



Velours côtelé en déco

Belles et bonnes, les courges à épiderme très épais, verruqueuses ou très côtelées, comme **'Futsu Black' (en photo) s'épluchent difficilement**. La famille des Cucurbitacées est si vaste que vous pouvez passer votre chemin et en adopter d'autres, excellentes et faciles à cuisiner. Curieuses, elles méritent une place en décoration.



La saison est propice pour remplacer les cultures hivernales inondées.

APRÈS LES INONDATIONS, les gestes qui sauvent

Les précipitations successives des premiers mois de l'année ont créé un fort épisode de crues. Après le retrait des eaux, voici quelques conseils pour agir au jardin. ❖ ALAIN DELAVIE

Une grande partie du territoire vient d'être touchée par la montée des eaux et de fortes inondations, notamment en février dernier. L'ouest et le sud-ouest de la France sont les régions les plus éprouvées. Tant que l'eau recouvrait les zones cultivées, il n'y avait malheureusement pas grand-chose à faire dans les jardins inondés, si ce n'est attendre qu'elle se retire. En effet, lorsque le sol est

détrempé, il est préférable de ne pas intervenir pour ne pas détériorer davantage sa structure. Les déplacements sur un terrain encore trop humide doivent se faire en marchant sur des planches pour limiter le plus possible les tassements, en particulier sur les parties cultivées, dont le potager. Même quand l'eau ne recouvre plus le jardin, il faut compter plusieurs semaines avant de reprendre la

moindre activité de jardinage. Après son retrait, il est impératif de laisser le sol ressuyer avant d'intervenir. Les terrains qui sont restés inondés très longtemps ne doivent pas être travaillés avant trois ou quatre mois.

Aérer le sol asphyxié

Plus la terre est "forte", comprenant une proportion importante d'argile qui la rend très collante dès qu'elle est mouillée, plus il faut

permettre à l'air de la pénétrer, au moins sur la profondeur d'une fourche. Utilisez une aérabèche ou fourche-bèche, à trois, quatre ou cinq dents selon les dimensions de votre jardin et votre force, et enfoncez-la à la verticale. Puis poussez et tirez doucement, sans trop fragmenter le sol. Afin d'aérer le terrain, passez ainsi l'aérabèche autour des arbres à l'aplomb de leur ramure. Puis recouvrez les racines qui ont été

“ *Au potager, ne plantez pas dans un sol encore compacté et privilégiez les cultures surélevées.* ”

plus ou moins déterrées par les flots, en ajoutant du terreau et du compost bien décomposé.

Sédiments pollués

Au potager, commencez par retirer les éventuels déchets déposés par la crue ainsi que le limon, car il a pu être charrié par une eau courante ayant circulé sur des terrains pollués (voir encadré ci-dessous). Puis inspectez les planches des légumes d'hiver, plus ou moins recouvertes par l'eau. L'ail et l'échalote sont particulièrement sensibles au moindre excès d'humidité, comme les plantes aromatiques d'origine méditerranéenne (thym, romarin et sauge officinale). Arrachez les végétaux qui ont pourri et récoltez ceux qui ont encore un bel aspect. Vous libérerez ainsi l'espace pour les nouvelles cultures printanières (salades, pois, épinards, etc.) et, dans quelques semaines, pour les espèces potagères qui seront récoltées au cours de l'été (tomates, courges). Sur les planches que vous ne souhaitez pas cultiver dans un avenir proche, semez un engrais vert (phacélie ou moutarde) pour accélérer la régénération du terrain.

Si le sol est bien ressuyé, vous pouvez commencer à semer ou planter des laitues de printemps, du mesclun, des épinards, des poirées et de la roquette. Les choux, notamment les variétés frisées ou

cabus, ainsi que les poireaux, supportent bien l'humidité résiduelle. En revanche, si votre terrain est encore humide, les légumes-racines devront attendre. Les carottes, panais, céleris-raves et pommes de terre risquent de pourrir rapidement. Ils ne poussent bien que dans un sol meuble, drainé et oxygéné. Si vous souhaitez planter des bulbilles d'oignon, de l'ail ou des échalotes, faites-le sur des billons ou installez une butte ou un carré potager avec une couche de terre surélevée, qui sera parfaitement drainée pour ce type de culture.

Pendant la période d'inondations, la structure du sol s'est dégradée. Ensuite, quand la terre s'est bien asséchée, il ne faut pas la laisser à découvert car elle est davantage sensible à l'érosion provoquée par les pluies et



Favorisez le drainage dans les zones qui restent plus longtemps humides.

le vent. Partout où vous ne pouvez ou ne voulez pas semer un engrais vert, épanchez un paillage protecteur.

Tri dans les fleurs

Les plantes bulbeuses à floraison printanière qui ont jauni ou commencé à pourrir doivent être arrachées. Faites de même avec les fleurs bisannuelles qui ont trop souffert de l'excès d'eau. Les

grosses touffes de plantes vivaces devraient repousser grâce à des soins appropriés. Si elles sont encore vigoureuses, enrichissez le sol avec un peu de compost et effectuez une bonne taille. Sinon dé plantez-les pour les remettre en culture dans un endroit plus au sec ou en pot en attendant leur retour dans les massifs ou les bordures dans quelque temps.

Témoignage d'un pépiniériste



Jean-Michel Groult, pépiniériste du Tarn-et-Garonne, nous raconte : “Le problème posé par l'inondation n'est pas la submersion, mais le courant, qui abîme les écorces, chamboule les plantes et décape les couches superficielles du sol. La rivière laisse un épais dépôt de limon qui s'infiltré partout. Cette matière fertile est un amendement, sauf au potager, à cause du risque de pollution, car les flots peuvent charrier des hydrocarbures, voire des métaux lourds et autres polluants. Sur les feuilles, ce limon sera lessivé par les pluies. C'est « moche » pendant quelque temps, mais la plupart des plantes apprécient ce coup de pouce.”



**ALICE
GONDONNEAU**

Cheffe de rubrique maison

SURPRISE EN BOUCHE

La polenta apporte aux plats une texture agréable, surtout lorsqu'elle est associée à des ingrédients au caractère affirmé, comme la fourme d'Ambert ou le citron ! Quant au radis rond, on le connaît cru, mais cuit, il révèle une saveur fondante. En dessert, osez la puissance aromatique unique du kirsch d'Alsace dans des préparations revisitées. Il apporte une finale qui redonne du pep's à la fin du repas.

POLENTA, le maïs au top

Alternative aux farines avec gluten, la saveur douce et généreuse de cette semoule séduit. Conciliant gourmandise et facilité de préparation, elle permet de nombreuses recettes salées ou sucrées.



PHOTOS CI-DESSOUS ET CI-CONTRE : SHUTTERSTOCK - PHOTO ALICE : F. MARRE/RUSTICA

Jaune ou blanche en fonction du maïs utilisé, semé en avril et récolté en septembre, la polenta se décline en diverses granulométries. "Elle est fabriquée à partir de maïs dont les grains sont sélectionnés pour leurs qualités gustatives et leur capacité à produire une semoule bien jaune. Celle-ci est calibrée, par tamisage, en

différentes tailles de grains : fins, moyens ou gros. La fine est idéale pour réaliser une purée lisse et onctueuse. La plus utilisée est celle à grains moyens : elle permet d'innover avec des plats ultragourmands comme des frites de polenta, de la pâte à pizza ou à crumble", détaille Elsa Deshiere, cheffe de groupe chez Alpina Savoie.

Et aussi...

Radis rond

Ce légume-racine, de variété 'National' ou 'Écarlate', se reconnaît à sa forme sphérique (ø 2 à 3 cm), sa peau rouge vif et sa chair blanche croquante, légèrement piquante. Il est faible en calories, riche en fibres et en vitamine C.



Kirsch d'Alsace AOP

Cette eau-de-vie est élaborée à partir de cerises (surtout griottes) entières et fraîches. Après fermentation, elle est distillée, puis maturée au moins 6 mois. Dotée d'une AOP depuis 2015, sa production se limite aux départements du Bas-Rhin et du Haut-Rhin.





Gâteau au citron et à la polenta

Pour 6 personnes

Préparation : 25 min

Cuisson : 1 h • Repos : 20 min

- 150 g de polenta fine
- 150 g de poudre d'amandes
- 180 g de sucre semoule
- 3 œufs • 200 g de chocolat blanc
- 2 cuill. à s. de sirop de fleur de sureau • 180 g de beurre • 2 citrons
- 12 cl de crème liquide entière
- 1 cuill. à c. de levure chimique • sel

• **Préchauffez** votre four à 170 °C (th. 5-6). Beurrez et farinez un moule. Zestez les citrons, puis pressez-les. • **Fouettez** le beurre avec le sucre dans un grand saladier. • **Ajoutez** les œufs un par un, en mélangeant bien entre chaque ajout. Incorporez les zestes des citrons, puis leur jus. • **Mélangez**, dans un autre récipient, la polenta, la poudre d'amandes, la levure chimique et une pincée de sel. Ajoutez peu à peu ce mélange à l'appareil, sans trop travailler la pâte. • **Versez-la** dans le moule et lissez la surface. Mettez au four pour 40 min. Laissez tiédir le gâteau, puis démoulez-le sur une grille. • **Chauffez** la crème liquide jusqu'à frémissement, ajoutez le chocolat blanc haché et remuez pour obtenir une ganache lisse. • **Versez** le sirop de fleur de sureau et mélangez. Laissez épaissir à température ambiante durant 20 min. • **Nappez** le gâteau de ce glaçage, laissez-le prendre avant de le décorer de rondelles de citron.



Remplacez le sirop de sureau par des sirops doux tels ceux à base de poire, de litchi ou de pêche blanche. Le miel d'acacia ou le sirop d'agave se révèlent également très bien.

Cromesquis de polenta au gruyère

Pour 6 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 15 min env.

- 150 g de polenta précuite
- 50 cl de lait • 1 jaune d'œuf
- 60 g de tomates confites
- 60 g de gruyère de France IGP
- 20 g de beurre
- 100 g de chapelure
- huile de friture
- sel • poivre

• **Portez** le lait à frémissement dans une grande casserole sur feu moyen. Incorporez, en fouettant, la polenta en pluie fine. Baissez le feu et laissez mijoter 3 min en remuant, jusqu'à obtenir une consistance onctueuse. • **Taillez** les tomates confites en brunoise, râpez le gruyère et amalgamez délicatement ces deux ingrédients à la polenta, avec des morceaux de beurre. • **Rectifiez** l'assaisonnement, homogénéisez, puis versez la pâte

dans un plat à gratin. Recouvrez d'un film alimentaire au contact et laissez refroidir à température ambiante. • **Façonnez** des petites sphères de 2 cm de diamètre, puis enrobez-les de jaune d'œuf battu et de chapelure. • **Plongez-les** dans l'huile de friture, à 180 °C, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant et servez-les sur une pique en bois.



Radis rôtis aux herbes fraîches

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min

Cuisson : 25 min

- 500 g de radis ronds
- 1 échalote • 1/2 citron
- 40 g de beurre • huile d'olive
- 1 brin de cerfeuil
- 1 brin d'estragon
- 15 brins de ciboulette
- fleur de sel • poivre du moulin

• **Lavez** et parez les radis en leur conservant un léger collet, puis séchez-les. Pelez et hachez finement l'échalote. Préchauffez votre four à 190 °C (th. 6-7). • **Coupez** les radis en deux et disposez-les, avec l'échalote, dans un plat allant au four. Assaisonnez de fleur de sel et de poivre, arrosez d'un filet huile d'olive et de 2 cuill. à s. d'eau. Mélangez pour obtenir un enrobage homogène. • **Enfournez** 25 min, en arrosant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les radis soient fondants à cœur et légèrement caramélisés. • **Réalisez** un beurre noisette en faisant fondre le beurre à feu moyen, dans une casserole, jusqu'à obtenir une couleur ambrée. • **Pressez** le citron et ajoutez le jus dans le plat, hors du feu. • **Nappez** les radis du beurre noisette chaud. Ciselez les herbes fraîches et parsemez-les sur le plat, puis ajustez l'assaisonnement. • **Servez** sans attendre, en accompagnement ou en garniture.



Verrines de polenta aux carottes

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 20 min

- 125 g de polenta express
- Alpina Savoie • 5 carottes
- 100 g de poitrine salée
- 30 cl de crème fraîche épaisse
- 20 g de beurre
- 1 cuill. à c. de coriandre moulue
- 1 brin de coriandre fraîche
- sel • poivre du moulin

• **Épluchez** les carottes et taillez-les en fines rondelles régulières. Blanchissez-les durant 20 min dans l'eau frémissante. • **Réduisez-les** en purée au mixeur avec 20 cl de crème fraîche, puis salez et poivrez. • **Portez** 60 cl d'eau à ébullition, dans une autre casserole, avec 2 pincées de sel. • **Ajoutez** la polenta en pluie fine, tout en fouettant. Laissez cuire 7 min à feu doux, en remuant constamment, puis incorporez le beurre en parcelles et la coriandre moulue.

- **Détaillez** la poitrine en fines allumettes et faites-les dorer à feu moyen, dans une poêle, jusqu'à caramélisation légère. • **Montez** les verrines en superposant une couche de polenta crémeuse et une couche de purée de carottes veloutée.
- **Surmontez-les** d'une noisette de crème fraîche, d'un peu de lardons et d'une feuille de coriandre.



A. JEANNETTE/ALPINA SAVOIE/SP

Gratin de polenta aux poireaux et à la fourme d'Ambert

Pour 5 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 50 min env.

- 250 g de polenta
- 250 g de fourme d'Ambert AOP
- 4 poireaux
- 2 cuill. à s. d'huile d'olive
- 50 cl de lait • 10 g de beurre
- sel • poivre

- **Fendez** les poireaux dans la longueur, puis taillez-les en tronçons réguliers. Lavez-les et égouttez-les.
- **Chauffez** l'huile d'olive dans une sauteuse et faites-y suer les poireaux. Couvrez et laissez compoter à feu doux jusqu'à obtenir une texture fondante. Terminez la cuisson à découvert, salez et poivrez. Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6).
- **Portez** à ébullition 50 cl d'eau et le lait dans une casserole. • **Ajoutez** une pincée de sel et la polenta en pluie fine, tout en mélangeant. Laissez épaissir 2 à 3 min sur feu doux. • **Versez** la moitié de la polenta dans un plat à gratin préalablement huilé. Disposez-y les poireaux, ajoutez de fines tranches de fourme d'Ambert et recouvrez du reste de polenta. • **Lissez** la surface, parsemez de noisettes de beurre et enfournez pour 45 min, jusqu'à ce que le dessus soit doré et légèrement gratiné. • **Laissez tiédir** le gratin avant de servir.



E. MASCLA/AOP FOURME D'AMBERT/SP



SHUTTERSTOCK

Trifles au kirsch d'Alsace

Pour 6 personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 20 min • Réfrigération : 2 h

- 5 à 8 cl de kirsch d'Alsace
- 200 g de cerises au sirop
- 220 g de chocolat noir
- 40 cl de crème fraîche entière
- 40 g de sucre glace
- 120 g de beurre • 2 œufs
- 120 g de sucre semoule
- 80 g de farine • sel

- **Égouttez** les cerises, réservez-en une dizaine pour la décoration, puis coupez le reste en deux. • **Placez-les** dans un bol, arrosez-les de kirsch et laissez-les macérer. Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6). • **Faites fondre** 200 g de chocolat avec le beurre au bain-marie. Ajoutez, hors du feu, le sucre semoule et les œufs un à un, en mélangeant. Incorporez la farine tamisée et une pincée de sel.
- **Coulez** l'appareil dans un moule chemisé et enfournez pour 20 min. Laissez refroidir le brownie et détaillez-le en disques de même taille que les verrines. • **Montez** la crème fraîche très froide avec le sucre glace. Déposez un disque de brownie au fond de chaque verrine, ajoutez une couche de crème fouettée, des cerises macérées, puis une nouvelle couche de crème fouettée. Placez au réfrigérateur pendant 2 h. • **Parsemez** de copeaux de chocolat noir et de cerises réservées.



Pour un goût plus prononcé, faites macérer vos cerises une semaine avant de réaliser vos trifles ou, pour l'an prochain, préparez vos bocaux, sitôt la récolte des cerises terminée.



LU POUR VOUS

Plongez au cœur de la plus grande île méditerranéenne avec ce livre garni de soleil et d'authentiques recettes siciliennes. L'autrice y partage ses plats familiaux, enrichis de souvenirs et de traditions, comme le couscous au poisson, ou des goûters avec une brioche à la crème et au jasmin. Sicilienne de naissance et épicière en France pendant plus de 40 ans, elle transmet ici, avec générosité, sa passion et son savoir-faire culinaire. **Sicile, de Enza Genovese, Mango éditions, 192 p., 27,95 €.**



L'actu gourmande

COUPE DU MONDE DES TRAITEURS

Les 2 et 3 février derniers, à Paris (75), s'est tenue la sélection France 2026 pour la 10^e édition de l'International Catering Cup (ICC). Geoffrey Gane-Hache, Lauriane Doll et Christopher Hache (photo) représenteront la France après avoir relevé les défis techniques et créatifs : duo de la mer, filet mignon façon Wellington et pavlova aux fruits exotiques. Cette compétition valorise la rigueur, l'innovation et le savoir-faire des traiteurs et charcutiers.

C'est nouveau !

ŒUF SURPRISE

Les amateurs de chocolat intense vont se régaler. Cet œuf au chocolat noir 70 % dissimule en son cœur des noix de cajou enrobées de chocolat noir 65 % et saupoudrées de cacao. **Dengo. Œuf 70 % et noix de cajou, 126 g, 20 € env.**



INFUSION GOURMANDE

Cette boisson chaude et réconfortante marie le cacao, le curcuma, la cannelle, le gingembre et la réglisse. Bio, naturelle et gourmande, elle est idéale pour une pause saine et savoureuse. **Provence d'antan. Curcuma chocolat, 16 sachets, 4 € env.**



ASSORTIMENT FESTIF

Ce coffret généreux comprend quatre madeleines chocolat-noisettes, quatre financiers marbrés et quatre cakes à la pâte à tartiner, fabriqués en Normandie avec des ingrédients locaux et naturels. **Biscuiterie Jeannette. Boîte de 300 g, 12 sachets, 10 € env.**



LAPIN DE PÂQUES

Ce joli dessert glacé, gourmand et fondant, combine chocolat au lait, caramel au sel de Guérande, noisettes caramélisées, crumble cacao-noisette, ganache au chocolat et coque en chocolat. **Maison Thiriet. Lapin glacé de 780 g, 8 parts, 23 € env.**



Ma sélection pour accompagner vos plats

ANTOINE, NOTRE SOMMELIER

membre du comité de dégustation Avenue des vins

En partenariat avec

Avenue des vins



Domaine Cheysson, Chiroubles tradition 2024, AOC chiroubles, Beaujolais

Ce vin se distingue par sa robe rubis intense. Son nez est complexe, riche en fruits et d'une grande finesse aromatique. En bouche, il est puissant, très vineux et soyeux. La finale est longue, élégante et harmonieuse.

Accords : il accompagne les volailles rôties, les charcuteries, les fromages affinés et des crèmes de polenta. Mariez ce vin à des gratins, des légumes (radis rôtis aux herbes), des plats du terroir, pour un bel équilibre gourmand et élégant. Cépage : 100 % Gamay. **Prix : 12 € env.**



Domaine Fourrey, Le Vin d'Émile 2023, AOC chablis, Bourgogne

Ample et solaire, ce blanc révèle des arômes d'abricot mûr, de pêche blanche et de chèvrefeuille, soulignés par une minéralité fine. La bouche s'ouvre sur une attaque franche et expressive, dévoilant sa rondeur. La finale est longue et élégante, alliant fruit et minéralité.

Accords : buvez ce chablis avec des poissons, crustacés, viandes blanches, fromages ou des gratins de polenta à la saveur délicate et raffinée. Cépage : 100 % Chardonnay. **Prix : 20 € env.**



LUTTE SALÉE ANTI-SINUSITE

Des chercheurs anglais ont étudié le lavage de nez à l'eau salée en cas de sinusite (*BJGP Open*, octobre 2025). Ils ont testé la recette suivante : dans un dispositif de lavage nasal (photo), laissez fondre 1/2 cuill. à café de bicarbonate de soude de qualité alimentaire et 1 cuill. à café de sel fin dans 500 ml d'eau du robinet tiède. L'irrigation nasale, pratiquée au moins une fois par jour ou plus souvent, est une alternative efficace aux antibiotiques.

GOMMAGE CITRON ET SUCRE

Facile à réaliser et sensoriel, ce gommage réveille instantanément la peau. Mélangez 2 cuill. à soupe de sucre de canne, 1 cuill. à soupe d'huile végétale (olive ou coco) et 1/2 cuill. à café de jus de citron frais. Appliquez une noisette sur le corps, puis massez délicatement sur peau humide par mouvements circulaires. Rincez. Le sucre exfolie en douceur, le citron illumine le teint et l'huile végétale nourrit. Ce soin fait maison convient également aux peaux sensibles.

ANXIEUX DE NATURE face à la crise climatique

Une association de médecins donne des conseils face à deux troubles liés à l'environnement : l'écoanxiété et le déficit de nature.



*Planter un arbre
est un geste apaisant.*

Face au changement climatique, surgissent peur, tristesse et parfois un profond sentiment d'impuissance. Ce phénomène, souvent désigné sous le

terme "d'écoanxiété", s'ajoute à un autre trouble plus discret : le manque de contact avec le vivant. Ce "déficit de nature" est aujourd'hui associé, dans de nombreuses

études, à des difficultés émotionnelles, cognitives et physiques. Ces problématiques émergentes ont conduit les médecins de l'Association santé environnement France (Asef) à publier le guide *Santé mentale et environnement*, à télécharger gratuitement sur le site www.asef-asso.fr

Passer à l'action

Il propose de rejoindre une association pour transformer ses inquiétudes en engagement concret. Adopter des comportements pro-environnementaux dans son quotidien renforce le sentiment d'efficacité et de cohérence. L'Asef milite aussi pour des solutions collectives, comme l'explique le Dr Haesebaert, psychiatre : "Dans certains pays, cela a pu prendre la forme de « prescription de nature », pouvant s'intégrer dans un cadre soit curatif soit préventif." Et de citer la marche en forêt, le jardinage ou les soins aux animaux.

Pas d'impasse sur les protéines

Les Français consomment-ils assez de protéines ? Selon un sondage mené par l'institut OpinionWay en 2025, 81 % d'entre eux estiment qu'elles sont essentielles pour la santé. Pourtant, 54 % des médecins ont observé une augmentation des cas de carences en protéines ces dernières années, surtout chez les personnes âgées et celles en situation précaire. Les signes sont les suivants : perte de masse musculaire, fatigue chronique ou encore retard de cicatrisation. Les recommandations médicales se tournent en priorité vers une diversification des sources de protéines (animales et végétales).



BricoThèmes

Tous vos projets de A à Z

OUTILLAGE
5 scarificateurs
électriques
AU BANC
D'ESSAI



54 PAGES DE PAS-À-PAS

Imaginer ■ Concevoir ■ Fabriquer

AMÉNAGER SON JARDIN

■ Carré potager surélevé ■ Jardinières en béton et en pierre ■ Armoire de jardin ■ Poulailleur ■ Table et bancs de jardin ■ Niche en bois ■ Chalet en forme de pagode ■ Une serre pour moins de 300 €

Construire un escalier



Règles, normes
et conseils pour
le faire soi-même

Rustica S.A.

CPPAP

L 19365 - 64 - F: 7,90 € - RD



**En vente dans votre rayon presse
et sur <https://abo.systemed.fr>**



Ou **scannez** ce QR code

**124
PAGES
DE CONSEILS**



Grenoble, dans l'Isère,
est classé zone
lumineuse élevée.

LA POLLUTION LUMINEUSE nuit gravement à la faune nocturne

La lumière artificielle fragmente les habitats et affaiblit la petite faune.

Pourtant des solutions existent pour repeupler l'obscurité de nos jardins. ❖ JEROME VERROUST

La nuit disparaît-elle sans bruit ? Chaque année, l'éclairage artificiel gagne du terrain et transforme l'obscurité en crépuscule. Les synthèses scientifiques publiées entre 2022 et 2025 décrivent désormais l'éclairage artificiel nocturne (*Alan, pour artificial light at night*) comme un moteur majeur d'érosion de la biodiversité, au même rang que le bruit, l'artificialisation des sols ou certains polluants chimiques. En 2023, selon un indicateur national fondé sur des

données satellitaires et de modélisation, environ 72 % de la France continentale était exposée à un niveau élevé de pollution lumineuse au milieu de la nuit. Avec des effets sur tous les groupes : désorientation des papillons, collisions d'oiseaux migrateurs, retard de floraison, perturbation des amphibiens, modification des déplacements de petits mammifères. À l'échelle des milieux, la lumière agit comme une barrière. Certaines espèces n'osent plus traverser les zones

éclairées, fragmentant les continuités écologiques.

Les insectes figurent parmi les plus touchés. Attirés par les lampes, ils deviennent des proies faciles ou meurent d'épuisement. Or ils nourrissent oiseaux, hérissons et chauves-souris. Les leds, riches en lumière bleue, très répandues dans les aménagements extérieurs récents, aggravent ce phénomène, leur spectre étant particulièrement perturbant pour de nombreux insectes. Les chercheurs font désormais le lien entre l'Alan et le déclin

massif des populations d'insectes observé en Europe, aux côtés des pesticides et de la perte d'habitats.

Leds sans contrôle

On accuse souvent l'éclairage public. *“Pourtant, la part de l'éclairage privé pèse lourd, selon Agnès Biau, chargée de projet “biodiversité-sobriété lumineuse” à France nature environnement Auvergne-Rhône-Alpes. Les jardins, parkings commerciaux, enseignes, façades, terrains de sport sont autant de sources dispersées, mal inventoriées, multipliées*

CI-CONTRE : SHUTTERSTOCK - MÉDAILLOU, F. DESCHAMOU, & P. SABINE/BIOSPHOTO



Exposées aux balisages lumineux des jardins, les grenouilles réduisent souvent leur activité nocturne.



par la baisse du coût des leds. Contrairement aux lampadaires municipaux, ces installations échappent souvent à une réflexion globale."

Beaucoup ignorent ainsi que l'arrêté français de 2018, relatif à la prévention, à la réduction et à la limitation des nuisances lumineuses, s'applique aussi aux particuliers. Pour l'éclairage domestique de sécurité, trois principes dominent : lumière chaude inférieure à 3 000 K, flux dirigé vers le sol et puissance adaptée à la surface. Ces règles visent à sécuriser les déplacements tout en limitant le halo lumineux visible à des kilomètres. "Mais les erreurs restent fréquentes. Projecteurs inclinés vers le haut, terrasses illuminées toute la nuit, résidences neuves au suréquipement lumineux : certaines installations dépassent quatre à dix fois les niveaux nécessaires", selon Agnès Biau. L'effet sur la biodiversité est immédiat et sans gain réel pour la sécurité des habitants. Autre difficulté, les rayons de magasins proposent majoritairement des luminaires de 4 000 à 6 000 K, adaptés aux parkings, mais agressifs pour la faune. Les usages sont mal indiqués sur

les emballages. Quant à la mise en lumière décorative des arbres ou des murs, elle reste peu encadrée.

Halo si c'est utile

Alors, que faire dans son jardin ? Première règle, éclairer seulement quand c'est utile grâce à des détecteurs de présence ou à l'allumage manuel. Même les lampes solaires doivent être couplées à une détection, sinon elles diffusent toute la nuit une clarté superflue. Deuxième conseil, limiter les balisages décoratifs. Les petits plots fichés dans les pelouses concurrencent les signaux de la femelle du ver luisant et perturbent la faune nocturne. Mieux vaut les réserver aux passages utilisés et conserver des zones d'obscurité complète. Enfin, il faut choisir des luminaires fermés, orientés vers le sol, équipés d'ampoules de lumière très chaude. Un bon abat-jour réduit la dispersion lumineuse et protège ainsi insectes et chauves-souris. Des discussions s'ouvrent entre associations, chercheurs, fabricants et distributeurs pour améliorer l'étiquetage et proposer davantage de produits compatibles avec la réglementation.

CITOYENS, COMPTEZ LES ÉTOILES

Face à l'effacement progressif de la nuit, des programmes invitent habitants et collectivités à mesurer et réduire la pollution lumineuse. Villes et Villages étoilés, portés par l'Association nationale pour la protection du ciel et de l'environnement nocturnes (ANPCEN) ainsi que l'Office français de la biodiversité (OFB), aident les communes qui diminuent l'éclairage public. Chaque automne, Le Jour de la nuit, événement de sensibilisation à la pollution lumineuse, propose des extinctions symboliques, des balades et des observations pour renouer avec la faune nocturne. Quant au collectif Les Veilleurs de nuit, ils encouragent chacun à repérer et signaler les éclairages inutiles et à agir localement. À l'échelle mondiale, Globe at Night invite les habitants à compter les étoiles visibles afin de suivre l'évolution du halo lumineux. Enfin, Vigie-Nature rassemble divers observatoires permettant d'étudier les effets de la lumière artificielle sur la biodiversité nocturne. Les jardiniers et naturalistes amateurs documentent ainsi la vie des insectes, oiseaux et chauves-souris patrouillant près des habitations, des travaux qui orienteront diverses actions de conservation.



Femelle du ver luisant.

STRELMINDER/BIOSPHOTO - CI-DESSUS : P. TURPIN/PHOTONSTOP



Le hérisson a besoin d'obscurité pour chasser et se déplacer.

C. RUSSO/BIOSPHOTO



SHUTTERSTOCK

DU SIROP POUR LES REINES

Au printemps, le piégeage des reines de frelon asiatique est soumis à une condition : n'intervenir que si le territoire connaît déjà une forte pression, avec des nids déjà détruits ou des ruchers touchés. L'action doit s'inscrire dans une stratégie locale coordonnée, impliquant communes, référents frelons et dispositifs de signalement pour une destruction rapide des nids actifs. Les pièges doivent être appâtés avec un mélange sucré léger constitué de jus de fruits dilué ou d'un tiers de vin blanc, un tiers de sirop de fruits rouges et un tiers de bière brune, en écartant le miel pur pour ne pas attirer les abeilles. Placez deux ou trois leurres par jardin près des haies, arbres fruitiers ou zones fleuries, à l'ombre et à l'abri du vent. L'entretien demeure crucial : videz le dispositif tous les 20 jours, renouvelez l'appât en ôtant les reines et arrêtez mi-mai pour limiter les captures de pollinisateurs. La sécurité passe par le port de gants et lunettes, l'élimination du contenu dans un sac fermé ou l'incinération. Pour les jardiniers et paysagistes, des formations spécialisées (Istav, Fredon, Apinov) intègrent la gestion des nids.

FRELON ASIATIQUE, piéger moins, mais mieux

Face au redoutable prédateur, protégez abeilles et jardins en privilégiant un piégeage sélectif, local et mieux encadré.

Au sortir de l'hiver, quand les saules et les arbres fruitiers bourgeonnent, les reines du frelon asiatique reprennent leur quête de sucre et de fibres pour fonder leur nid. Partout, la tentation pour les jardiniers et apiculteurs demeure de placer des pièges dans chaque arbre. Pourtant, des études européennes récentes montrent qu'un piégeage massif au printemps change peu le nombre de colonies, en capturant quantité d'insectes utiles. Les chercheurs appellent désormais à piéger moins, mais mieux.

Le bon tempo

L'idée progresse : cibler les secteurs déjà envahis, protéger ruchers et lieux sensibles, suivre les captures et retirer les dispositifs quand la fréquence de captures baisse. Des essais menés en Espagne et des programmes en cours en Belgique confirment l'importance de pièges plus sélectifs (voir ci-dessous) et d'actions

Vespa velutina mesure jusqu'à 3,5 cm de longueur. Ici, il attaque une abeille.



B. CAVIGNAUX/BIOSPHERE

coordonnées entre riverains et apiculteurs. La destruction rapide des nids découverts est également décisive. Pour les jardiniers, quelques réflexes restent d'actualité :

poser peu de pièges et uniquement lors des redoux durables, les contrôler souvent, puis les ôter tôt afin de prévenir des dégâts inutiles sur la petite faune.

Captures ciblées

Existe-t-il un leurre idéal pour capturer les reines du frelon asiatique ? Les études européennes récentes rappellent qu'aucun dispositif n'est parfaitement sélectif. Les pièges sucrés bricolés dans une bouteille retiennent plus de 90 % d'espèces non visées (mouches, papillons et guêpes) ! Un verger ou un jardin peut-il se payer le luxe de perdre chaque printemps des milliers d'auxiliaires pour espérer intercepter quelques reines du prédateur ? Des pièges à

frelon comme Good4bees (photo en haut à gauche), VespaCatch Select ou le piège coréen à ailes améliorent le tri, sans l'assurer totalement. La taille des trous d'entrée permet à une partie de la petite faune de ressortir. Le piégeage peut être arrêté quand il devient inutile. Ces dispositifs ne sont pas parfaits, mais réduisent les dégâts sur les pollinisateurs et les auxiliaires. Employez-les seulement dans les zones vraiment exposées et pour une durée limitée au printemps.

365 ASTUCES

Pour vous étonner chaque jour !



12,90€
SEULEMENT



Nature & jardin



Loisirs & jeux



Patrimoine



Cuisine



Maison
& vie pratique



BON DE COMMANDE

Complétez le bulletin ci-dessous et retournez-le accompagné de votre règlement dans une enveloppe SANS L'AFFRANCHIR à :

Rustica - Libre réponse 23102 - 60647 Chantilly Cedex

OU



0 806 000 465

Service gratuit
+ prix appel

indiquez le code **PRUAL2936T**



Par internet sur **abo.rustica.fr/PRUAL2936**

☐ **OUI, JE COMMANDE 1 exemplaire de l'ALMANACH RUSTICA 2026 au prix de**

12,90€

(+4 € de frais de port) = **16,90 €**

PRUAL2936

JE CHOISIS MON MODE DE PAIEMENT :

- Chèque bancaire à l'ordre de **Rustica**
- Carte bancaire ou PayPal sur le site internet **abo.rustica.fr/PRUAL2936**

Mes coordonnées : M ☐ Mme ☐

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe : Mobile :

E - mail :

☐ **Oui, Je souhaite recevoir les newsletters du site Rustica.fr et les meilleures offres du moment.**

☐ **Oui, Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans des partenaires de Rustica.**

OU SCANNEZ ce QR code

Pour commander votre Almanach Rustica 2026 Scannez ce QR Code





JÉRÔME
VERROUST

Chef de service
Actualités, Animaux...

Des aqueducs
romains aux chais de Grande
Champagne, jusqu'aux pierres
habitées de Fontdouce,
trois escales charentaises
narrent 2 000 ans de terroir.



F. MARRÉ/RUSTICA



À Fontcouverte,
au pont des
Arcs, cinq arches
subsistent (1^{er} s.).

TTW PRODUCTION/OT DE SAINTES ET DE LA SAINTONGE/SP

LA SAINTONGE aux sources gallo-romaines

*La maison des Aqueducs, en Charente-Maritime, révèle comment
la Rome antique alimentait en eau la ville de Saintes.*



Écomusée du Cognac.

OT DE SAINTES ET DE LA SAINTONGE/SP

UN MUSÉE AU FIL DU DISTILLAT

Au cœur du vignoble de Grande Champagne, le domaine de la famille Tesseron, à Migron (17), vit depuis 1850 au rythme du cognac et du pineau des Charentes. Chaque printemps, l'écomusée du Cognac présente l'histoire des propriétaires vigneron, entraînant les visiteurs dans 2 000 ans de savoir-faire. Sur trois écrans, un spectacle audiovisuel raconte l'art de la vigne et de la distillation. Le parcours se poursuit dans les ateliers olfactifs, révélant tous les gestes qui font le cognac. La visite s'achève par une dégustation des produits du domaine et peut se prolonger en séjournant dans les chambres d'hôtes du xix^e s.

Sous les prairies de la Saintonge, en Charente-Maritime, court encore l'eau des Romains : à Vénérand, la maison des Aqueducs ouvre, cette semaine, dans un ancien moulin du xviii^e siècle restauré. Le site propose un voyage dans le temps à la découverte des systèmes d'adduction d'eau mis en place, il y a près de deux mille ans, pour alimenter la cité

antique de *Mediolanum Santonum*, aujourd'hui Saintes. Porté par la ville, le projet valorise les vestiges des deux aqueducs gallo-romains de Fontcouverte et Vénérand-Douhet.

Visite immersive

Maquettes, films et dispositifs expliquent la construction des deux ouvrages cumulant 17 km de longueur, depuis la captation des

sources jusqu'aux galeries et ponts. Le parcours met aussi en lumière la carrière de pierres de Crazannes et la place essentielle de l'eau dans la vie quotidienne antique. La visite mène ensuite au pont des Arcs, à Fontcouverte, et à la galerie voûtée de la source de Grand-Font, au Douhet. Des circuits de 3 à 30 km permettent d'explorer à pied ou à vélo ce paysage hydraulique antique.

Sous nos yeux abbaye



Fontdouce.

OT DE SAINTES ET DE LA SAINTONGE/SP

À Saint-Bris-des-Bois (17), l'abbaye de Fontdouce, abandonnée à la Révolution, appartient aujourd'hui à la famille Boutinet. Depuis plus de 55 ans, les propriétaires ont mené fouilles et restaurations, redonnant vie aux chapelles romanes et gothiques, au parloir et à la salle capitulaire. Sa réouverture à la visite dès le 5 avril permet de découvrir l'histoire et l'architecture du site. Dans le parc de loisirs, un large éventail d'activités attend petits et grands : accrobranche, escape games, jeux de piste, rallyes interactifs, trottinettes tout-terrain...

Abonnez-vous à Rustica + Rustica PRATIQUE



Recevez le **magazine n° 1**
du jardinage au naturel et
son compagnon jardin, cuisine,
maison, nature et bien-être.

9,10 € par mois
au lieu de 16,58 €* en kiosque

45% de réduction

Recevez chaque semaine Rustica



PAPIER

+



NUMÉRIQUE

+



CARNETS
THÉMATIQUES

+ chaque trimestre Rustica Pratique



PAPIER

+



NUMÉRIQUE

BULLETIN D'ABONNEMENT

Complétez le bulletin ci-dessous et retournez-le accompagné
de votre règlement dans une enveloppe SANS L'AFFRANCHIR à :

Rustica - Libre réponse 23102 - 60647 Chantilly Cedex

+ SIMPLE + RAPIDE

Par internet sur **abo.rustica.fr/ABORU2936**



0 806 000 465

Service gratuit
* prix appel

indiquez le code **PRU2936T**

Oui, je m'abonne à Rustica + Rustica Pratique

☐ **OFFRE SANS ENGAGEMENT - 9,10 € / MOIS**
au lieu de 16,58 €* en kiosque soit **45% de réduction**.
Je recevrai Rustica chaque semaine + 1 carnet
par mois et Rustica Pratique chaque trimestre
en versions papier et numérique.

● Je m'abonne sur **abo.rustica.fr/ABORU2936**

☐ **OFFRE 1 AN - 99,60 €**
au lieu de 199 €* en kiosque, soit près de **50% de réduction**. Je recevrai Rustica pendant 1 an (48 numéros
dont 4 doubles + 14 carnets thématiques) et Rustica
Pratique (4 numéros) en versions papier et numérique.

Mon abonnement annuel sera renouvelé à date anniversaire.

● Je règle par **chèque bancaire** à l'ordre de Rustica
● Ou par **carte bancaire / PayPal** sur le site internet
abo.rustica.fr/ABORU2936
(4x sans frais possible avec **PayPal**)

Mes coordonnées : M ☐ Mme ☐

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe : Mobile :

E - mail :

☐ **Oui, Je souhaite recevoir les newsletters du site Rustica.fr et les meilleures offres du moment.**

☐ **Oui, Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans des partenaires de Rustica**

**VOS AVANTAGES
ABONNÉS**



Version
numérique incluse



Accès illimité aux
anciens numéros
numériques sur 3 ans
pour Rustica



Frais de port
offerts en France
métropolitaine



Gestion de votre
abonnement en ligne
à tout moment

Offre valable jusqu'au 30/09/2026 pour les nouveaux abonnés en France métropolitaine. *16,58x12=199€ = prix de vente au numéro = prix de vente en kiosque pour 1 an de Rustica (175,40€) + Rustica Pratique (23,60€). Abonnement annuel automatiquement reconduit à date anniversaire. Vous pouvez ne pas reconduire l'abonnement à chaque échéance contractuelle anniversaire. Pour ce faire, RUSTICA vous informera par écrit dans un délai de 3 à 1 mois avant chaque échéance contractuelle de la possibilité de résilier votre abonnement à la date indiquée, avec un préavis déterminé par RUSTICA avant la date de renouvellement tacite de l'abonnement. A défaut, l'abonnement à durée déterminée sera renouvelé tacitement pour une durée identique à celle de l'abonnement souscrit. Le prix des abonnements est susceptible d'augmenter à date anniversaire. Vous en serez bien sûr informé préalablement par écrit et aurez la possibilité de résilier l'abonnement en cas de désaccord. Conformément aux dispositions légales et réglementaires en matière de données personnelles, les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par RUSTICA pour la mise en place et le suivi de l'abonnement souscrit ainsi que pour l'envoi des courriers ou emails de réabonnement. Elles sont destinées à être utilisées par RUSTICA et les prestataires techniques de RUSTICA afin de permettre la bonne réception du magazine et d'assurer le service client. Ces données peuvent être transmises à des tiers pour de la prospection commerciale par voie postale. Vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en adressant un courrier à RUSTICA - Service Abonnements - B200 - 60 643 Chantilly cedex. L'ensemble des informations relatives au traitement des données personnelles que nous effectuons se trouve dans notre Charte pour la Protection des Données Personnelles accessible sur le site www.rustica.fr/charteppd

PRU2936

PRU2936P

PRU2936T

La floraison de ces
bulbes parfumés
est précoce.



**LISA ET
ALEXANDRE
BRUNET**

Des professionnels portés
par la volonté de relocalisation
et de respect du vivant.



Les bulbes sont plantés fin
octobre en situation ensoleillée
et dans un sol meuble. Ils sont
enterrés à peine sous 5 cm de
terre, puis recouverts de 15 cm
de copeaux de bois, ce qui permet
de ne pas creuser trop profond.
Ce paillage épais préserve aussi
du développement d'adventices.

DÉLICATS NARCISSES tout frais cueillis

*Floriculteurs au naturel, Lisa et Alexandre cultivent
plus de seize variétés de narcisses dans leur ferme de Vendée.*

Lisa et Alexandre Brunet
ont créé la ferme florale
Botanik, à Saint-Martin-
des-Noyers, après avoir exercé
le métier de fleuriste pour elle
et d'informaticien pour lui.
Depuis quatre ans, sur une
superficie de 7 500 m², dont
320 m² de serre, ils cultivent

des annuelles et des vivaces
originales, rarement utilisées
pour la fleur coupée, comme
le solidago blanc ou le phlox.
Ils produisent aussi des ar-
bustes pour leur feuillage et
des rosiers botaniques pour
leurs fruits d'automne. Au fil
des années, ils ont tissé une

relation solide avec les fleu-
ristes de la région auprès de
qui ils écoulent 100 % de leur
production.

Priorité au local

Ils proposent en outre des
ateliers pédagogiques, qui
leur donnent l'occasion d'ex-
pliquer les enjeux environ-
nementaux qui sont liés à la
production horticole :
contexte de mondialisation,
respect de la saisonnalité des
floraisons et meilleurs stades
de cueillette. Chaque partici-
pant repart avec son bou-
quet. De fin février à fin avril,
ce sont des narcisses. Le
couple a sélectionné des
variétés pour leurs tiges,
longues et solides, et surtout
pour leurs fleurs doubles
et bien parfumées, comme
'Cheerfulness' ou 'Avalanche'.

Candeur printanière



Parfumé et d'une durée de
vie de 7 à 10 jours en vase,
le narcissus tient une place
majeure dans les bouquets
de printemps. Sa corolle en
trompette si caractéristique,
d'allure champêtre, tempère
la sophistication d'autres
inflorescences plus
précieuses, comme ici la
pivoine ou la viorne boule-
de-neige (*Viburnum opulus*).



Pour régénérer le bulbe, coupez
la tige au ras du sol en conservant
les feuilles. Le stade de cueillette
est idéal lorsque le bouton est
fermé, mais dodu. Laissez ensuite
dégorgier les bottes dans un seau
d'eau pendant 24 h, car la sève
gluante est préjudiciable à la
tenue en vase des autres fleurs.

Petites annonces Rustica

THOMAS REGAL : tél. 01 53 26 32 52 • t.regal@cambium-media.com

46 Lot loue gîte

4 pers. avec petit enclos
pêche et rando. 20 km de
Rocamadour et Padirac.
Tél. : 05 65 40 51 62.
Port. : 06 80 33 72 23

65 Lourdes 5 km.

Loue gîte pour 2/4
personnes. Petit village
calme. Parking, jardin, vue
imprenable Sept à juin : 300 €
la semaine Juillet-août : 360 €
la semaine. Tél. : 0630114086

Perigord vert : Loue à partir
du 1er mars 2026 petit
studio tout confort pour 1 ou
2 personne à 2 km d'un lac
avec pêche et à proximité
d'une ferme animalière.
Animaux acceptés : 350 € la
semaine.

Port. : 06.38.46.30.74
Tél. 05.53.52.33.99

Périgord vert.

Loue mobilhome 275 €
la semaine à 100 mètres
d'un lac de 80 hectares.
Tél. : 05 53 62 88 28.
Port. : 06 01 71 77 49.

Sud Aveyron, loue gîte max.

3 adultes+2 enfants.
accès pmr.neuf, tout confort,
nature, calme, plein air,
patrimoine
<https://loustaldejeanlou.fr>

Achète pièces de 5 F,
10 F, 20 F, 50 F, 100 F or ou
argent. Tél. : 06 10 12 25 12.

Komat

Serre de jardin



Serres tunnels
Serre en verre et polycarbonate
Accessoires de serre- Volières
CATALOGUES GRATUITS

38 av. F. Mitterand - RU - BP 10015
59494 PETITE FORET
Tél : 03 27 42 96 95 -
mail : contact@komat.fr

Girafruit - La nature à portée de main

Il permet de cueillir des fruits jusqu'à 4 mètres de hauteur, tout en restant au sol.

Je cueille même les grappes de cerises

contact@girafruit.com

FABRIQUÉ EN FRANCE

legirafruit

girafruit.com

TRICO JARDIN
Stop aux dégâts de cervidés

Certiphyto non nécessaire

- ✓ Action répulsive à longue durée
- ✓ Facile à appliquer
- ✓ Idéal pour jardins, vergers et jeunes plantations
- ✓ Résistant à la pluie

Standard : Téléphone : 02 31 23 10 10
Mail : contact@aegis-agro.fr

Directeur commercial : Mail : smiget@aegis-agro.fr

<https://www.aegis-agro.fr/>

FABRICATION FRANÇAISE

BRIQUES ou DESIGN

FOURS À BOIS TRADITIONNELS

GARANTIS jusqu'à 20 ans

FOUR GRAND-MÈRE
Le temps du bon !

Partagez des moments conviviaux en famille et entre amis !

03 29 65 20 53
fourgrandmere.com

PARTICULIERS, votre petite annonce dans cette rubrique

POUR PASSER VOTRE ANNONCE

Par courrier à RUSTICA PETITES ANNONCES
Service ADV. 57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19.
Libeller votre annonce sur papier libre en écrivant
en majuscule (35 caractères par lignes, espaces compris).

TARIF (5 LIGNES)

1 PARUTION 45 € OU 2 PARUTIONS 75 €
Joindre à votre courrier
le règlement par chèque à l'ordre de Rustica

CONTACTEZ THOMAS REGAL : TÉL. 01 53 26 32 52 • t.regal@cambium-media.com

“



**PIERRE
NESSMANN**

Rédacteur en chef
adjoint jardin

**ST-JEAN-DE-
BEAUREGARD (91)**

Du 10 au 12 avril

Pour l'édition printanière de la Fête des plantes, le thème retenu est : "Les plantes belles et nourricières". Découvrez les meilleures sélections d'arbustes fruitiers et de légumes. Infos : www.chateaudesaintjeandebeauregard.com

**Avantage lecteur : 1 place
achetée = 1 place à - 30 %, sur
présentation du magazine.**



PORTRAIT CI-CONTRE : F. MARRE/RUSTICA

Rendez-vous *près de chez vous*

Pourquoi greffer, à quelle période, avec quel matériel... ? Avantages et inconvénients n'auront plus de secrets pour vous. La Thomassine. Session de 9 h à 17 h, tarif : 55 € (prévoir son déjeuner). Bulletin d'inscription : www.parcduluberon.fr

Lablachère (07)

Les 11 et 12 avril

Partez à la rencontre des plantes sauvages comestibles avec Stéphane Jansegers, biologiste et permaculteur. Il vous propose un atelier intitulé : "Reconnaître et cuisiner des plantes sauvages comestibles". Mas de Beaulieu. De 9 h à 17 h 30, tarif : 210 € (+ adhésion). Rens. et inscription : www.terre-humanisme.org

Aubenas (07)

Du 11 avril au 20 septembre

Au Château, qui abrite le Centre d'art contemporain et du patrimoine d'Aubenas, l'exposition "Des Patates" s'invite. Les œuvres de 25 artistes sur ce tubercule sont accompagnées d'une programmation associant des performances artistiques ainsi que des dégustations. Informations : www.lechateauaubenas.com

Lancieux (22)

Les 11 et 12 avril

Après 10 années passées à Saint-Briac, le salon Vue sur vert s'installe à la Ferme du golf à Lancieux. L'occasion d'y célébrer sa 20^e édition, en présence d'une sélection de pépiniéristes régionaux. De 10 h à 12 h, entrée 2 €. Renseignements : www.gaea.fr

St-Pierre-de-Cormeilles (27)

Le 15 avril

Nicolas Blot, Meilleur Ouvrier de France, vous accueille au Jardin de Suzanne pour un atelier pratique sur les premiers semis et plantations. L'animation a lieu dans le cadre de la session Créer son potager. Horaires : de 9 h à 12 h ou de 14 h à 17 h. Tarif : 35 €. Inscription : 06 08 93 23 03 ou <https://sepalis.fr/academie>

Simorre (32)

Le 12 avril

Un marché aux fleurs se tient dans les rues du bourg en présence de plus de 80 exposants qui proposent des végétaux, outils et meubles de jardin, décorations et produits artisanaux. Ouvert de 9 h 30 à 17 h 30. Entrée gratuite. Rens. tél. : 07 82 49 63 88.



C. DESHUELLES/SP

Villeneuve-sur-Allier (03)

Les 11 et 12 avril

Aux Journées des plantes de l'arboretum de Balaine, ce sont cinquante pépiniéristes qui exposent conifères, rosiers, arbres et arbustes rares et plantes médicinales, grimpantes et aquatiques. Une conférence sur les plantes du Népal y est donnée par le pépiniériste Michel Lumen. De 10 h à 18 h, tarif : 6 €. Infos : www.arboretum-balaine.com

Manosque (04)

Le 11 avril

Dominique Molle anime un stage sur le greffage et le bouturage des arbres fruitiers. Il répond aux questions :

Zoom sur...



F. GUILLAUME/CHÂTEAU DE VALMER/SP

Chancay (37)

Les 11 et 12 avril

Les bons plan(t)s de Valmer réunissent pépiniéristes, artisans, producteurs locaux..., au cœur d'un grand marché dans les jardins du château. Dégustation de vins au domaine, vente de plants de gourde pour le Concours de la plus longue gourde en novembre prochain. Ouvert de 10 h à 18 h, tarif : 5 €. Rens. : www.chateauvalmer.com



Zoom sur...



Sérignan-du-Comtat (84)

Les 11 et 12 avril

Ne manquez pas la 26^e édition de Plantes rares et jardin naturel, deux jours de fête autour de la biodiversité. La manifestation se déroule sur trois sites : le parc arboré, l'Harmas Jean-Henri-Fabre ainsi que le Naturoptère. Quelque 150 exposants, dont 70 producteurs de plantes rares et de collection, sont au rendez-vous. Jean-Yves Meignen, collaborateur de *Rustica* et jardinier à l'abbaye de Valsainte, anime une conférence et répondra à vos questions. Entrée : 8 €. Rens. tél. : 06 30 24 45 31.



troupeaux ainsi que les nombreuses activités autour de la laine. Informations : www.lavillette.com

Montfort-l'Amaury (78)

Les 11 et 12 avril

À l'initiative du Rotary, pépiniéristes, paysagistes et artisans exposent leurs nouveautés à l'occasion de la Fête des plantes et des jardins. Ouvert de 9 h 30 à 18 h, tarif : 3 €. Rens. : <https://rotary-montfort-houdan.org/>

Figanières (83)

Le 12 avril

La foire aux plantes Les Florales prend ses quartiers au cœur du village. Plus de 50 exposants proposent leurs productions horticoles ou artistiques. De 9 h à 18 h. <https://figanieres.com>

Loubens (33)

Le 12 avril

La foire aux plantes sur la place de la mairie est l'occasion de trouver fleurs, légumes, petits fruits, arbres fruitiers et variétés anciennes de vignes à planter. Ouvert de 9 h à 17 h, entrée libre. Tél. : 06 76 49 04 80.

St-Père-Marc-en-Poulet (35)

Les 11 et 12 avril

Le 22^e marché aux fleurs "Arts et Nature" se déroule dans le fort de Saint-Père (ou Châteauneuf), site historique de style Vauban, à quelques encablures de Saint-Malo. Plus de 80 exposants, maraîchers, horticulteurs, pépiniéristes, artisans et autres passionnés de nature et de plantes, présentent leurs réalisations. Samedi de 11 h à 18 h 30 et dimanche de 10 h à 18 h 30. Entrée gratuite. Renseignements au tél. : 02 99 58 81 06 ou www.ville-saint-pere.fr

Ingrannes (45)

Jusqu'au 19 avril

Rendez-vous à l'arboretum des Grandes Bruyères qui abrite une collection historique de plus de 130 espèces et variétés de magnolia. La floraison de cet arbre est l'occasion d'un concours photo ouvert à tous pour gagner un abonnement d'un an à l'arboretum. Informations : www.arboretumdesgrandesbruyeres.fr

Genay (69)

Les 11 et 12 avril

Les Jardiniers du dimanche organisent la Foire aux plantes et Art des jardins dans le parc de Rancé. Pas moins d'une cinquantaine de pépiniéristes et artisans spécialisés dans l'art des jardins et l'outillage y exposent. Ouvert de 9 h à 18 h, tarif : 3 €. Infos : www.foireauxplantesdegenay.com

Chambéry (73)

Du 10 au 13 avril

Le salon Habitat et jardin devient Printania. Parcourez les divers espaces thématiques (Marché rétro & mode vintage, Création et décoration, Plantes et jardin, Village autonomie & solutions...) et trouvez des idées pour construire, rénover, aménager, décorer, économiser... Parc des Expositions. Le 10, de 10 h à 22 h, le 11, de 10 h à 19 h et le 13, de 10 h à 18 h. Entrée : 5 €. En détail, le programme des animations : www.habitat-jardin.com

Paris (75)

Les 11 et 12 avril

Le parc de la Villette, récemment agrandi de 15 000 m² autour de la halle de Rouvray, accueille la ferme de la Villette où se déroule la Fête de la laine avec les brebis solognotes de Vernopâture. Ne manquez pas la démonstration de transhumance en compagnie des bergers, chiens et



LAY-SAINT-CHRISTOPHE (54)

Les 11 et 12 avril

"Monique Chevre est une pépiniériste dont j'apprécie la passion et la constance. Depuis plus de 30 ans, elle se consacre à la production de plantes belles, robustes et rustiques. Rendez-vous au jardin d'Adoué, son jardin-pépinière, où elle accueille des confrères producteurs d'arbres, d'arbustes, de rosiers, de plantes succulentes et des artistes et associations tels les Croqueurs de pommes de Lorraine. De 10 h à 18 h, entrée libre."



De vous à nous

*Vous vous heurtez à un problème jardinier,
il vous manque une information ?*

*Vous voulez faire connaître une de vos
réussites, de vos trouvailles ? N'attendez plus
pour échanger avec nous : écrivez-nous !*



PHOTO LECTEUR



HUBERT FONTAINE vous répond

Dopage des fruits rouges

"Mes fruits rouges (groseilliers, cassissiers) sont mal en point cette année, que leur arrive-t-il et comment dois-je les traiter ?" Alexandre A., Saint-Julien-sur-Bibost (69)

Les feuilles jaunes avec des nervures vertes sont le signe d'une chlorose ferrique. Il ne s'agit ni d'une maladie, ni d'un parasite, mais d'un problème d'assimilation du fer. Vos groseilliers et cassissiers sont sûrement plantés sur un sol trop riche en calcaire. Si le problème n'est pas corrigé, la floraison des arbustes risque d'être réduite, suivie d'une production de fruits plus petits et en quantité

moindre. Pour les faire reverdir rapidement, apportez du chélate de fer qui relancera la croissance. Ensuite améliorez le sol sur le long terme en incorporant régulièrement du compost mûr ainsi que du terreau de feuilles, qui aide à acidifier légèrement le sol et à faciliter l'assimilation du fer. Enfin, paillez les pieds avec des matières organiques pour une bonne nutrition des petits fruits.



**ÉRIC
COSTAN**
vous répond



D. HARRIS/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

Médinilla malade

"Peu après son achat, mon médinilla (*Medinilla magnifica*) a perdu ses feuilles ainsi que ses boutons floraux. Est-ce irrémédiable ?" Nad (internaute)

Si les tiges sont encore vertes et souples, le sujet est vivant et peut repartir. Sur *Medinilla magnifica*, la chute des feuilles après un changement d'environnement est fréquente et correspond souvent à une phase d'adaptation. Cette plante tropicale supporte mal les variations brusques de luminosité, d'humidité et de température. Pour favoriser sa reprise, installez-la dans un endroit lumineux sans

soleil direct, tout en maintenant une atmosphère humide. Comme il n'y a plus ou pas de feuilles, un arrosage modéré est essentiel. Le substrat doit rester un peu humide, sans excès, car les racines ne doivent ni pourrir ni sécher. Épargnez-lui tout déplacement et courants d'air, et ne la rempotez pas. Une fois éliminées ces sources de stress, le médinilla refera ses feuilles. Arrosez-le alors plus souvent.

ÉPONGES AVORTÉES

"Mes plants de courges éponges perdent leurs fleurs qui semblent casser sous leur propre poids. Comment puis-je les soigner ?"

Gérard J., Les Aix-d'Angillon (18)

En début de saison, la courge luffa (*Luffa aegyptiaca*, syn. *L. cylindrica*) produit environ 90 % de fleurs mâles, reconnaissables à leur pédoncule très fin. Après quelques jours, ces fleurs tombent. Si ce sont les femelles qui avortent, la cause est une mauvaise fécondation. L'excès d'azote favorise le développement des feuilles au détriment de la fructification. **HF**

PHOTO LECTEUR



Floraison du vriéséa

“Que faire une fois que mon vriéséa a fini de fleurir ?” *Corinne M. (courriel)*

Après la floraison du vriéséa, coupez la tige fanée avec un sécateur propre dès que possible, sans blesser la rosette. Si des fragments restent coincés, laissez-les sécher avant de les retirer doucement sans

les arracher. Maintenez les feuilles propres par des brumisations régulières, maintenez de l'eau non calcaire dans la rosette (sauf en hiver) et arrosez modérément le terreau. Placez la plante à la lumière vive, mais sans soleil direct, à une température de 18 à 24 °C. Apportez un engrais liquide adapté toutes les trois semaines au cours du printemps et de l'été. Après floraison, la rosette finit par se dessécher

et doit être ôtée : favorisez ensuite les rejets, qui assureront la relève. Repiquez-les quand ils mesurent de 10 à 15 cm, dans un mélange drainant et chaud. Un contrôle régulier limite les maladies (taches, pourriture...), aérez l'emplacement si besoin. **PK**



PATRICIA KADIJEVIC
vous répond

DÉFOLIATION DU POINSETTIA

“Que faire pour mon poinsettia qui a perdu ses feuilles mais pas ses bractées rouges ?” *Nathalie (internaute)*

C'est un phénomène courant. Le poinsettia perd souvent ses feuilles après un stress : air trop sec, arrosages irréguliers ou chute de température. Tant que les bractées restent rouges, la plante est vivante. Placez-la à la lumière, loin des courants d'air, arrosez modérément (sans eau stagnante) et stoppez tout apport d'engrais. De nouvelles feuilles peuvent réapparaître au printemps après une phase de repos végétatif.



PUNAISES SUR TOMATE

“Mes tomates sont attaquées par des punaises. Comment me débarrasser de ces indésirables ?” *Gérard B., Le Triadou (34)*

Les punaises apprécient la chaleur – et l'Hérault n'en manque pas ! – et piquent les tomates pour se nourrir, provoquant taches et déformations. Éliminez-les à la main tôt le matin, quand elles sont engourdis, ou secouez les plants au-dessus d'un seau d'eau savonneuse. Installez également des filets “anti-insectes” et prenez garde lors des apports d'engrais aux effets délétères de l'excès d'azote. Favorisez les animaux auxiliaires, comme les oiseaux en installant des haies, des abris ou des points d'eau au jardin et supprimez les mauvaises herbes alentour. **PK**

ADRESSEZ-NOUS VOS QUESTIONS, VOS ASTUCES OU VOS PHOTOS :

1. Envoyez un courriel en précisant vos nom, prénom et lieu de résidence à :

courrier@rustica-info.fr

2. Adressez votre courriel à :

Rustica rédaction,
57, rue Gaston-Tessier, CS 50061,
75166 Paris Cedex 19.

Une sélection sera publiée dans notre magazine. Aucune réponse personnelle ne vous sera directement adressée.

Pour toute question sur votre abonnement,
tél. : 0 806 000 465 (prix d'un appel local)
abonnements@rustica.fr



Annie S.
(courriel)

“Ma déco de Pâques trône sur le pas de la porte dans une jardinière qui était autrefois une auge à cochon. C’est pour moi un grand plaisir de fleurir le début du printemps avec ces jolies primevères.”

INSTANTANÉS de jardin

Moments saisis, trouvailles insolites ou souvenirs partagés : envoyez-nous vos photos et leur histoire.

Denise P.
Saint-Jean-de-la-Ruelle (45)



“Début avril, mes pivoines arbustives, âgées de 20 ans, ont fleuri. Elles sont une cinquantaine de fleurs et c’est un pur émerveillement !”

LA SEMAINE PROCHAINE

DANS *Rustica* N° 2937 DU 10 AU 16 AVRIL 2026



Dossier

LES DAHLIAS FONT LEUR SHOW

Si septembre fait la fête aux dahlias, leur culture se lance dès maintenant : **semis, démarrage des souches, division, bouturage**. Ne manquez pas cette occasion de voir la fin de la saison en technicolor, avec des **variétés au look toujours plus naturel !**

ET AUSSI...

BONS MARIAGES

Les cosmos

UN WEEK-END À

Châlons-en-Champagne

EN CUISINE

Chou de Milan

VIE PRATIQUE

Les mots de passe

BIEN-ÊTRE

Alternative
aux Coton-Tige

ANIMAUX

La poule Le Mans

TERROIR

Balades dans le Cantal

MA SEMAINE AU JARDIN

POTAGER # Je sème les betteraves # Je transplante les tomates en godets # FLEURS # J’installe les pivoines herbacées et un rosier en conteneur # BASSIN # Je relance la filtration PLANTES D’INTÉRIEUR # Je repote la sansevière

POUR TOUT TROUVER...

ACTUS

Pétition Déclassons la cruauté - Stoppons le massacre injustifié des renards :

Assemblée nationale,
https://petitions.assemblee-nationale.fr/initiatives/i-4583

À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE

Semoir à engrais vert :

Gamm vert, tél. : 01 79 97 21 99
(du lundi au samedi de 9 h à 18 h,
le samedi de 9 h à 14 h).

Liste des magasins
sur www.gammvert.fr
Et en jardinerie.

Voile d'hivernage :

Agrifournitures, 14, avenue
du Maréchal-Juin, 69720
Saint-Laurent-de-Mure. Courriel :

contact@agrifournitures.fr
ou www.agrifournitures.fr

Scarificateur manuel :

Triangle, parc d'activité de la
Broie, 2, rue du Chaffour, 59710
Ennevelin. Tél. : 03 20 29 18 18
ou www.triangle-outillage.fr

Chou kale 'Blue Scotch' :

Ferme de Sainte Marthe, 3, route
de la Plotinière, 49800 Brain-
sur-l'Authion. Tél. : 02 41 44 11 77.
Courriel : accueil@ferme-desaintemarthecom ou
www.fermedesaintemarthecom

**Choux kales 'Red Russian
et 'Noir de Toscane' :**

Kokopelli, forêt de Castagnès,
route de Sabarat, 09290
Le Mas-d'Azil. Tél. : 05 61 67 69 87
ou www.kokopelli-semences.fr

Chou kale 'Westland' :

Girerd et Fils, BP11, 84250 Le Thor.
Tél. : 04 90 33 86 77. Courriel :
girerd@graines-girerd.com
ou www.graines-girerd.com

Huile essentielle

de sarriette :

Aroma'Plantes, route du
Mont-Ventoux, 84390 Sault.
Tél. : 04 90 64 14 73. Courriel :
info@aromaplantes.com
ou <https://aromaplantes.com>

Argile blanche :

Laboratoires Argiletz, 14, route
d'Échampeu, 77440 Lizy-sur-
Ourcq. Tél. : 01 60 61 20 88
ou www.argiletz.com

Amendement

Végéhumus :

Comptoir des jardins, 724,
avenue de Castres, 81580 Soual.
Tél. : 05 63 73 17 28. Courriel :
clients@comptoirdesjardins.fr
ou www.comptoirdesjardins.fr

**Presse-pots Pot-Maker
ou Paper-Potter :**

EnGraineToi, 17, rue Bel-Air,
34160 Sussargues.
Tél. : 07 68 21 39 91, du lundi
au vendredi (de 10 h à 12 h).

Courriel : contact@engrainetoi.com
ou www.engrainetoi.com

Bégonia Summerwings :

Promesse de fleurs, 23, route

du Fresnel, 59116 Houplines.

Tél. : 03 61 76 08 10
ou www.promessedefleurs.com

Oca du Pérou :

La Bonne Graine, 36, rue de la
Boulaie, Tigné, 49540 Lys-Haut-
Layon. Tél. : 02 41 51 79 93

ou www.labonnegraine.com

Ferme de Sainte Marthe,

voir ci-contre.

Ancolie :

Lepage vivaces, chemin du
Portu, 49130 Les Ponts-de-Cé.
Tél. : 02 41 44 93 51

ou www.lepage-vivaces.com

Les Senteurs du Quercy,

490, chemin du Mas-de-Fraysse,
46230 Escamps. Tél. : 05 65 21 01 67
et 06 61 02 72 34

ou www.senteursduquercy.com

Pennisetum 'Tiny Tails' :

Pépinieres Jacques Briant,

Vepex Jacques-Briant, 49486
Saint-Sylvain-d'Anjou, Cedex 9.
Tél. : 0 892 16 49 49

ou www.jacques-briant.fr

DOSSIER

Courge 'Kabocha' :

La Boîte à graines, La Corbinière,
85260 L'Herbergement.
Tél. : 02 51 98 20 70

ou www.laboiteagraines.com

Kokopelli, voir ci-contre.

Courges 'Tromboncino'

et 'D'Albenga' :

Ferme de Sainte Marthe,

voir ci-contre.

Germinance, La Rougerie, 49140

Soucelles. Tél. : 02 41 82 73 23

ou www.germinance.com

Courges 'Sweet Meat'

et 'Seminole' :

Kokopelli, voir ci-contre.

Courge 'Butterkin'

et potiron 'De Genève' :

KCB-Samen, www.kcb-samen.ch

EN CUISINE

Lapin glacé :

Maison Thiriet, en boutiques

Thiriet ou www.thiriet.com

Infusion curcuma chocolat :

Provence d'antan,

en boutiques Florel en Provence

ou vente en ligne

sur <https://providence-dantan.fr>

Assortiment de Pâques :

Biscuiterie Jeannette,

23, avenue du Pays-de-Caen,

14460 Colombelles

ou www.jeannette1850.com

Œuf surprise :

Dengo, en boutiques (3°, 6° et 18°

arr. de Paris), ou vente en ligne

sur fr.dengo.com

ANIMAUX

Piège à frelons :

Good4bees,

www.good4bees.com

Piège à frelons

VespaCatch Select :

Agrifournitures, voir ci-contre.

Piège coréen à ailes :

Triangle, voir ci-contre.



VISIONS BY NETHERLANDS/PLANTIPS/SP

Pennisetum
'Tiny Tails'.

TERROIR

Maison des Aqueducs, chemin
des Lavandières, 17100 Vénérand.

Tél. : 05 46 93 41 50.

Abbaye de Fontdouce,

17770 Saint-Bris-des-Bois.

Tél. : 05 46 74 77 08.

Musée du Cognac, 35, route

des Bessons, 17770 Mignon.

Tél. : 05 46 94 91 16. Courriel :

tessereron@wanadoo.fr

ou www.domaine-tessereron.com

ecomusee-du-cognac.com

PARTAGE DE SAVOIR-FAIRE

Lisa et Alexandre Brunet,

ferme florale Botanik,

La Boivinière, 85140 Saint-

Martin-des-Noyers.

Tél. 07 68 85 32 00

ou www.botanikfermeflorale.fr

Rustica

Média Participations, Rustica SA,
57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19.
Standard : 01 53 26 33 00. Site : www.rustica.fr

Service abonnements,
B 200, 60643 Chantilly Cedex.

0 806 000 465 Service gratuit + prix appel

du lundi au vendredi de 9h à 18h.

Écrivez - nous à l'adresse suivante :

abonnements@rustica.fr

Tarif abonnement France :

50 n°s à 89,90 €.

Président-directeur général
de Rustica SA et directeur de la
publication : Vincent Montagne.

Directeur général : Guillaume Arnaud.
Directeur des rédactions : Alain Delavie.
Rédactrice en chef : Corinne Beaudouin.
Directrice artistique : Aurore Nguyen.
Rédacteur en chef adjoint jardin
(agenda, un jardin-des idées, plan-patron,
à faire soi-même, RDV avec l'excellence,
invité de la semaine) : Pierre Nessmann.
Chef de service (actus, animaux, terroir,
bien-être) : Jérôme Verroust.

Cheffe de rubrique jardin (à faire au jardin
cette semaine, 1 projet/5 plantes, demain
au jardin, courrier) : Patricia Kadjevic.

Cheffe de rubrique maison :

Alice Gondonneau.

Rédacteurs-graphistes :

Aline Bahuchet (1°), Marc Béguin
et Gérard Bahuchet.

Secrétaire générale de la rédaction :

Véronique Gonzalez.

Secrétaires de rédaction :

Claude Bourdel (1°)

et Florence Blondel (2°).

Cheffe du Pôle image : Karine Israël.

Iconographes :

Rougui Barry-Oger, Maria Varnier.

Photographe : Frédéric Marre.

Assistante de la rédaction :

Muneerah Shamsudine, tél. : 01 53 26 32 82.

Publicité et contenus :

Cambium Média Solutions,

www.cambium-media.com/solutions

Directrice régie publicitaire :

Priscilla de Gironde.

Directeur de publicité :

Thierry Vimal de Flechac,

t.vimaldeflechac@cambium-media.com

Directrice de clientèle publicité :

Julie Foulonneau,

j.foulonneau@cambium-media.com.

Responsable administration

des ventes :

Thomas Regal,

t.regal@cambium-media.com

Directrice Marketing BtoC :

Anne-Sophie Salamon,

a.salamon@cambium-media.com

Responsable des ventes et contact

diffuseurs :

Olivier Blochet,

o.blochet@cambium-media.com

Directeur de la fabrication :

Claude Pedrono.

Photographe : Key Graphic.

Impression : Maury — Malesherbes,

56, rue du Général-Patton,

45330 Le Malesherbois

Dépôt légal avril 2026.

Vente au numéro MLP.

Commission paritaire : n° 0228 K 82753.

ISSN 2270-1915.

Papiers 100 % PEFC.

Provenance papier intérieur : Norvège.

Carnet abonnés, kiosque et poster :

Finlande. Taux de fibres recyclées : 0 %.

Impact sur l'eau : P_{tot}, 0,016 kg/tonne



Pour nos abonnés en prélèvement automatique

Suite aux hausses successives
des tarifs postaux et des matières
premières, nous sommes
contraints de répercuter une partie
de ces augmentations sur votre
abonnement.

À ce titre, les tarifs d'abonnement
vont évoluer. Le montant du
prélèvement automatique mensuel
passera au maximum à 9,99 €/mois.
Si vous êtes dans votre première
année d'abonnement, vous n'êtes
pas concerné par cette mesure.
Ces nouveaux tarifs entreront
en vigueur avec le prélèvement
bancaire du 5 mai 2026.

Vous pouvez résilier votre
abonnement à tout moment
en contactant le service client par
téléphone au : 0 806 000 465.

MOTS FLÉCHÉS



JEUX



CHÂLONS-EN-CHAMPAGNE

MANQUE	CELUI DU MARCHÉ EST UN PONT	ELLES PASSENT EN TÊTE	FORTE DOSE	TERRE DE CHARENTE-MARITIME	DÉPARTEMENT DONT IL EST LE CHEF-LIEU	GROUPE D'ENTREPRISES AVEC MONOPOLE	RÉSIDU DE CULTURE APRÈS MOISSON
DÉDIÉE À SAINT ÉTIENNE	CHOIX	PRÉPOSITION	IL FAIT BRAMER LE CERF	ARTICLE	FOYER	TÉZIGUE	
					CLASSÉ JARDIN REMARQUABLE (Le)		
ELLE AFFICHE UN AIR SUPÉRIEUR					AFFLUENT DU DANUBE		
OBSCURITÉ					DÉFECTUOSITÉ		
		LETTRE GRECQUE		Son surnom : "La ... pétillante"			
		TON DE DO		LANGUE CELTIQUE			
DISCUSSION CONTRADICTOIRE	GRUGÉS		DIVINITÉ			PRONOM PERSONNEL	
	PLUIE TRÈS FINE		... DE CHAMPAGNE JOSEPH PERRIER			CENTRE NATIONAL DES ARTS DU ...	
			TÉMOIGNAGE DE GRATITUDE			SES RUINES SONT DANS L'ACTUEL IRAK	SÉPARÉE DE LA TRIBU
			ALLUMÉ				
MONNAIE CRÉÉE À L'ÉPOQUE FÉODALE	IL A UN TRÈS PETIT DÉBIT		NOTE DANS LA GAMME	D'UNE VILLE DE L'HÉRAULT			
	L'AURIGE LE CONDUISAIT		DRAME QUI SE JOUE	POSSESSIF			
		LÉGÈREMENT HUMIDE			PROMET PAR SERMENT		FLEUVE D'ALLEMAGNE
		HUMORISTE QUI Y EST NÉ EN 1893			GRANDE OUVERTE		
IGNOBLE				POUR SE BALADER SUR LE MAU OU LE NAU			
ON PEUT LONGER LE ... SAINT-MARTIN				IDEM			
			MATÉRIAU DE CLAIRES			VILLE SUR LE DANUBE	
ENDROIT DISSIMULÉ AU REGARD				OFFERTES À			

SUDOKU

En vous aidant des chiffres déjà placés, remplissez la grille de manière que chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de 3 par 3 ne contienne qu'une seule fois tous les chiffres de 1 à 9.

moyen

			6			7	9	
	2			4				
7		8			5			6
		7	5				6	9
			3		6			
		5	2				1	8
8		9			3			4
	7			1				
			8			1	5	

difficile

3	8					2		
						3	4	
							1	6
9		4	1					
		3	7					8
8		2	5					
						5	4	
						8	2	
5	6					1		

DEVINETTE

ARAIGNÉES GÉANTES

Quelle est la plus grosse araignée du monde ?

- Mygale noire du Brésil
- Araignée Goliath
- Tarentule géante du Sri Lanka

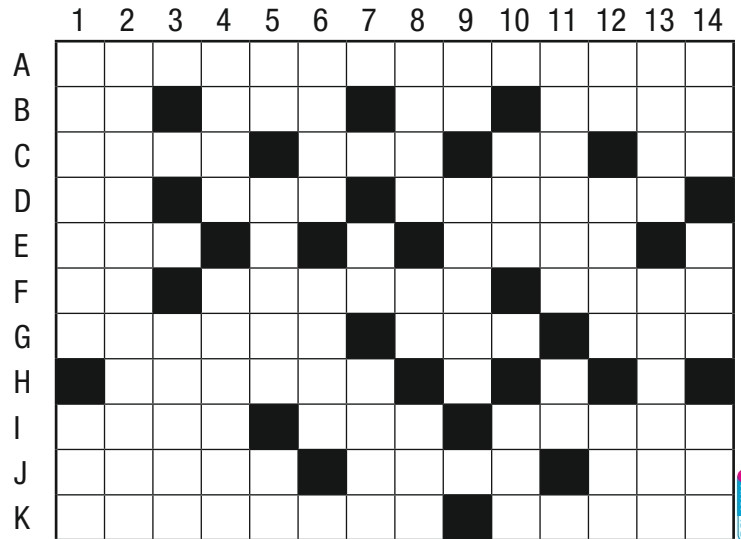


Réponse : Araignée Goliath (*Theraphosa blondi*), de 120 à 180 g pour une envergure de 30 cm (diam. et longueur).

MOTS CROISÉS

Horizontalement : A. Alimentée. B. Mot de jeune volontaire. Cap sur Verdun. Une femme qui justement ne l'est plus. Plantes aromatiques. C. Bleu chez l'imprimeur. Ancien titre honorifique. Il précède *libitum*. Vieille note. D. Élément du corps. Elle irrigue le jardin. Elles poussent sur des vieux arbres. E. Garçon d'écurie. Le traître d'*Othello*. F. Moderne. Il est blanc et ancien. Bel essor. G. Prend à son service. Une goutte. Il blondit sous le soleil. H. Adversaire de taille. I. Plus que nécessaire. Possèdent. Ce sont de vrais soutiens. J. Appréciai. En Savoie, on en fait tout un plat. Lettre de Grèce. K. Mineur d'origine américaine. Mettre un scion.

Verticalement : 1. Fleur aux pétales en éperon. Test pour un psychiatre. 2. Ensemble rural. 3. Petit génie difforme. 4. La bride sur le cou. Lapin de fiction. 5. À l'origine de rumeurs. Sentence populaire. Pensée artificielle. 6. Il est élevé à l'étable. Capitaine du *Nautilus*. 7. Cours à Saint-Omer. Pays d'Asie très peuplé. 8. Il descend au puits. Adresse du PC. Activité de foire. 9. Neuf à Rome. Placées chez le notaire. 10. Livre d'anecdotes. Saison du tournesol. 11. Prénom féminin. Fiacre pour le jardinier. 12. Cela restreint le choix. Il faisait divinement la bise. Ville au pied du Luberon. 13. Choisis démocratiquement. Rassuré, dé-tendu. 4. Il rougit à l'aurore. Marié. Membre de la noblesse anglaise.



PHOTOS-MYSTÈRES

RETROUVEZ CES PLANTES ANNUELLES



1. BLEUET

2. NÉMOPHILE

3. POIS DE SENTEUR

4. CLARKIA

Réponses : 1-Némophile, 2-Pois de senteur, 3-Clarkia, 4-Bleuet.

COMBINAISONS GAGNANTES

L'EAU ET LA FLORE

Associez chaque espèce aquatique à sa famille botanique.

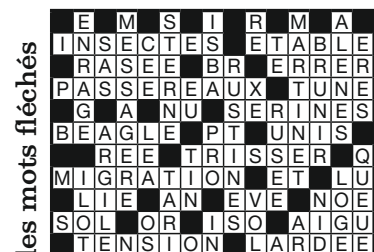


- Potamot nouveaux
- Pontédérie à feuilles en cœur
- Papyrus
- Sagittaria à feuilles en flèche
- Prêle des eaux
- Iris des marais
- Pesse vulgaire

- Potamogetonacées
- Plantaginacées
- Pontédériacées
- Alismatacées
- Cypéracées
- Iridacées
- Équisétacées

Réponses : 1-A, 2-C, 3-E, 4-D, 5-G, 6-F, 7-B.

LES SOLUTIONS DU NUMÉRO 2935



moyen

2	8	3	6	5	4	9	1	7
6	7	9	8	3	1	2	4	5
1	5	4	7	2	9	8	3	6
3	4	1	2	8	6	5	7	9
7	9	8	3	1	5	4	6	2
5	6	2	4	9	7	1	8	3
4	2	7	9	6	8	3	5	1
9	1	6	5	4	3	7	2	8
8	3	5	1	7	2	6	9	4

difficile

1	6	7	2	5	3	4	8	9
8	3	5	9	7	4	1	6	2
4	2	9	6	1	8	5	3	7
7	8	1	3	4	9	6	2	5
3	5	4	7	6	2	8	9	1
6	9	2	1	8	5	3	7	4
2	4	8	5	3	7	9	1	6
5	7	6	8	9	1	2	4	3
9	1	3	4	2	6	7	5	8

Embarquez pour une croisière au cœur des jardins d'Andalousie

par  Voyages d'exception

en partenariat avec

Rustica



MS La Belle de Cadix
(88 cabines)

En Andalousie, l'art et la nature dialoguent depuis des siècles. Laissez-vous porter par une **croisière au rythme du Guadalquivir**, accompagnés par deux passionnés des jardins. Entre parfums d'orangers et ombrages des cyprès, laissez-vous initier à la beauté et à l'art des **jardins andalous**.

DU 17 AU 24 SEPTEMBRE 2026

Dès ~~2690€~~ **2555€/pers.***

Inclus : vols au départ de Paris, pension complète, avec boissons et conférences.

Avec vous à bord :



Alain Baraton



Pierre Nessmann

EXCLUSIF -5% de remise pour les lecteurs de Rustica

RÉSERVATIONS ET INFORMATIONS :

Tel : 01 75 77 87 48 - mail : contact@voyages-exception.fr
voyages-exception.fr/brochures (code GUADA)
ou dans votre **agence de voyage**

*Prix par personne, incluant une remise de 5% pour toute réservation.



Scannez ce QR code pour télécharger la brochure



L'itinéraire n'est pas contractuel. CGV et détails complets du voyage consultables en brochure et sur voyages-exception.fr

Photos : © Adobe Stock © CroisiEurope



CROISIÈRES FRANCOPHONES

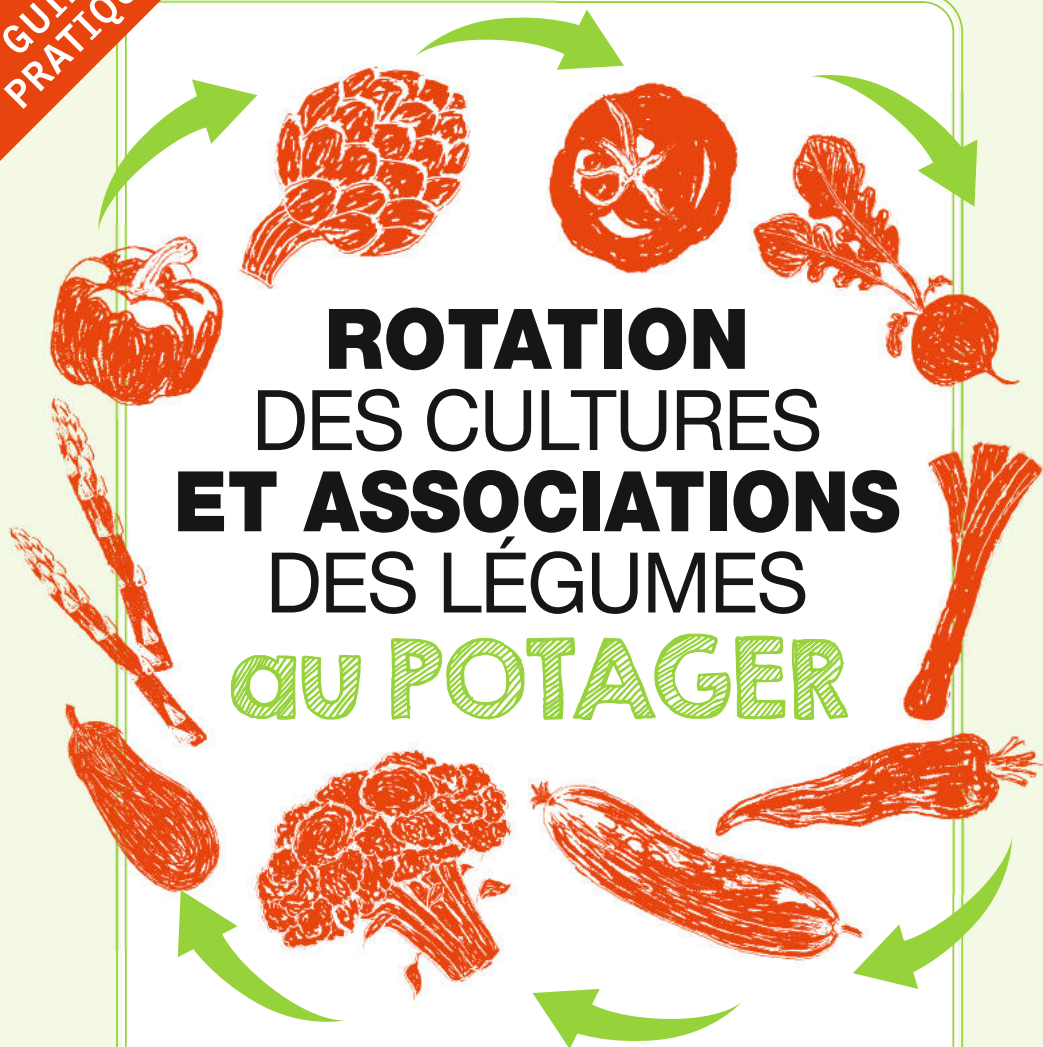


ACCOMPAGNEMENT DEPUIS PARIS



CONFÉRENCIERS DE PRESTIGE

VOYAGES-EXCEPTION.FR



*** Comment disposer les légumes
pour obtenir des récoltes plus abondantes**

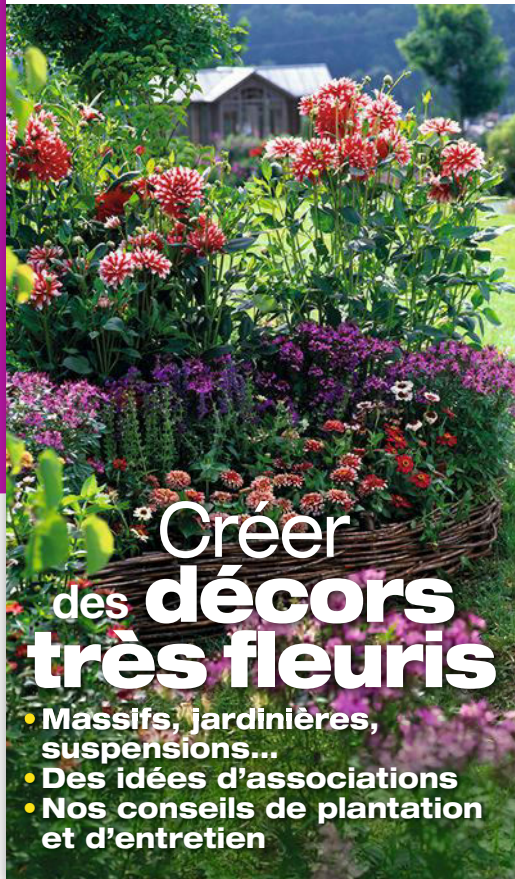
*** TABLEAUX À CONSERVER :
les compatibilités entre les légumes**

VOTRE ALLIÉ AU JARDIN

Rustica PRATIQUE

Rustica PRATIQUE

MIEUX VIVRE AU JARDIN ET À LA MAISON



Créer des décors très fleuris

- Massifs, jardinières, suspensions...
- Des idées d'associations
- Nos conseils de plantation et d'entretien

CAHIER SPÉCIAL
DES ROSIERS
JAMAIS MALADES
15 pages



Réussir la culture
DES AUBERGINES

RECETTES

Quand les fromages deviennent desserts



BIEN-ÊTRE ET FORME

Tous les usages de la lavande



L 16012 - 68 - F : 5,90 € - RD



CP&P

En vente dans votre
rayon presse

124
PAGES
DE CONSEILS



F. MARRE/RUSTICA

LES BÉNÉFICES DES CULTURES ASSOCIÉES

Même si l'on ne fait pas son potager pour subvenir à tous ses besoins alimentaires, une des grandes satisfactions offertes par cet espace est d'obtenir des récoltes généreuses, saines et savoureuses. Pour cela, il est nécessaire de maîtriser la culture des différentes espèces potagères en leur donnant les meilleures conditions pour qu'elles se développent. Il faut aussi éviter la prolifération des maladies et des ravageurs, et préserver la richesse

du sol du potager. Tout cela est possible en tirant profit des bénéfices de la cohabitation de certains légumes entre eux ou en évitant la proximité de plantes incompatibles entre elles. Il faut savoir composer les bons mariages, privilégier les associations bénéfiques et installer ses légumes au meilleur endroit. Ce petit guide sera votre compagnon pour réussir à bien organiser votre potager.

Alain Delavie, directeur des rédactions

SOMMAIRE

L'union fait la force	4
Les familles et catégories de plantes	5
Les excellentes compagnes	8
Les exemples d'associations bénéfiques	10
Les associations qui posent problèmes	12
Les grands principes de la rotation	14
Organiser la rotation	16
Les avantages de la rotation	22
Tableaux croisés des compatibilités culturales	28

Pour aller plus loin: *Associations et rotations au potager*, Collection Les Cahiers de l'expert Rustica, de Laurent Renault et Michel Sinier (illustrateur), Rustica éditions
Photo couverture: illustrations légumes Shutterstock

Rustica

Média Participations, Rustica SA,

57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19

Impression: Agir Graphic, www.agir-graphic.fr



L'UNION FAIT LA FORCE

Le potager ressemble davantage à une communauté végétale variée, changeante et complexe qu'à un champ productiviste sous contrôle phytosanitaire. Les plantes qui le composent sont en perpétuelle interaction d'entraide ou de compétition. C'est pourquoi leur connaissance est l'un des piliers de la culture en associations.

S'inspirer de la nature

Se détourner de l'agrosience et de ses explications rationnelles induit avec bonheur un retour vers la compréhension des phénomènes écologiques qui régissent la nature. L'observation fine des formations végétales complexes naturelles nous indique qu'une organisation existe bel et bien et qu'il vaut la peine de s'en inspirer.

Les plantes poussent en communautés adaptées à l'écologie du lieu. Un étagement de la végétation en fonction de divers facteurs comme la croissance et la compétition pour la lumière, une prospection horizontale et verticale des racines pour capter les nutriments, une production de molécules inhibitrices ou stimulantes pour les plantes voisines sont quelques exemples qui vont vous inspirer pour créer votre propre petite collectivité légumière.

Les botanistes classent de manière générale en grandes familles les plantes en fonction de diverses caractéristiques florales qui révèlent souvent des préférences culturelles ou d'utilisation du milieu. Les jardiniers préfèrent plutôt un classement en fonction des organes qu'ils vont pouvoir consommer.

En théorie, deux règles simples sont à respecter : ne pas faire se succéder sur une même parcelle deux végétaux de la même famille botanique (par exemple le chou et le radis, qui appartiennent tous deux à la famille des Brassicacées), et bien alterner les cultures de différents types (légume-feuille, légume-fruit, légume-racine, légume-graine ou légume-bulbe).



TENIR COMPTE DE L'EXPLORATION RACINAIRE

Les racines profondes des betteraves ou, plus superficielles, des haricots exploitent des couches différentes du sol. L'association de plantes potagères à racines dissemblables sur des rangs de culture contigus, ou sur une même planche, permettra d'optimiser le potentiel nutritif du potager.

Les familles de plantes

Des végétaux dissemblables vont avoir des besoins nutritifs différents et donc ne pas puiser dans les mêmes réserves du sol. Il est important de savoir les distinguer.

APIACÉES (ANCIENNEMENT OMBELLIFÈRES)	ASTÉRACÉES (ANCIENNEMENT COMPOSÉES)	BRASSICACÉES (ANCIENNEMENT CRUCIFÈRES)
Aneth, carotte, céleri à côtes, fenouil bulbeux, panais, persil.	Artichaut, chicorée, laitue, pissenlit.	Chou (fleur, rave, rouge), brocoli, navet, radis, cresson, roquette.
Levée longue et délicate. Ennemis : pucerons, limaces.	Durée de végétation courte (10 à 16 semaines). Peu gourmandes, excepté l'artichaut vivace.	Ennemis : altise (sorte de puce), piéride (chenille verte, papillon blanc ou jaune).
CHÉNOPODIACÉES	CUCURBITACÉES	FABACÉES (OU LÉGUMINEUSES)
Bette, betterave, épinard.	Concombre, courge, courgette, melon, potiron.	Fève, haricot, pois.
Gourmandes en azote et en matière organique, elles apprécient le compost.	Elles adorent le compost. Croissance spectaculaire en été, nécessitant bien plus qu'un rang de culture.	Très frugales Peu de risque de parasites.
LILIACÉES (ANCIENNEMENT ALLIACÉES)	SOLANACÉES	AUTRES
Ail, ciboulette, échalote, oignon, poireau.	Aubergine, poivron, pomme de terre, tomate.	Lamiacées (condimentaires telles que le basilic, le romarin, la sauge ou le thym), Valérianacées, Asparagacées (asperges), Rosacées (fraisiers).
Durée de végétation longue (plus de 6 mois). Ennemi : mouche du poireau.	Durée de végétation longue (5 à 7 mois). Ennemis : doryphore pour la pomme de terre, maladies cryptogamiques.	Pas de parasites graves.

Les familles et catégories de plantes

LÉGUME-GRAINE	LÉGUME-RACINE	LÉGUME-FRUIT
Fève, haricot, pois...	Betterave, carotte, chou-rave, navet, radis.	Aubergine, concombre, courge, courgette, melon, poivron, tomate...
Peu gourmands, ils peuvent précéder ou suivre une culture de légumes-feuilles.	Exigeants, surtout en potasse (apportée par les algues et la cendre). Ne pas utiliser de compost mal décomposé. Le sol doit être exempt de cailloux.	Les plus voraces. Mieux vaut les faire suivre par des cultures peu gourmandes comme radis ou salades.
LÉGUME-BULBE	LÉGUME-FEUILLE	LÉGUME-FLEUR
Ail, échalote, oignon...	Asperge, basilic, bette (poirée), céleri à côtes, chicorée, ciboulette, épinard, fenouil, mâche, persil, salades...	Artichaut, brocoli, chou-fleur...
Attention aux excès d'arrosage.	-	-

PLANTE POTAGÈRE	FAMILLE BOTANIQUE	ORGANE CONSOMMÉ	EXIGENCES
Ail	Liliacées	Bulbe	Frugale
Aneth	Apiacées	Feuille	Moyenne
Artichaut	Astéracées	Fleur	Moyenne
Asperge	Asparagacées	Feuille/tige	Moyenne
Aubergine	Solanacées	Fruit	Gourmande
Basilic	Lamiacées	Feuille	Moyenne
Bette	Chénopodiacées	Feuille	Gourmande
Betterave	Chénopodiacées	Racine	Gourmande
Carotte	Apiacées	Racine	Moyenne
Céleri à côtes	Apiacées	Feuille	Moyenne
Chicorée sauvage	Astéracées	Feuille	Moyenne
Chou	Brassicacées	Feuille	Gourmande
Chou-fleur	Brassicacées	Fleur	Gourmande
Chou-rave	Brassicacées	Feuille/tige	Gourmande

ROTATION DES CULTURES ET ASSOCIATIONS DES LÉGUMES

PLANTE POTAGÈRE	FAMILLE BOTANIQUE	ORGANE CONSOMMÉ	EXIGENCES
Ciboulette	Liliacées	Feuille	Frugale
Concombre	Cucurbitacées	Fruit	Gourmande
Courge	Cucurbitacées	Fruit	Gourmande
Courgette	Cucurbitacées	Fruit	Gourmande
Échalote	Liliacées	Bulbe	Frugale
Épinard	Chénopodiacées	Feuille	Gourmande
Fenouil bulbeux	Apiacées	Feuille	Moyenne
Fève	Fabacées	Graine	Frugale
Fraisier	Rosacées	Fruit	Gourmande
Haricot	Fabacées	Graine	Frugale
Laitue	Astéracées	Feuille	Moyenne
Mâche	Valérianacées	Feuille	Frugale
Maïs	Poacées	Fruit	Gourmande
Melon	Cucurbitacées	Fruit	Gourmande
Navet	Brassicacées	Racine	Gourmande
Oignon	Liliacées	Bulbe	Frugale
Panais	Apiacées	Racine	Moyenne
Persil	Apiacées	Feuille	Moyenne
Poireau	Liliacées	Feuille/tige	Moyenne
Pois	Fabacées	Graine	Frugale
Poivron	Solanacées	Fruit	Gourmande
Pomme de terre	Solanacées	Racine	Gourmande
Potiron	Cucurbitacées	Fruit	Gourmande
Radis	Brassicacées	Racine	Gourmande
Romarin	Lamiacées	Feuille	Frugale
Sarriette	Lamiacées	Feuille	Frugale
Sauge	Lamiacées	Feuille	Frugale
Thym	Lamiacées	Feuille	Frugale
Tomate	Solanacées	Fruit	Gourmande

LES EXCELLENTES COMPAGNES

Les interactions chimiques ou physiques peuvent provoquer une amplification mutuelle de la croissance des plantes. Molécules libérées dans le sol ou protection contre les ardeurs du soleil d'été sont parmi les nombreux exemples d'interactions positives.

*Dés œillets d'Inde
plantés à distance des
tomates attirent les
pollinisateurs.*



De la théorie à la pratique

La plupart des connaissances concernant les actions bénéfiques entre plantes sont basées sur des observations séculaires. Elles ont une dimension empirique et sont très liées aux conditions particulières de chaque jardin, qui possède des qualités agronomiques propres et subit l'action d'un climat spécifique. Certaines expérimentations scientifiques ont confirmé des interactions chimiques quantifiables et reproductibles, mais il faut demeurer prudent devant des résultats qui, bien qu'annoncés, peuvent s'avérer parfois décevants. Ces informations vous aideront cependant à organiser votre coin de potager.

Utiliser la simultanéité de développement

Vérifiez les périodes de semis des plantes potagères dont vous voulez utiliser les propriétés allélopathiques (interactions biochimiques d'une plante sur une autre). En effet, deux plantes à culture très décalée en saison ne pourront que faiblement interagir, hormis par l'émission de molécules laissées dans le sol par la plus précoce des deux. Les oignons et les concombres, par exemple, sont de bons voisins mais les premiers sont récoltés en juin et juillet alors que les seconds n'en sont qu'au début de leur mise à fruits à cette époque. Alternez des rangs entiers composés d'une seule variété ou bien mélangez plusieurs variétés sur un même rang. La culture associée des radis et des carottes est l'un des exemples les plus pratiqués par les jardiniers (voir page 11).



Carottes, betteraves, tomates et pieds de tournesol se protègent mutuellement.

FABRICE RAUSTICA

Respecter les distances de plantation

La proximité des plantes compagnes renforce les actions bénéfiques. Les feuilles, mais surtout les racines, peuvent explorer les mêmes espaces et ainsi interagir. Cependant, il sera nécessaire de respecter l'espace minimum de développement à pleine maturité de chaque plante. Les lignes de culture distantes de 30 cm environ sont courantes et suffisantes pour la plupart des plantes potagères telles que les carottes ou les oignons, par exemple. Il faudra cependant veiller à augmenter les distances pour les bettes, les pommes de terre ou encore certains choux, afin de ne pas annuler les effets bénéfiques par une trop grande concurrence physique.

Exemples d'associations bénéfiques

Choisissez tout d'abord les plantes potagères que vous préférez cultiver et que vous aimez déguster. Il ne sert en effet à rien de produire des quantités excessives de navets ou de céleris-raves que vous hésitez à récolter ou que vous vous forcerez à conserver. Consultez les calendriers de semis et de récolte, puis organisez vos rangs en fonction de la simultanéité des opérations culturales.

1. Les salades



Elles sont d'excellentes compagnes car leur cycle de développement est relativement court (1 à 3 mois). De plus, il suffira d'échelonner les variétés de printemps, d'été ou d'automne pour pouvoir en cultiver sur une très longue période. Il est tout à fait possible de les repiquer lorsqu'elles sont jeunes, au milieu d'autres cultures, comme les choux qui arriveront à maturité plus tard dans la saison. Prévoyez la place pour cette culture intercalaire lorsque vous déciderez de l'intervalle de plantation entre vos choux qui pourra aller jusqu'à 80 cm entre deux plants. L'association avec les concombres permet une protection de ces derniers en début de culture, puis une libération de la totalité de l'espace nécessaire à l'extension rapide des tiges du concombre.

2. Les pommes de terre et les fèves

Elles s'accordent bien. En effet, les racines de la fève portent des nodosités pleines de bactéries symbiotiques qui leur permettent de fixer l'azote contenu dans l'air, chose que ne savent pas faire la plupart des plantes. La proximité de cette source alimentaire pour les racines gourmandes de la pomme de terre est très profitable.



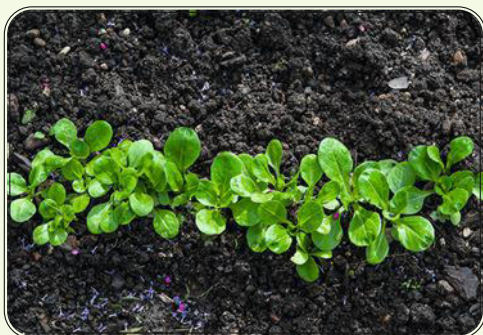
3. Le maïs et les haricots à rames

Leur association est une pratique ancestrale, permettant un gain de place, comparable à celle pratiquée historiquement en Amérique centrale.



4. La mâche

C'est une plante qui s'accommode de peu de place et de peu de nutriments dans le sol pour pouvoir se développer. Semez-en régulièrement en seconde partie d'été et en petite quantité, dès qu'une place se libère après le prélèvement des feuilles arrivées à maturité d'un rang de culture. Cela nécessite un peu plus de travail qu'un semis unique en ligne mais permettra d'étaler judicieusement les récoltes tout au long de l'automne et de l'hiver.



A. PETZOLD/ARISTICA



M. WAREZ/ROSHOTO

5. Favoriser la présence des insectes butineurs

Semez quelques pieds de bourrache, de vipérine ou de phacélie entre vos plants de courges, potirons ou tomates. Vous constaterez ainsi que l'assiduité des bourdons et des abeilles, attirés par ces plantes mellifères, permet une augmentation de la fécondation des légumes-fruits, promesse de récoltes régulières.

6. Les semis des graines de carottes et de radis

Ils s'effectuent souvent dans le même sillon. Un des problèmes majeurs rencontré par le jardinier est la trop grande densité de semis qui nuit au bon développement des plantes et oblige à une opération d'éclaircissage longue et fastidieuse. En mélangeant les petites graines de carotte et de radis à du sable pour diluer les quantités mises en terre, puis en prélevant les radis qui arrivent à maturité dès la troisième semaine de culture, il est possible d'obtenir des distances de plantation entre les futures carottes comprises entre 10 et 15 cm, ce qui leur permettra de grossir de manière harmonieuse.



A. PETZOLD/ARISTICA

LES ASSOCIATIONS QUI POSENT PROBLÈME

Il est assez difficile d'imputer l'échec partiel ou total d'une culture aux seules interactions défavorables, mais il existe des exemples bien connus.

Le tableau fourni (voir page 28) vous indiquera les principaux accords à éviter, mais vos propres observations seront les plus précieuses afin de pouvoir confirmer certains résultats constatés.



*Le persil, planté trop près
des laitues, fait végéter ou
dépérir les salades.*

Supporte-toi toi-même...

Certains légumes ne se supportent pas eux-mêmes. Haricots nains avec haricots à rames, carottes trop serrées sur un même rang ou tous les types de choux entre eux seront physiquement séparés par d'autres cultures. Pensez également à l'étalement souterrain des racines qui interagissent souvent bien plus que les tiges et les feuilles en surface. L'interaction négative immédiate peut se prolonger dans le temps. Pour cette raison, la rotation des cultures permettra de ne pas installer au même endroit le même type de légumes deux années de suite.

Problèmes familiaux

Les membres de la famille de l'ail (Liliacées) et ceux de la famille du haricot (Fabacées) sont auto-incompatibles en raison de l'émission par les premiers de composés sulfureux toxiques pour le développement des bactéries contenues dans les racines des seconds. Ainsi, l'ail, les oignons, l'échalote mais également les poireaux ou la ciboulette seront donc éloignés des haricots, des fèves et des pois.

Il en est de même pour les choux qui ne supportent pas la présence à proximité de leurs racines des membres de la famille des Liliacées mais qui peuvent en revanche leur succéder car les substances libérées permettent de contrôler la présence de parasites cryptogamiques des racines des choux.

Les plantes appartenant aux mêmes familles botaniques peuvent être sensibles aux mêmes parasites. L'aneth et la carotte, notamment, sont attaqués par la mouche de la carotte. Les quelques pieds d'aneth nécessaires au jardin

pourraient indiquer trop facilement le chemin des rangs entiers et bien fournis de carottes. De la même façon, concombre et courge, potiron ou courgette ne seront pas cultivés à proximité les uns des autres.

Harcèlement chimique

✦ Épinard, bettes et betteraves ne seront pas cultivés ensemble. En effet, les racines du premier sécrètent de la saponine et de l'acide oxalique qui sont insupportables pour les secondes. La présence de légumes-racines concurrents comme les carottes ou la proximité des pucerons attirés par les haricots ne sont pas plus appréciées par les betteraves.

✦ Le fenouil inhibe profondément la croissance de nombreuses plantes potagères. Évitez donc de le planter à proximité des tomates, des courges, des épinards, des haricots, des panais ou encore des pois.

✦ L'absinthe, plante du jardin ornemental qui se retrouve parfois dans le carré des plantes aromatiques en raison de son usage répulsif ou toxique contre les insectes, est elle aussi à fortement déconseiller non loin des rangs de cultures.

✦ Réservez l'association des feuilles de laitue et de celles du persil au saladier car au jardin ce voisinage serait fatal à la salade.

✦ La pomme de terre est réputée pour servir de culture nettoyante de certaines planches car on travaille sol pour la butter et la récolter ou on la paille. Toutefois, la solanine qu'elle sécrète n'est pas du goût des asperges, des oignons, des courges ou même des potirons.

LES GRANDS PRINCIPES DE LA ROTATION

La succession des cultures de tous les types de plantes potagères sur une parcelle appauvrit le sol de façon progressive mais inexorable.

Pour maintenir un niveau de productivité constant, la rotation des cultures sur un potager fractionné en parcelles est une solution efficace et séduisante. Elle permet au sol de reconstituer son potentiel nutritif.



Ne cultivez pas les pommes de terre deux ans de suite au même endroit.

Les conséquences de la monoculture répétitive

Les racines des plantes cultivées tous les ans au même emplacement explorent les mêmes couches de terre. Les éléments nutritifs présents finissent par s'épuiser inexorablement. Les plantes potagères gourmandes, qui forment des fruits comme les tomates et les aubergines, ou des racines épaisses et pleines de réserves comme les pommes de terre, sont celles qui sollicitent le plus le potentiel du sol. La récolte des parties comestibles des plantes potagères, but essentiel du maraîchage, constitue de ce fait une perte définitive d'éléments nutritifs pour le sol.

L'appauvrissement du sol : quelles solutions ?

Cet appauvrissement est variable et progressif en fonction des plantes cultivées et du type d'organes récoltés. Il peut être compensé par l'installation de cultures reconstituantes comme les engrais verts ou la culture des Fabacées. On peut également procéder à des apports nutritifs réguliers sous forme organique de fumier ou de compost bien décomposé, à l'image des feuilles qui tombent au sol en forêt et qui se décomposent en une litière-réservoir nutritive.

Le sol est ici considéré comme un véritable volume explorable progressivement par tous les types de racines. Culture après culture et saison après saison, en une perpétuelle rotation, les réserves des parcelles délimitées seront vidées en trois ou quatre années avant d'être brutalement et massivement reconstituées.

Les bénéfices de la rotation

Les apports de fertilisants chimiques avaient pour but principal de compenser immédiatement les pertes d'éléments nutritifs dues aux récoltes. Pour être sûr d'apporter les quantités suffisantes, la tentation de l'excès, contrôlé ou pas, était presque inéluctable avec des conséquences polluantes par accumulation d'éléments non utilisés ou de migration vers les couches profondes et les nappes phréatiques. Le but des rotations culturales est de réintroduire des réserves stables

sous forme d'humus, notamment, qui ne se décomposeront qu'en fonction des besoins des différents types de légumes. Évidemment, ce système plus proche de ce qui se passe dans la nature est aussi plus sensible aux variations des conditions climatiques et aux équilibres complexes du monde biologique. Les résultats culturels pourront être décevants en termes de productivité ou peu enthousiasmants du point de vue organoleptique (c'est-à-dire pour tous nos sens). Des blocages de mise à disposition des éléments nutritifs dus aux manques d'eau et à une pauvreté en micro-organismes décomposeurs sont susceptibles de survenir.



QUELQUES REPÈRES

Quelle taille de potager choisir ?

- ✿ Jusqu'à 100 m² pour un potager plaisir.
- ✿ 50 m² par personne permet d'avoir des légumes frais durant toute la belle saison.
- ✿ 80 m² par personne afin d'obtenir des légumes toute l'année (légumes frais, racines stockées, conserves).

Où installer votre potager ?

- ✿ Dans un emplacement bien ensoleillé et dégagé.
- ✿ Évitez les arbres au sud pour ne pas avoir trop d'ombre.

- ✿ Le terrain doit être le plus plat possible.

- ✿ Veillez à la proximité d'un point d'eau.

Combien de temps en moyenne consacrer au potager ?

Votre potager vous demandera deux grandes périodes de travail : au printemps, en mars et avril pour les semis puis, en mai et juin pour le repiquage des jeunes plants ; à l'automne, avec la fin des récoltes et le travail du sol.

- ✿ 1 jour par semaine de mars à juin.
- ✿ 2 ou 3 jours en automne.

ORGANISER LA ROTATION

L'association des cultures potagères permet d'optimiser l'occupation de l'espace en lui conférant une véritable architecture. Cette division spatiale du potager rendra plus aisée la prise en compte des très nombreuses et complexes relations entre les plantes.

Quelques règles à définir au préalable

- Les dimensions de votre potager doivent vous permettre un fractionnement en plusieurs entités conservant chacune une surface adaptée à vos besoins et à vos envies tout en restant facilement accessible.

- Il est d'usage de respecter le principe suivant : ne pas cultiver une plante sur le même emplacement avant 2 ou 3 ans pour les Fabacées, 3 ou 4 ans pour les Liliacées, jusqu'à 4 ans pour les Rosacées. Ce délai peut s'allonger pour les plantes vivaces qui ne participent pas aux rotations comme les asperges, les artichauts ou certaines aromatiques tels le thym, la sauge ou le romarin dont les souches peuvent rester en place pendant de nombreuses années. On réservera donc pour ce type de plantes des emplacements bien distincts, en périphérie des parcelles ou des planches de culture.

- La proximité d'arbres, dont l'ombrage et surtout l'expansion envahissante des racines qui vont vite repérer la fertilité et l'humidité du sol du potager, doit être limitée.

- Les plantes potagères aiment généralement la lumière vive, même si certaines peuvent redouter la chaleur et seront alors abritées par des plantes plus hautes ou des paillages du sol protecteurs. Une orientation nord-sud des rangs de cultures

permettra de profiter au mieux de l'ensoleillement tout en limitant l'effet des ombres portées.

- L'accès aux parcelles ou aux planches de culture devra être aisé. Des cheminements permanents ou nomades, faits d'un matériau souple comme un paillage de broyat de bois ou d'une culture d'engrais vert telle que le trèfle blanc, permettront d'accéder partout avec une brouette en gardant les pieds au sec en hiver. Ces cheminements pourront éventuellement être bêchés pour servir de planches de culture les années suivantes.

LE RYTHME DE LA ROTATION

La rotation s'effectue généralement d'une année à l'autre en respectant le principe fondamental de ne jamais cultiver successivement deux plantes de la même famille botanique ou du même type (racine, feuille, fruit, fleur). Elle peut bien sûr s'envisager également au sein d'une même année de culture dès que la récolte de légumes prompts à arriver à maturité comme les radis, les carottes ou les navets précoces permet un remplacement par une culture d'automne ou d'hiver compatible avec les principes d'association.

Diviser son potager

Plusieurs configurations sont envisageables et votre choix se portera sur une solution personnelle adaptée aux particularités de votre jardin.

La gestion de l'espace développée par Gertrud Franck

Des rangs parallèles de cultures, espacés tous les 20 ou 25 cm, sont disposés sur l'ensemble du potager. Une culture d'épinard nommée rang fertilisant est systématiquement installée de

UNE TRACE ÉCRITE

Nommez ou numérotez vos parcelles et établissez un plan papier correspondant qui vous permettra de vous repérer dans l'espace et dans le temps au-delà de la deuxième saison de végétation, et de garder en mémoire vos succès, vos échecs et la trace des différentes successions de plantes.

Modèle d'alternance des planches de culture

PLANTES POTAGÈRES VIVACES	Rang fertilisant épinard	ALLÉE PERMANENTE	Rang fertilisant épinard	↓ rang de 20 à 25 cm
	Concombre + salades		Panais + poireau + radis	
	Rang fertilisant épinard		Rang fertilisant épinard	
	Oignon + betterave + salades		Céleri + choux	
	Rang fertilisant épinard		Rang fertilisant épinard	
	Allée de trèfle blanc		Allée de trèfle blanc	
	Rang fertilisant épinard		Rang fertilisant épinard	
	Carotte + bette + échalote		Fraisier + oignon	
	Rang fertilisant épinard		Rang fertilisant épinard	
	Courgette + tomate		Pois + carotte + choux	
	Rang fertilisant épinard		Rang fertilisant épinard	
	Allée de trèfle blanc		Allée de trèfle blanc	
	Rang fertilisant épinard		Rang fertilisant épinard	
	Tomate + carotte + salades		Tomate + radis + salades	

← 3 m →

← 3 m →

part et d'autre de chaque rang de plante potagère cultivée et des quelques allées d'accès composées de trèfle blanc. Cette culture facilite le passage à l'intérieur des parcelles car elle peut être piétinée. Le sol n'est ici jamais retourné pour ne pas perturber la vie microbienne et l'action des vers de terre. Un travail avec une aérabèche ou Grelinette permet une aération en profondeur du sol. Les allées de trèfle blanc sont binées tous les ans avant leur déplacement par translation. Les déchets de ce binage sont mis à composter car ils sont très riches en azote. Attention, aucun fumier frais ne doit être étalé sur le sol. Un seul apport de compost bien mûr permet de corriger la majorité des carences



nutritives qui peuvent éventuellement apparaître au fil des cultures. Par imitation avec les formations naturelles forestières ou prairiales, le sol ne reste jamais nu. Un mulch de feuilles, de broyat ou un engrais vert sera installé dès qu'une culture est arrivée à maturité.

Division de l'espace en zones dont trois sont en rotation

TEMPS ESPACE	GROUPE DE LÉGUMES CULTIVÉS		
	1 ^{RE} ANNÉE	2 ^E ANNÉE	3 ^E ANNÉE
PARCELLE 1	Légumes fruits ou graines	Légumes feuilles ou fleurs	Légumes racines ou bulbeux
PARCELLE 2	Légumes feuilles ou fleurs	Légumes racines ou bulbeux	Légumes fruits ou graines
PARCELLE 3	Légumes racines ou bulbeux	Légumes fruits ou graines	Légumes feuilles ou fleurs
PARCELLE 4	Légumes d'espèces vivaces hors rotation		

Le potager est divisé en quatre parties dont trois seulement sont en rotation. Ces dernières accueilleront les différents groupes de légumes : les légumes-feuilles ou fleurs, les légumes-racines ou bulbeux et les légumes-fruits ou graines. Il suffit ensuite de faire tourner chaque année ces trois groupes de légumes pour qu'ils ne reviennent au même endroit que la quatrième année. La quatrième parcelle sera réservée à la culture des plantes vivaces telles que les asperges ou les artichauts. Les bonnes associations ou les interactions négatives entre

plantes sur une même année au sein d'une même parcelle seront prises en compte au moment du choix de la composition des parcelles à l'aide du tableau croisé d'associations et incompatibilités culturales (voir page 28).

Dans ce cas de figure, les légumes-graines qui appartiennent à la famille des Fabacées, et qui sont considérés comme améliorant le sol, joueront un rôle proche de celui des engrais verts. Si la parcelle 1 accueille cette catégorie la première année, on pourra prévoir de cultiver un légume exigeant en azote la deuxième année.

Division de l'espace en zones dont quatre sont en rotation

TEMPS ESPACE	GROUPE DE LÉGUMES CULTIVÉS			
	1 ^{RE} ANNÉE	2 ^E ANNÉE	3 ^E ANNÉE	4 ^E ANNÉE
PARCELLE 1	Légumes graines et moutarde	Légumes fruits	Légumes feuilles ou fleurs	Légumes racines ou bulbeux
PARCELLE 2	Légumes racines ou bulbeux	Légumes graines et phacélie	Légumes fruits	Légumes feuilles ou fleurs
PARCELLE 3	Légumes feuilles ou fleurs	Légumes racines ou bulbeux	Légumes graines et sarrasin	Légumes fruits
PARCELLE 4	Légumes fruits	Légumes feuilles ou fleurs	Légumes racines ou bulbeux	Luzerne ou vesce
PARCELLE 5	Légumes d'espèces vivaces hors rotation			

Ce système est souvent utilisé dans les potagers en carré. Il nécessite cependant une certaine surface dédiée à chaque carré si l'on veut cultiver tous les types de légumes, en particulier ceux qui se développent sur de grandes surfaces comme les courges ou bien ceux qui sont peu productifs au mètre carré telles les pommes de terre ou encore les courges.

Ce système de rotation peut être prolongé sur 5 ans en ajoutant une culture de pommes de terre qui permettra de nettoyer le terrain. L'engrais vert sera cultivé dès la récolte des pommes de terre à la fin du mois de juillet.

Division de l'espace en plus de quatre zones dont certaines sont en rotation sur des durées variables

Si votre potager est spacieux, il peut être pertinent de le diviser en plus de quatre planches qui accueilleront les différentes catégories de plantes potagères. Il sera ainsi possible d'avoir plusieurs planches identiques reproduisant les mêmes types d'associations, disposées de façon non contiguë pour respecter les rotations. Il vous faudra absolument tenir à jour un plan papier pour en faciliter la gestion.

Les cultures identiques épuisent le sol mais il est tout à fait possible de compenser ces pertes sur un cycle rapide, tous les ans ou tous les deux ans, par des apports d'engrais organique ou de

INTÉGRER LA CULTURE D'UN ENGRAIS VERT

Attention, l'engrais vert doit être d'une autre famille botanique que celle du légume qui le précède. Donc, pas de moutarde après les concombres, courges, courgettes, et pas de luzerne ni de trèfle après les fèves, haricots verts et petits pois. Sur le même principe, les épinards qui peuvent aussi être considérés comme un engrais vert ne pourront pas se succéder. La phacélie, quant à elle, qui n'appartient pas aux familles botaniques des plantes potagères cultivées sous nos latitudes, peut être une solution pertinente. De plus, son attrait pour les insectes mellifères favorisera la pollinisation et la fécondation de certains légumes.

compost bien décomposé. Les cultures de légumes-fruités tels que les tomates, les courges et les aubergines, qui sont très gourmandes, peuvent ainsi revenir tous les ans ou tous les deux ans sur les mêmes emplacements. Il faudra toutefois penser aux problèmes parasitaires qui pourront être amplifiés si les cultures successives sont sujettes aux mêmes attaques. Faites alterner tomates, courges, aubergines et, de nouveau, des tomates. Ce qui permettra de briser le cycle de développement des parasites.

Enfin, les parcelles qui accueillent les légumes vivaces devant rester en place plusieurs années pourront prendre la place de certaines parcelles en rotation au bout de quelques années (3 ans pour les fraisiers, 4 ou 5 ans pour les asperges ou les artichauts). On pourra par exemple faire une culture d'engrais vert suivie d'apports importants de matières organiques pour compenser les pertes de nutriments. Les cultures de moutarde à fleurs jaunes ou blanches et de phacélie à fleurs mauves seront très attractives pour nos yeux et pour tous les insectes butineux comme les bourdons, papillons ou abeilles.

Suites culturales possibles ou incompatibles

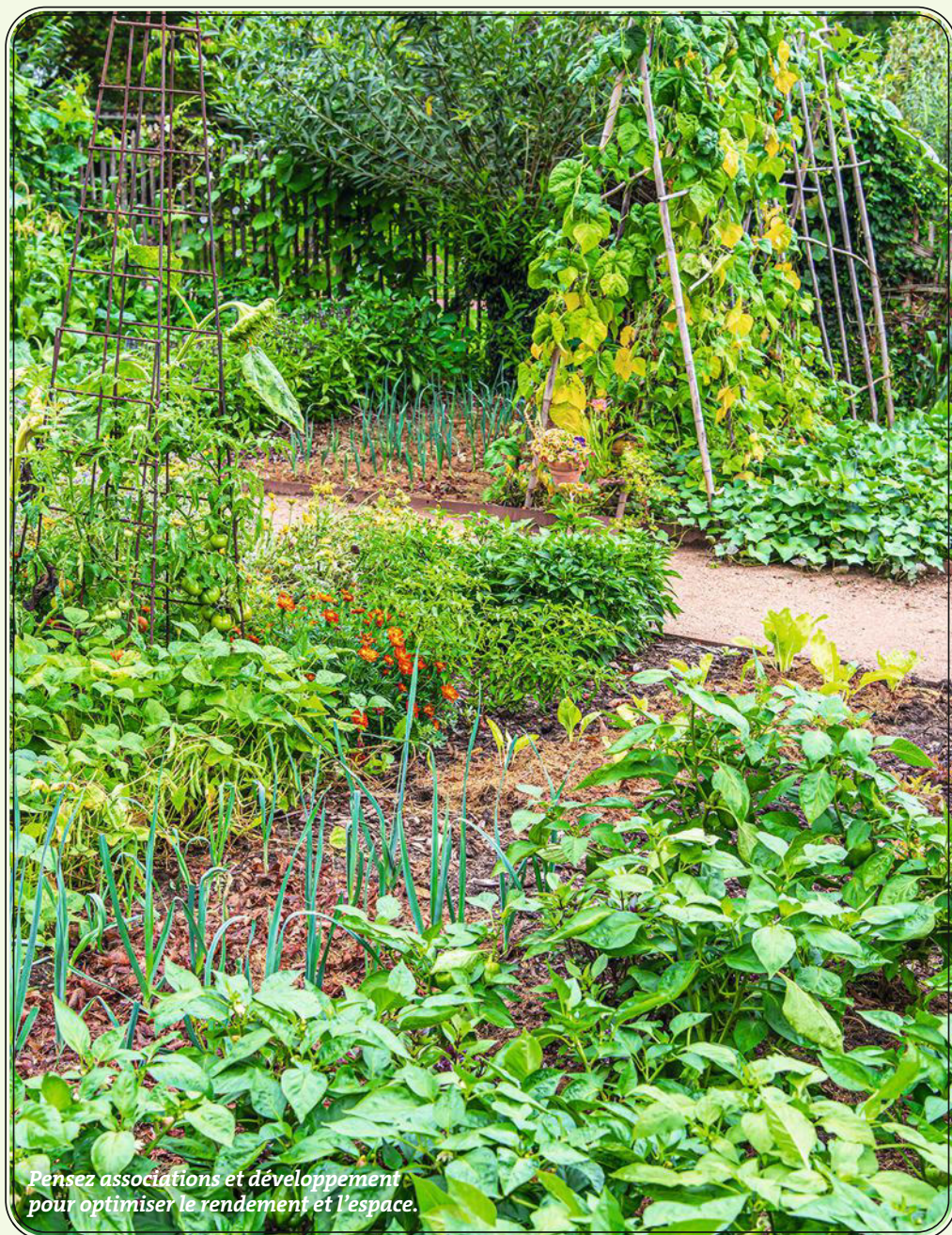
Le jardinage doit avant tout rester un plaisir. Les indications contenues dans ces pages sont présentées afin de vous aider à faire des choix raisonnés parmi une infinité de possibilités. Les incompatibilités notoires pourront ainsi être évitées, mais cela ne doit pas vous empêcher de tenter vos propres essais. Les interactions entre plantes potagères peuvent en effet beaucoup varier en fonction de la distance entre les plantes et les rangs de cultures souvent trop rapprochées pour gagner de l'espace. Les suites culturales pourront s'effectuer la même année dans le cas de cultures qui arrivent à maturité tôt en saison (comme les premiers radis ou salades de printemps), ou bien l'année suivante pour les cultures longues ou celles qui arrivent tardivement à maturité comme les plantes d'origine tropicale (tomates, poivrons, aubergines) qui nécessitent une longue période de chaleur pour pleinement se développer. Le tableau présenté ci-dessous et ci-contre peut vous permettre de préciser vos choix et votre organisation.

Bien choisir une variété ou culture en fonction des précédents culturels

CULTURE PRÉCÉDENTE	PLANTE	CULTURE SUIVANTE
Carotte, betterave, haricot, salade, tomate, radis, melon, fève, pois.	AIL	Carotte, betterave, haricot vert, laitue, mâche, chicorée.
Épinard, moutarde, haricot.	AUBERGINE	Radis, laitue d'hiver.
Radis, fève, pois.	BETTE	Mâche, laitue d'hiver.
Ail, oignon, pois, laitue de printemps, fève, chou, radis.	BETTERAVE	Chou, ail, laitue d'hiver, moutarde.
Chou, pois, fève, laitue, poireau.	CAROTTE	Chou, laitue d'hiver, oignon, ail, haricot vert.
Fève, pois, haricot, échalote, cresson, navet, laitue de printemps.	CÉLERI	Épinard, radis, laitue d'hiver, moutarde.

ROTATION DES CULTURES ET ASSOCIATIONS DES LÉGUMES

CULTURE PRÉCÉDENTE	PLANTE	CULTURE SUIVANTE
Oignon, chou, betterave, haricot vert, radis.	CHICORÉE	Carotte, betterave, tomate, radis, melon.
Carotte, haricot, salade, mais pas radis, navet ni chou.	CHOU POMMÉ	Laitue, épinard.
Pois, fève, laitue de printemps.	CHOU-FLEUR	Ail, oignon, laitue, mâche.
Épinard, salade, tout sauf radis, chou, navet.	CHOU-RAVE	Laitue d'automne, radis, mâche.
Radis, laitue, fève.	CONCOMBRE	Laitue d'hiver, cerfeuil, chicorée, mâche, moutarde.
Tomate, pois, fève.	COURGETTE	Mâche, épinard, laitue d'hiver.
Tout sauf ail, oignon, poireau.	ÉCHALOTE	Laitue, chou, haricot vert, radis.
Tomate, aubergine, chou-rave, poivron, haricot vert, radis, mais pas betterave.	ÉPINARD	Haricot vert, radis, chou, navet, carotte, tomate.
Betterave, carotte.	FÈVE	Chou, carotte, laitue d'été, poivron, aubergine, courgette, melon.
Laitue, carotte, radis.	HARICOT VERT	Laitue d'automne, chicorée, mâche, poireau, radis.
Chou-rave, radis.	LAITUE	Chou, concombre.
Chou, carotte, betterave, pois, fève, haricot vert, radis.	MÂCHE	Fève, radis, carotte.
Haricot, pois, fève, épinard.	MELON	Radis, laitue.
Laitue, haricot vert, carotte, fève.	NAVET	Poivron, melon, laitue d'été, poireau.
Laitue, betterave, radis, haricot vert, moutarde.	OIGNON	Radis, laitue d'automne, chicorée, mâche.
Tout sauf carotte.	PERSIL	Chou, laitue, oignon, haricot vert.
Laitue, radis, carotte, cresson, chou-rave.	POIREAU	Mâche, laitue d'hiver, carotte, persil, mais jamais oignon, ail, échalote.
Aucune la même année.	POIS	Tomate, chou, melon.
Chou-rave, épinard, haricot.	POIVRON	Mâche, laitue d'hiver.
Laitue, épinard, chou-fleur.	POMME DE TERRE	Mâche, épinard, navet, poireau, chou de Bruxelles.
Tout sauf chou, navet, cresson.	RADIS	Laitue, mâche.
Laitue d'hiver, chou-rave, épinard, moutarde.	TOMATE	Mâche, radis, moutarde.



*Pensez associations et développement
pour optimiser le rendement et l'espace.*

LES AVANTAGES DE LA ROTATION

Des saveurs retrouvées, une certaine sécurité alimentaire, un respect pour l'environnement, mais également une productivité convenable récompensant les efforts déployés. Ce tableau idyllique peut s'ériger comme un but à atteindre et encourager la motivation quotidienne du jardinier.

Gagner de la place

Des légumes adaptés...

Il est important de choisir les plantes potagères en fonction de l'espace dont on dispose. Une production de carottes ou de salades pourrait être anéantie dans un espace trop exigu par le développement des Cucurbitacées installées dans des rangs à proximité. Associez donc en bon voisinage des plantes à développement comparable. Réservez quelques espaces très limités aux plantes les plus exubérantes.

... à planter en nombre raisonnable

Soyez intransigeant avec le nombre de jeunes plants que vous installerez. Même s'ils vous apparaissent chétifs dans leurs petits godets servant à la germination, ils vont se développer à l'image des plantes d'origine tropicale, avec une extrême vigueur une fois que les conditions climatiques favorables seront réunies. Éclaircissez également les semis faits en place avec autant de conviction. Les jeunes pousses de salades et de betteraves consommées en mesclun sont d'ailleurs délicieuses et très en vogue dans les grands restaurants.

Pensez à leur encombrement

Les plantes hautes seront associées avec des plantes couvrantes seulement dans le cas où les

premières possèdent des tiges élancées à feuillage peu dense suivant l'exemple de la tomate et du basilic. Il est d'ailleurs toujours possible d'éliminer une partie du feuillage de certaines cultures pour en limiter le développement dès que certains fruits se sont formés comme c'est le cas pour les potirons ou les melons.

Rentabiliser la saison et les surfaces

Une erreur classique consisterait à serrer les cultures afin de ne pas perdre le moindre mètre carré de terre. Ce serait oublier que la concurrence vis-à-vis des éléments nutritifs du sol et de la lumière conduirait au développement des plantes les plus vigoureuses ou les plus rapides à s'installer, au détriment des autres. Ces plantes trop allongées ne seraient pas forcément plus productives car les réserves nutritives du sol restent dans tous les cas limitées et les fruits ou graines manqueraient de lumière et de chaleur pour bien arriver à maturité.

Il est préférable de raisonner en priorité sur le temps plutôt que sur l'espace. Les cultures les plus précoces, tant pour leur installation que pour la récolte, seront systématiquement installées car elles pourront être suivies d'une autre culture qui prendra le relais jusqu'à la fin de la saison.



Tomates et œilleux d'Inde.

Il ne faut pas négliger les cultures hivernales si votre région permet d'étaler les récoltes, ou les plantes dont on consomme les racines restées dans le sol, simplement protégées d'une couche de feuilles mortes ou de paille pour échapper aux plus forts épisodes de gel.

Contenir les problèmes parasitaires

Contre les produits chimiques

Le refus d'utiliser les produits phytosanitaires chimiques très polluants pour l'environnement conduit à la recherche de méthodes alternatives

de lutte contre les principaux ravageurs des cultures. Le jardinier écoresponsable doit connaître les différentes maladies et parasites ainsi que leur cycle de développement afin de déjouer leurs attaques de façon préventive. Diverses stratégies peuvent être mises en place grâce aux associations et à la rotation des cultures.

Comprendre l'écosystème

Il est essentiel de comprendre les habitudes d'un organisme nuisible afin de déterminer les possibles associations culturales et les rotations. Un parasite qui ne s'attaque qu'à une

famille spécifique pourra être mis en difficulté s'il ne retrouve pas de plante hôte rapidement lors de la saison suivante. On ne replantera donc pas deux fois à la même place ni pomme de terre, ni aubergine, qui pourraient servir de plante relais. Cette stratégie se montre évidemment inefficace dans le cas où l'agent pathogène possède un spectre de plantes sensibles très large, à l'instar de certains pucerons ou encore l'oïdium ou le mildiou.

Des plantes protectrices

Pensez également que dans les petits jardins (surface inférieure à 300 m²), le déplacement des parasites est très facile. Le problème serait le même au sein de jardins partagés urbains dont les surfaces cultivées individuelles sont assez exiguës et où les échanges de plantes à plantes sont permanents. La grande diversité des plantations pourrait éventuellement freiner la recherche des plantes sensibles par les parasites. Certaines plantes fleuries sont couramment utilisées dans les potagers pour protéger des cultures sensibles contre les insectes ou les nématodes qui s'attaquent aux racines. C'est le cas des tagetes que l'on appelle encore roses d'Inde (*Tagetes erecta*) ou œillets d'Inde (*T. patula*) en fonction des espèces. La variété *T. patula* 'Ground Control', de grande taille à fleurs simples orange vif, est particulièrement efficace. Plantez également des soucis *Calendula arvensis* ou *C. officinalis* et de la phacélie (*Phacelia tanacetifolia*) pour obtenir les mêmes bénéfices.

Les plantes à associer contre les nuisibles

Ces quelques exemples figurent parmi les plus reconnus mais les essais dans votre potager doivent être constants et variés afin d'optimiser les effets favorables. Certaines associations

bénéfiques reprises dans le tableau des associations et incompatibilités (voir page 28) reposent sur des effets allélopathiques. Ces derniers sont basés sur la synthèse et la diffusion de molécules dans l'air ou dans la terre, qui exercent une influence sur l'attractivité ou la répulsion de maladies et de parasites.

✪ La mouche de l'oignon est repoussée par l'odeur des carottes. Réciproquement, il semblerait que l'oignon repousse la mouche de la carotte. L'association carotte et poireau est aussi très intéressante pour les mêmes raisons.

✪ Contre les chenilles de la piéride, plantez du fenouil, de la menthe ou de la sauge près des choux. La piéride engendre d'ailleurs davantage de dégâts sur les plantes lors de sa seconde génération : associez des cultures de céleri et de tomate pour les faire fuir.

✪ Le basilic est un fort répulsif des mouches et des moustiques. Il s'associe parfaitement avec les tomates, les poivrons ou les aubergines.

✪ La bourrache attire les abeilles, fait fuir les limaces, réduit les attaques de doryphores et éloigne les vers des tomates. Elle est très appréciée des pommes de terre, des courgettes, des choux, des fraisiers et des tomates.

POMME DE TERRE NETTOYANTE

Sur un terrain vierge auparavant couvert d'herbes, certaines cultures comme la pomme de terre permettent de bien nettoyer le sol des mauvaises herbes et de certains parasites avant d'implanter d'autres cultures.

• La culture de plantes mellifères, dont certaines peuvent servir d'engrais verts, attire certains butineurs. Les syrphes, sorte de mouches ressemblant à des guêpes en raison des bandes alternées jaunes et noires situées sur leur abdomen, ont des larves très voraces qui consomment de grandes quantités de pucerons. L'aneth, la matricaire, la camomille et la coriandre font partie de ces plantes à accueillir au potager.

• Planter de l'ail serait une mesure préventive contre la pourriture grise des fraisières.

UNE PLANTE PEUT EN CACHER UNE AUTRE

Certaines plantes "cachent" les plantes potagères aux insectes et aux nuisibles. Des molécules odorantes diffusées dans l'atmosphère par de nombreuses plantes aromatiques comme la lavande, le thym ou le romarin, mélangés aux légumes par exemple, diluent celles des feuilles des plantes potagères que l'on veut protéger, empêchant ainsi le repérage évident et à longue distance par les parasites, ce qui, à l'inverse, est pratiquement inévitable en cas de monoculture.

LA CONSOUDE : PANACÉE DU JARDINIER

Vous pouvez cultiver un petit carré de consoude afin d'utiliser tout son potentiel. Les feuilles hachées répandues en paillage sur le sol ou utilisées pour la confection de purin sont excellentes. Les insectes butineurs sont également très friands du nectar sécrété par ses fleurs.

Fabriquer votre propre extrait de consoude

Utilisez la méthode de Bertrand Bernard (La Consoude, trésor du jardin, Ed. de Terran). Prenez trois récipients, identiques de préférence. Percez le fond du premier de

plusieurs trous, déposez-y la consoude hachée. Le deuxième recueillera le "jus" d'écoulement. Placez enfin le troisième au-dessus : rempli d'eau, il fera office de presse.

Comment employer votre extrait de consoude ?

• Comme fertilisant, il est parfait pour les légumes racines, les légumes fruits et les petits fruitiers qui apprécient fortement un complément de potasse. Diluez l'extrait à raison d'une cuillerée à soupe par litre d'eau de pluie pour un arrosage au sol, et la même dose dans cinq litres d'eau pour la pulvérisation.

- Comme insecticide, en pulvérisations contre les mouches et les pucerons.
- Comme fongicide, pour prévenir les maladies cryptogamiques. L'extrait de consoude renforce les plantes qui y sont sensibles.
- Pour le bouturage, trempez le bout inférieur de vos boutures dans de l'extrait de consoude. Riche en hormones d'enracinement, celui-ci provoquera la formation d'un épais chevelu racinaire.
- Favorisez la germination des graines en pulvérisant les sillons de semis avec de l'extrait de consoude.



Oignons et carottes, une association bénéfique.

J. M. BOLLIGESPHOTO



TABLEAU CROISÉ...

	CIBOULETTE	CHOU	CHOU-FLEUR	CHOU-RAVE	CONCOMBRE	COURGE	COURGETTE	ÉCHALOTE
AIL								
ANETH								
ARTICHAUT								
ASPERGE								
AUBERGINE								
BASILIC								
BETTE								
BETTERAVE								
CAROTTE								
CÉLERI À CÔTES								
CHICORÉE SAUVAGE								
CIBOULETTE								
CHOU								
CHOU-FLEUR								
CHOU-RAVE								
CONCOMBRE								
COURGE								
COURGETTE								
ÉCHALOTE								
ÉPINARD								
FENOUIL BULBEUX								
FÈVE								
FRAISIER								
HARICOT								
LAITUE								
MÂCHE								
MAÏS								
MELON								
NAVET								
OIGNON								
PANAIS								
PERSIL								
POIREAU								
POIS								
POIVRON								
POMME DE TERRE								
POTIRON								
RADIS								
ROMARIN								
SARRIETTE								
SAUGE								
THYM								
TOMATE								

Association bénéfique Mauvaise association

Auto-incompatibilité Culture autonome sur un ou plusieurs rangs

	MELON	NAVET	OIGNON	PANAIS	PERSIL	POIREAU	POIS	POIVRON
AIL								
ANETH								
ARTICHAUT								
ASPERGE								
AUBERGINE								
BASILIC								
BETTE								
BETTERAVE								
CAROTTE								
CÉLERI À CÔTES								
CHICORÉE SAUVAGE								
CIBOULETTE								
CHOU								
CHOU-RAVE								
CHOU-FLEUR								
CONCOMBRE								
COURGE								
COURGETTE								
ÉCHALOTE								
ÉPINARD								
FENOUIL BULBEUX								
FÈVE								
FRAISIER								
HARICOT								
LAITUE								
MÂCHE								
MAÏS								
MELON								
NAVET								
OIGNON								
PANAIS								
PERSIL								
POIREAU								
POIS								
POIVRON								
POMME DE TERRE								
POTIRON								
RADIS								
ROMARIN								
SARRIETTE								
SAUGE								
THYM								
TOMATE								

Association bénéfique
 Mauvaise association

ROTATION DES CULTURES ET ASSOCIATIONS DES LÉGUMES

[illegible]

Auto-incompatibilité

Culture autonome sur un ou plusieurs rangs

Rustica
HORS-SÉRIE

Apiculture

MODE D'EMPLOI



INSTALLER UNE RUCHE ET FAIRE SON MIEL



L 12804 - 38 H - F : 7,90 € - RD



GUIDE PRATIQUE pour bien installer et entretenir son rucher. Respecter la réglementation. Les bons gestes pour extraire, récolter et conserver son miel.

En vente dans votre rayon presse