

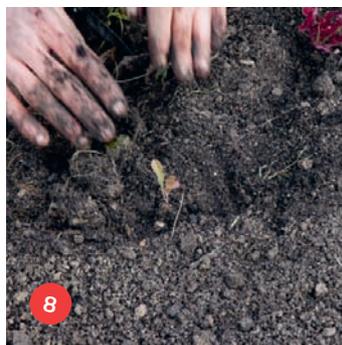
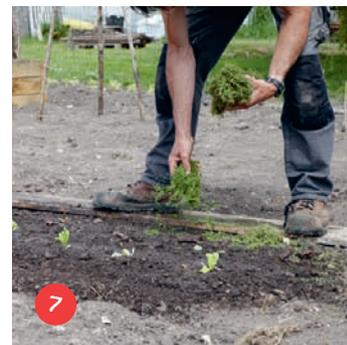
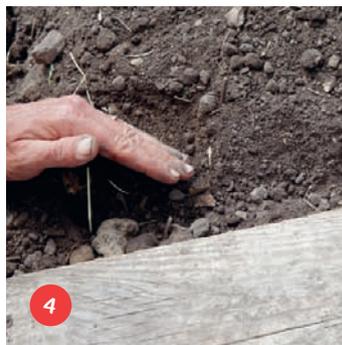
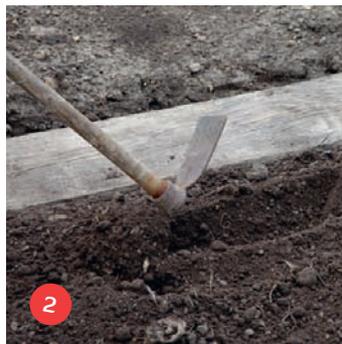
## Les semis

1<sup>er</sup> geste tellement important, celui permettant, outre de profiter du plaisir de la magie de la germination, d'acquérir un maximum d'autonomie sur le choix des espèces et des variétés les mieux adaptées à son sol, son climat et bien sûr ses goûts.

### Le semis en ligne à éclaircir

Le plus rapide et le plus simple ! Il se fait en 8 étapes :

- 1 Préparation du lit de semis au râteau sur un sol suffisamment décompacté et amendé.
- 2 Ouverture du rayon à la pointe de la serfouette.
- 3 Répartition des semences (Se reporter au chapitre 4 pour les distances de semis selon les variétés).
- 4 Fermeture du rayon.
- 5 Plombage du rang.
- 6 Arrosage copieux en pluie.
- 7 Couverture jusqu'à la levée.
- 8 Éclaircissage à 2 vraies feuilles.
- 9 Repiquage éventuel.



## Le semis en pépinière

Il se fait exactement comme le précédent. Une différence néanmoins à l'étape 3 : tous les plants étant destinés à être arrachés pour être repiqués, on le fait sur une surface réduite. Pour une famille moyenne de 4 personnes, 50 cm linéaires de semis par variété suffisent en général largement à une variété.

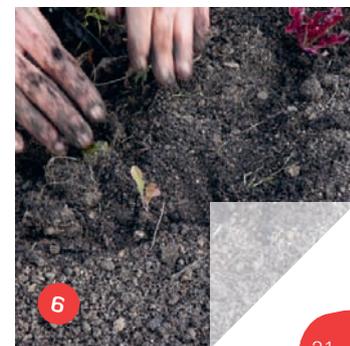
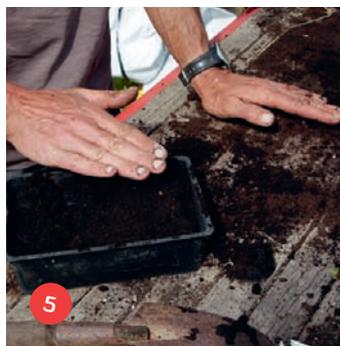
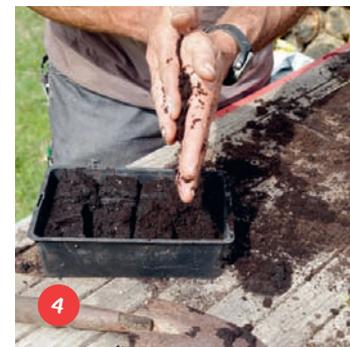
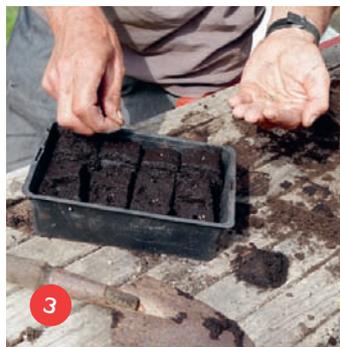
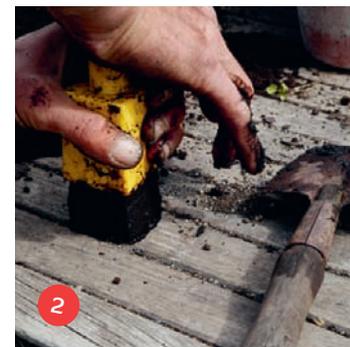
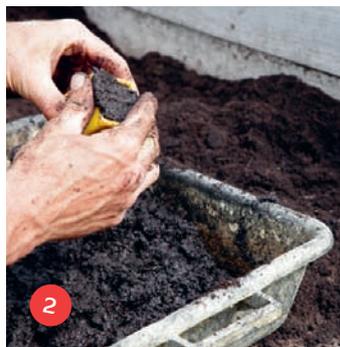
## Le semis en poquets à éclaircir

Un peu plus long à faire que les précédents, c'est probablement un des types de semis le mieux adapté. Le déroulement est exactement identique aux précédents, hormis à l'étape 3, où les graines sont réparties en petits groupes de 4 ou 5 à la distance définitive.

## Les semis en mottes

Même si le temps de préparation des mottes est un peu long, cette méthode est incontestablement la meilleure dans la gamme des semis « hors-sol », celle qui garantit la meilleure reprise.

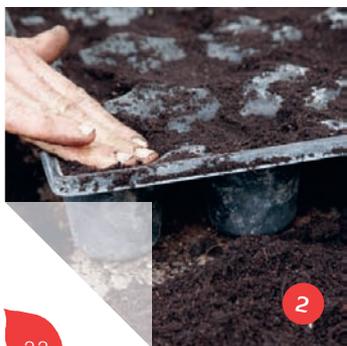
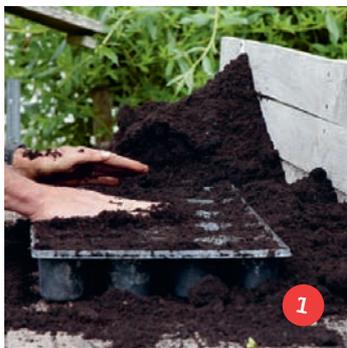
- 1 Détrempez votre terreau.
- 2 Formez les mottes avec un presse-motte.
- 3 Semez 1 à 3 graines par motte.
- 4 Recouvrez en saupoudrant d'un centimètre de terreau. Maintenez humide jusqu'à la levée, la motte ne doit surtout pas dessécher.
- 5 Éclaircissez si toutes les graines ont germé. Ne conservez qu'un seul plant.
- 6 Plantez à 2 vraies feuilles.



## Le semis en plaques alvéolées

Très rapide à faire, il demande par contre une surveillance quasi-quotidienne pour éviter le dessèchement du terreau, c'est l'écueil principal à éviter pour ce type de semis.

- 1 Remplissez vos plaques en tassant bien.
  - 2 Imprimez une petite « cuvette » de semis.
  - 3 Semez 1 à 3 graines par cuvette.
- ▶ Maintenez humide jusqu'à la levée. La plaque ne doit surtout pas dessécher.
  - ▶ Éclaircissez si toutes les graines ont germé.
  - ▶ Plantez à 2 vraies feuilles.



## À surveiller : les petits tracas les plus courants...

Tout ne se passe pas toujours idéalement au potager. Loin d'être dramatique, la perte de quelques plants ou semis peut par contre être à la longue décourageante. Qu'il s'agisse des limaces et autres taupins, quelques astuces vous permettront, à condition de ne pas chercher à avoir un taux de réussite à 100 %, d'éviter trop de déconvenues.

### Limaces et escargots : les champions...

On peut presque toujours partager avec des gastéropodes qui finalement n'ingèrent pas des quantités si énormes, sauf au stade crucial du semis ou de la plantation, où là il ne s'agit pas de partage de leur part mais de razzia. Voici quelques méthodes :

#### La barrière physique :

- 1 Se déplaçant sur le mucus qu'ils produisent, des cordons de cendre épais autour des plantes à protéger les arrêteront. Deux inconvénients cependant : il faut penser à les renouveler après chaque pluie, et la grande quantité de potasse contenue dans la cendre de bois peut à terme provoquer des déséquilibres dans le sol.

#### Les pièges :

- 2 **Le piège à bière** : Très efficace, il faut le protéger de l'eau de pluie et de ruissellement. Très important, laissez-le dépasser d'au moins 2 cm au-dessus du sol de façon à ce que les carabes ne puissent l'escalader et s'y noyer.

**Le faux refuge :** Limaces et escargots cherchent l'ombre et l'humidité. De simples planches, posées en périphéries, les attireront. Il ne vous restera plus qu'à les retourner dans la journée et livrer votre butin aux poules, aux voisins etc.

### La traque :

Spectaculaire, munissez-vous d'une lampe de poche une fois la nuit tombée et passez en revue vos cultures. C'est impressionnant le nombre d'intrus et d'intruses profitant de la fraîcheur de la nuit que vous y découvrirez.

### Une aide bienvenue :

Accueillez les auxiliaires, ils sont nombreux à apprécier les limaces et escargots : hérissons, carabes, orvets etc. s'en régaleront. Quand le potager commence à se vider ou qu'il est encore en cours de préparation, les poules et canards peuvent participer à réguler des populations trop importantes de gastéropodes.

### 3 En dernier recours :

Les granulés de Ferramol® peuvent permettre si nécessaire de « calmer » un peu d'éventuelles infestations sans impact négatif sur la faune environnante.

### Ne cédez pas à la tentation !

Il est inutile et dangereux pour les équilibres naturels d'acheter des auxiliaires comme cela commence à se pratiquer. À chaque jardinier de chercher à créer une harmonie dans son potager, où la quantité d'auxiliaires et de ravageurs finira par se réguler.



1



2



3



« Red Salad Bowl ».

Douces, ces laitues d'intersaison seront parfaites rehaussées avec de la roquette par exemple.



« Radichetta ».

# Les laitues à couper

Qui plus que ce type de laitues pour symboliser la générosité au potager ? Particulièrement adaptées aux petits espaces, non seulement ces laitues à couper se sèment quasiment toute l'année, mais permettent en plus plusieurs récoltes successives sans que leur saveur s'altère.

## Identité

**Nom de genre et d'espèce** *Lactuca sativa* var. *crispa*

**Nom vernaculaire** Laitues à couper

**Autres noms vernaculaires** Feuilles de chêne, même si ce nom est un peu restrictif et ne recouvre pas l'ensemble des variétés à couper existantes.

**Famille** Asteracées.

**Cycle** Annuelles ou bisannuelles.

## Description

Blondes, vertes ou pourpres, ces laitues ne forment pas de pommes à proprement parler mais des rosettes de feuilles très denses pouvant presque faire illusion. Si quelques puristes reprochent à l'essentiel des variétés leurs feuilles fines manquant un peu de consistance, ce petit défaut est plus que largement compensé par l'abondance de la récolte.

## Prévoir

**Quantité moyenne pour une famille de 4 personnes** 10-12 plants<sup>1</sup>.

**Exposition** Ensoleillée hormis en été où une légère ombre est bienvenue.

1. Il est bien sûr impossible de donner un chiffre précis, tout dépend des habitudes alimentaires de chacun, de la dimension du potager et de ce qu'on y privilégie. Ces indications sont donc relatives, établies pour un potager d'une bonne centaine de mètres carrés où diverses espèces et variétés de plantes à récolter en salade sont cultivées simultanément.

**Exigences** Montrez-vous généreux sur le compost de préférence bien décomposé.

**Préparation du sol** Décompactez et griffez soigneusement les planches.

**Arrosage** Comme toutes les laitues, les sélections à couper demandent de la régularité, ne croissent que dans un sol qui n'a jamais séché. Petite particularité, elles auront besoin d'un arrosage renforcé après chaque cueillette de façon à pouvoir émettre aisément de nouvelles feuilles.

## Cultiver

**Date de semis** Potentiellement toute l'année, avec néanmoins une restriction d'octobre à fin janvier.

**Type de semis** Tout est permis (ligne, pépinière, poquet, terrine etc. avec graduation).

**Ressemer** Régulièrement particulièrement en automne et au printemps de façon à avoir même pendant la morte saison quelques feuilles à couper.

**Températures optimales de germination** 12-16 °C.

**Temps moyen de germination** 6 à 15 jours.

**Plantation** 1 mois après le semis.

**Distance sur le rang** 25 cm.

**Entretien** Éclaircir si nécessaire, sarcler puis pailler.

**Surveiller** Les limaces et escargots au stade plantule.

## Récolter

Si on peut couper à la base, cette méthode demande du temps avant que de nouvelles pousses apparaissent. Il est en général préférable de prélever au fur et à mesure des besoins en fonction de la croissance du plant.

## Tableau des 4 saisons

Pour toute l'année : semis de janvier à septembre	Résistantes à la chaleur (semis avril à juillet)
'Red salad bowl' 'Green salad bowl'	'hussarde' 'Radichetta'



À maturité, les feuilles de l'arroche sont parfaites cuites comme des épinards, plus jeunes elles sont délicieuses récoltées en jeunes pousses.

# Arroche

À ne surtout pas oublier : l'arroche fait partie de ces généreuses dont les graines au fort pouvoir de dissémination lui permettent de s'inviter dans votre jardin d'une année sur l'autre, sans jamais se montrer encombrante.

## Identité

**Nom de genre et d'espèce** *Atriplex hortensis*

**Nom vernaculaire** Arroche

**Autres noms vernaculaires** Belle Dame

**Famille** Chénopodiacée

**Cycle** Annuelle

## Description

Belles, bonnes et quasiment rien à faire ! Les arroches, qu'elles soient pourpres, vertes ou blondes, sont d'une sobriété exemplaire. Très tolérantes à la chaleur, elles fournissent, même au cœur de l'été, quantité de feuilles tendres, à la forme quasiment triangulaire caractéristique. Nettement plus faciles à réussir que leurs cousins les épinards, leurs jeunes feuilles sont elles aussi un vrai régal à savourer crues, seules ou en mélange.

## Prévoir

**Quantité moyenne pour une famille de 4 personnes** Une dizaine de plants.

**Exposition** Ensoleillée.

**Exigences** Modérées.

**Préparation du sol** Classique, décompactage et griffage de surface.

**Arrosage** Nettement moins conséquent que pour des laitues, néanmoins une sécheresse risque de faire durcir les feuilles et limitera leur profusion.

## Cultiver

**Date de semis** Mi-avril à mi-juin, jusque fin juillet pour une récolte en jeunes pousses uniquement.

**Type de semis** en ligne, en poquet, en mottes, en alvéoles, en godets.

**Ressemer** Inutile sauf pour jeunes pousses en fin de saison.

**Températures optimales de germination** 10/15 °C.

**Temps moyen de germination** 8 jours.

**Plantation** 1 mois après le semis.

**Distance sur le rang** 30 cm.

**Distance entre rangs** 30 cm.

**Entretien/gestes spécifiques** Pincez la tige principale quand la plante atteint une trentaine de cm de hauteur pour favoriser l'émission de nouvelles pousses et freiner la montée à graines. Au cours de l'été, laissez quelques plants monter à graines de façon à ce qu'elle puisse se ressemer spontanément.

**Surveiller** L'arroche ne nécessite pas de surveillance particulière.

## Récolter

Cueillez feuille à feuille au fur et à mesure des besoins. Les jeunes feuilles peuvent être mêlées directement aux salades, plus développées, il est préférable de les couper en lanières fines. Regardez régulièrement le développement des jeunes feuilles apparues de façon à récolter les plus jeunes, toujours plus tendres.

## Tableau des 4 saisons

	Semis	Plantation	Récolte	Variétés
Pour plante entière	Avril à mi-juin	Mai à début juillet	Juillet à septembre	Blonde Pourpre Verte Opéra
Pour récolte en jeunes pousses	Avril à fin juillet	-	Juin à octobre	idem