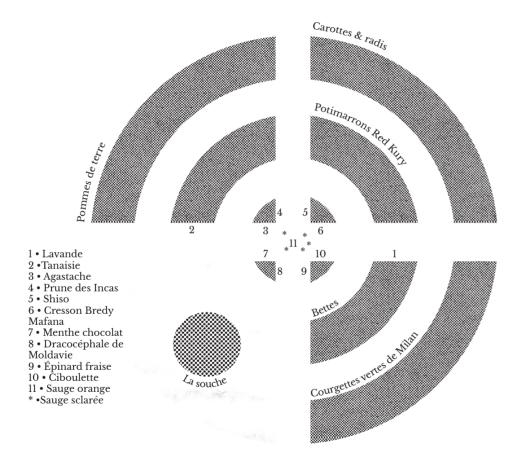
LE POTAGER Journal de bord



FÉVRIER Période de travail des étudiants de la ferme Perma G'Rennes sur le projet de potager.

1ER MARS Présentation du projet par les étudiants, remise d'un document de travail et de plans.

15 MARS Réunion des bénévoles, présentation et choix des plantations à venir.

31 MARS Achat de graines à semer

Bette à cardes Rouges¹ • Courgette Verte de Milan • Courge musquée « Longue de Nice » • Tomate « Miel du Mexique » • Sauge « sclarée »¹ • Chrysanthème comestible • Bouillon blanc • Arroche rouge.

¹ Partiellement semées en juillet. Les autres graines sont conservées au frais pour l'année prochaine.

o6 AVRIL Animation potager avec Simon : dégagement du terrain • Coupe d'un arbuste (reste la souche) • Dessouchage d'un bout de haie qui se trouvaient sur la parcelle du potager) • Tonte de la pelouse • Délimitation des surfaces de culture et des allées avec de la sciure et des bouts de bois • Plantation de tanaisie.

COURANT AVRIL Préparation de la terre sur la moitié du mandala • ² Insectes observés : larves de Hanneton (gros verts Précision du choix des légumes et plantes à mettre sur chaque par- blancs) retirées de la terre (les larves mangent les racelle • Passage de houe pour ôter la couche de gazon • Croc • Gre- cines et les adultes les feuilles des plantes) et offertes linette².

aux rouges-gorges très assidus dans le jardin lors de cette période.

28 AVRIL Animation potager avec Simon • Paillage et semis des *radis* « 18 jours » et des carottes • Plantation des pommes de terre.

MAI Préparation des autres parcelles (seules 2 « bandes » restent en friche à cause d'une souche récalcitrante) • Récolte des *radis* (plus d'un kilo).

15 JUIN Plantations.

Pleine terre : Courgettes vertes de Milan (6 plants) • Potimarron Red Kury (3 plants) • Cresson Bredy Mafana • Dracocéphale de Moldavie • Prune des Incas • Menthe Chocolat • Agastache • Ciboulette • Épinard fraise • Shiso • Lavande. En pot : Sauge orange.

FIN JUIN Éclaircissement des carottes.

DÉBUT JUILLET Semis des *Bettes à carde rouge* (pleine terre) et de *Sauge sclarée* (en pots).

LA ROTATION DES CULTURES





La rotation des cultures permet de ne pas épuiser le sol en alternant d'année en année les types de légumes (légumineuses, légumes-racines, légumes-fruits, légumes-feuilles) présents sur chaque parcelle. Les différentes catégories de légumes n'ont pas les mêmes besoins concernant la richesse des sols : les légumes-racines se satisferont d'un sol assez pauvre mais bien aéré, tandis que les légumes-fruits sont très gourmands en nutriments et en matière organique.

LÉGUMES-RACINES Apiacées (carotte, panais, céleri, fenouil...), brassicacées (radis, navet, chou, roquette, moutarde, raifort...).

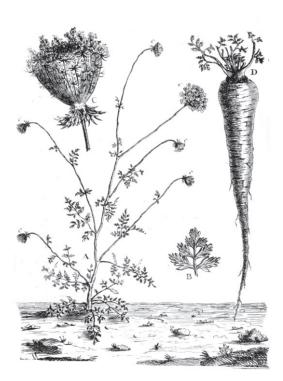
LÉGUMINEUSES Fabacées (haricots, pois, fève...).

LÉGUMES-FRUITS Solanacées (tomate, aubergine, piment...), cucurbitacées (courge, courgette, concombre...).

LÉGUMES-FEUILLES Liliacées (poireaux, oignon, ail, échalote, asperge...), chénopodiacées (épinards, bettes, betteraves...).

LES LÉGUMES





ICUS CAROTTA

MÉTHODE DE SEMIS Les graines sont associées à celles des *radis* et sont incorporées dans un mélange de terre, de terreau et de marc de café. Le semis s'effectue en ligne dans une petite tranchée. Une moitié de la parcelle a été paillée et l'autre est restée nue.

TYPE Plante annuelle • Légume racine PÉRIODE GÉNÉRALE DE SEMIS mars à juin.

ENTRETIEN Un éclaircissage est nécessaire. La récolte des *radis*, bien plus précoces que les carottes a déjà permis d'aérer les plants. Pour pouvoir s'élargir correctement, les carottes doivent être espacées de 3 cm lorsqu'elles font 3 cm de haut (elles commencent à peine à se teinter d'orange¹), puis de 8 cm lorsqu'elles portent trois feuilles.

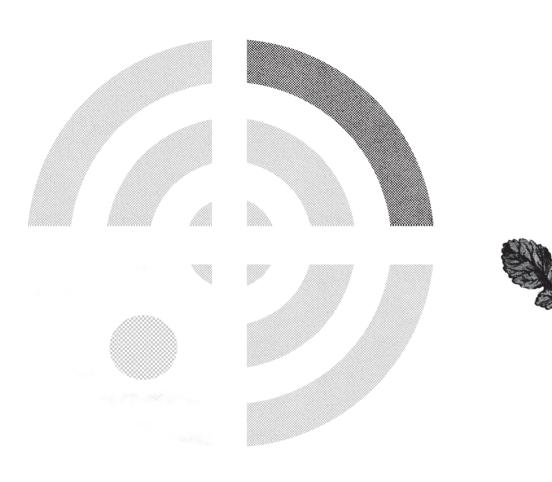
RÉCOLTE TBA

OBSERVATIONS Les carottes se sont très peu développées dans la partie paillée de la parcelle (même comportement observé chez les *radis*). Nous nous questionnons sur leur pertinence au sein du potager, notamment à cause de l'éclaircissage qui oblige à arracher de nombreux plants, dont nous avons toutefois consommé les fanes (en soupe, en pesto² ou poêlées).

Les carottes semblent très bien supporter la chaleur et l'ensoleille- nez et mixez le tout. ment et n'ont pas souffert de la canicule.

¹ La carotte n'a pas toujours été orange. À l'origine, il en existait surtout des blanches et quelques variétés de carottes pourpres. Ce sont les croisements effectués par l'homme qui lui ont donné, au XVII^c siècle, sa couleur et qui lui ont ainsi permis de s'inviter à la table des nobles et des princes.

² Hachez vos fanes et ajoutez-y ail, huile d'olive et éventuellement amandes, pignons ou noix. Assaison-



RAPHANUS

TYPE Plante annuelle • Légume racine PÉRIODE GÉNÉRALE DE SEMIS avril-mai. DATE DU SEMIS DANS LE POTAGER 28 avril.

MÉTHODE DE SEMIS Les graines sont associées à celles des *carottes* et sont incorporées dans un mélange de terre, de terreau et de marc de café. Le semis s'effectue en ligne dans une petite tranchée. Une moitié de la parcelle a été paillée et l'autre est restée nue.

ENTRETIEN Les radis ont nécessité très peu d'entretien et d'arrosage.

RÉCOLTE Les radis sont montés très vite et ont été récoltés au bout de trois semaines, ce qui correspond à leur surnom de « radis de 18 jours ». Nous en avons obtenu plus d'un kilo.

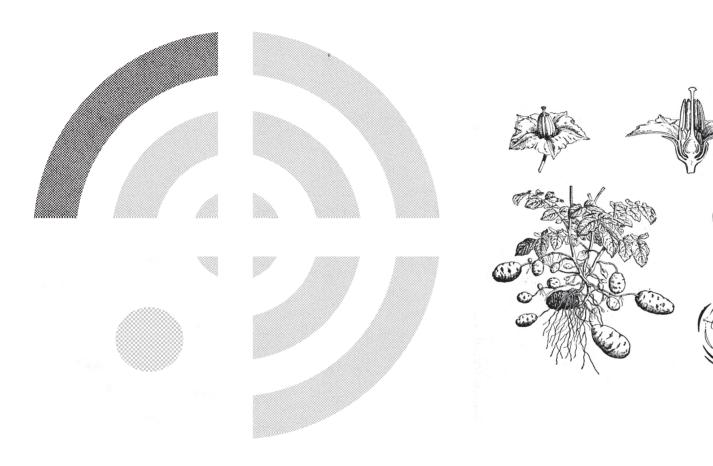
En France, sous la III^e République, les radicaux étaient souvent comparés aux radis : « Roses à l'extérieur,

GRAINES Nous avons tenté de laisser quelques radis monter et fleurir, afin d'en récolter les graines pour l'année prochaine (celles-ci se trouvent dans des cosses situées sous les fleurs, le long de la tige du radis).

souvent comparés aux radis : « Roses à l'extérieur, blancs à l'intérieur, et toujours près du beurre ». Ce dicton politique décrivait le comportement du parti radical : politiquement à gauche (« roses »), économiquement à droite (« blancs »), et presque toujours dans le gouvernement (le « beurre »).

SADIS

OBSERVATIONS Les radis se sont très peu développés dans la partie paillée de la parcelle (même comportement observé chez les *carottes*). La quantité de radis récoltée a été un peu supérieure à notre consommation, il faudra penser l'année prochaine à prévoir des méthodes de conservation (conserves...). De plus, nous pourrions renouveler le semis une fois la première récolte effectuée, afin d'obtenir une production continue.



TYPE Plante annuelle • Légume tige PÉRIODE GÉNÉRALE DE PLANTATION mars-avril. DATE DE PLANTATION DANS LE POTAGER 28 avril.

MÉTHODE DE PLANTATION Un bout de parcelle simplement greliné (dont la couche de pelouse n'a pas été otée) a été recouvert de cartons détrempés déposés sans laisser de jours entre eux. Des trous ont été aménagés dans le carton tous les 40 cm afin de pouvoir déposer des quartiers de pommes de terre prégermés sur la terre. L'intégralité de la parcelle a ensuite été recouverte de paille et abondamment arrosée.

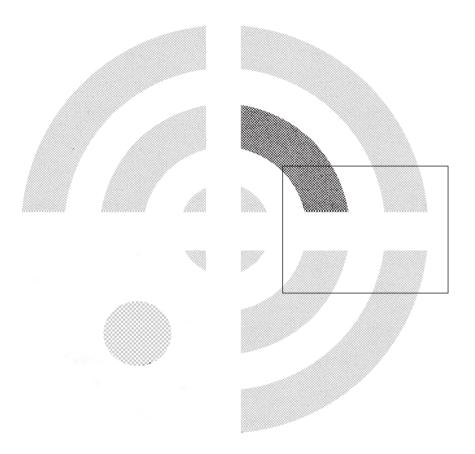
ENTRETIEN Les pommes de terre ont nécessité très peu d'entretien ! Attention! La pomme de terre n'est pas un légume et d'arrosage, mais elles ont manqué d'eau lors des fortes chaleurs. racine, mais un légume tige, comme l'asperge ou la

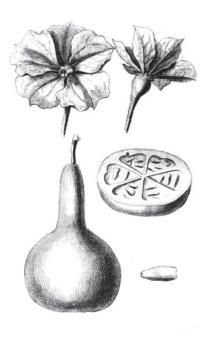
RÉCOLTE Après la floraison, il faut attendre que le plant jaunisse complètement pour récolter les pommes de terre sous le pied. Récolte prévue à la fin de l'été, chaque pied peut produire jusqu'à un kilo de pommes de terre.

OBSERVATIONS La croissance des pommes de terre a été assez inégale tout au long de la parcelle : les pieds centraux ont très vite grandi et se sont bien développés, tandis que ceux aux extrémités de la parcelle et sur la ligne extérieure du mandala sont restés plus petits, certains ont même jauni à cause du manque d'eau. Nous n'avons pas constaté de présence de doryphores¹ ou de mildiou.

racine, mais un légume tige, comme l'asperge ou la rhubarbe : les tubercules consommés sont effectivement des tiges souterraines transformées. Les fruits de la pomme de terre, quant à eux, ressemblent à des baies jaunes, vertes, marron ou violettes et sont toxiques.

¹ La morelle noire, de la même famille, prolifère dans le jardin, ce qui peut être utile en cas de présence de doryphores, qui la préfèrent à la pomme de terre.





TYPE Plante annuelle •Légume fruit **PÉRIODE GÉNÉRALE DE SEMIS** En pleine terre : mois de mai. DATE DE PLANTATION DANS LE POTAGER 3 pieds plantés le 15 juin.

MÉTHODE DE PLANTATION Les parcelles ont été travaillées en la- Les potimarrons, comme toutes les cucurbitacées, sagnes : après grelinage de la terre, une première couche de bois portent des fleurs mâles et femelles à la fois. Les mort est déposée, recouverte de mottes de terre gazon vers le bas, mâles poussent sur la tige principale et fécondent puis des couches de tonte et des couches de paille se superposent en les femelles grâce à la pollinisation, ce qui donne par alternance. Un arrosage abondant est effectué entre chaque couche. la suite naissance aux fruits. Les fleurs femelles ne Les trois plants de potimarron ont ensuite été déposés dans de pe- s'ouvrent que trois heures par jour. tites niches ménagées dans la butte.

ENTRETIEN Les potimarrons sont très gourmands en eau mais ils ont toutefois bien résisté aux fortes chaleurs. Il faut faire attention à n'arroser que leurs pieds et non leur feuillage. Les tiges sont censées être taillées à plusieurs reprises lors de leur développement.

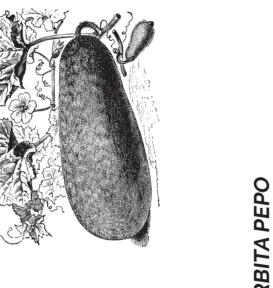
RÉCOLTE Courant octobre, lorsque le pédoncule du fruit sera bien fané.

GRAINES Nous tenterons de récupérer les graines sur les fruits consommés afin d'effectuer des semis sous serre l'année prochaine.

OBSERVATIONS Les tiges des plants n'ont pas été pincées lorqu'ils étaient assez jeunes, ce qui n'a permis qu'à une seule tige de se développer sur chaque pied. Les fruits par pied seront donc sûrement peu nombreux. Ceux-ci ont commencé à apparaître début juillet. Plus les plants sont éloignés du cèdre, plus ils sont vigoureux.¹

¹ Nous avons cru observer le même phénomène sur les parcelles de courgettes et de carottes/radis : il y a une zone, du côté de l'entrée de la Maison de la Poésie où la croissance des plantes semble plus pénible (cf. encadré sur le plan).





TYPE Plante annuelle • Légume fruit PÉRIODE GÉNÉRALE DE SEMIS En pleine terre : à partir de mai. DATE DE PLANTATION DANS LE POTAGER 6 pieds plantés le 15 juin.

MÉTHODE DE PLANTATION Les parcelles ont été travaillées en lasagnes : après grelinage de la terre, une première couche de bois mort est déposée, recouverte de mottes de terre gazon vers le bas, puis des couches de tonte et des couches de paille se superposent en alternance. Un arrosage abondant est effectué entre chaque couche. Les trois plants de potimarron ont ensuite été déposés dans de petites niches ménagées dans la butte.

ENTRETIEN Les courgettes sont très gourmandes en eau mais elles ont toutefois bien résisté aux fortes chaleurs. Il faut faire attention à n'arroser que leurs pieds et non leur feuillage. Aucune taille n'est nécessaire car cette variété (*Courgette verte de Milan*) n'est pas coureuse.

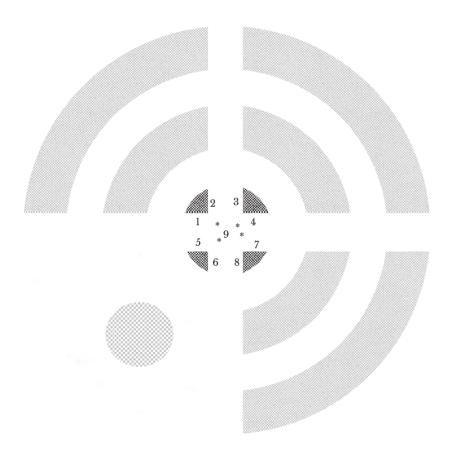
RÉCOLTE Lorsque les fruits aparaissent, leur croissance est très rapide. Il faut les récolter avant maturité, lorsqu'ils mesurent entre 15 et 25 cm et qu'ils sont encore tendres. La première courgette consommable a été récoltée la dernière semaine de juillet.

GRAINES Nous tenterons de récupérer les graines sur les fruits consommés afin d'effectuer des semis sous serre l'année prochaine.

OBSERVATIONS Les trois plants les plus proches de la rue sont les plus vigoureux.¹

¹ Cf. notes sur les potimarrons.

LES AROMATES



- 1 Agastache
- 2 Prune des Incas
- 3 Shiso
- 4 Cresson Bredy Mafana
- 5 Menthe chocolat
- 6 Dracocéphale de Moldavie
- 7 Épinard fraise
- 8 Ciboulette
- 9 Sauge orange
- * •Sauge sclarée

AGASTACHE ANISÉE Plante vivace. Saveur anisée proche de la réglisse. Elle peut être consommée en salade, en pâtisserie, en sauce juin, à l'exception de la sauge orange qui a été mise en pour les poissons ou encore en tisane. Les fleurs sont riches en nectar et mellifères. L'agastache se resème toute seule et peut devenir envahissante Fleurs violettes

PRUNE DES INCAS (COQUERET DU PÉROU) Plante vivace (mais annuelle au potager). Le fruit de la Prune des Incas est un physalis au cœur jaune-orangé qui est mûr en septembre et qui se consomme nature, en tarte ou en confiture. Nous pourrons récupérer les graines dans la pulpe des fruits pour les semer à nouveau l'année suivante. La prune des Incas nécessite un arrosage régulier et il est préférable de pailler les pieds en cas de sécheresse. Petites fleurs jaune et noir.

SHISO (PÉRILLE DE NANKIN) Plante annuelle. Originaire d'Asie, le shiso est cultivé depuis l'Antiquité au Japon. Toutes les parties de la plante (pousses, fleurs, feuilles et fruits) sont comestibles. Le shiso sert aussi traditionnellement à concocter une huile utilisée dans les cérémonies shintoïstes. Il est utilisé en guise de teinture grâce à ses feuilles pourpres. Les graines sont récoltées en automne, lorsque la plante est coupée et battue afin que les graines s'en détachent. Le shiso peut accompagner de nombreux plats, il remplace souvent la menthe dans les rouleaux de printemps, peut relever les poissons et agrémenter les salades de fruits. Il vaut mieux consommer ses feuilles crues, hachées ou entières, afin d'en préserver tout l'arôme. Le shiso apprécie les fortes chaleurs, mais il nécessite un sol assez humide et supporte même la saturation d'eau. Petites fleurs roses.

pot (afin de pouvoir la rentrer l'hiver) et de la sauge sclarée, semée en godets en juillet (4 godets sur 5 ont monté, le dernier comportant sûrement trop de terre et pas assez de terreau).



- 1 Agastache
- 2 Prune des Incas
- 3 Shiso
- 4 Cresson Bredy Mafana
- 5 Menthe chocolat
- 6 Dracocéphale de Moldavie
- 7 Épinard fraise
- 8 Ciboulette
- 9 Sauge orange
- * •Sauge sclarée

CRESSON BREDY MAFANA (BRÈDE MAFANE OU CRESSON DE PARA)

Plante annuelle. Le cresson bredy mafana est originaire du Brésil mais on le cultive beaucoup dans les îles de l'Océan Indien. Ses feuilles se consomment cuites ou crues, leur goût est rafraîchaissant et poivré mais elles procurent une sensation étrange en bouche, proche de celle d'une anesthésie de dentiste. Les fleurs peuvent elles aussi être mangées mais leur goût est beaucoup plus fort. Elles servent à concocter le Romazava de Madagascar, un plat de bœuf mijoté et peuvent aussi se déguster en salade. Les graines se récoltent lorsque les fleurs sont sèches, en frottant les capitules du plat de la main. Fleurs en pompon jaune et marron.

MENTHE CHOCOLAT Plante vivace, à la saveur de chocolat mentholé, très utilisée dans les pâtisseries, en infusion ou dans des cocktails. La menthe chocolat résiste très bien à l'hiver (jusqu'à -15°C, voire -20°C). Il vaut mieux la planter en automne, afin qu'elle profite de l'hiver pour s'enraciner et mieux résister aux sécheresses de l'été. Elle gagne à être souvent taillée, afin de s'étoffer et nécessite un arrosage régulier. Petites fleurs blanches

DRACOCÉPHALE DE MOLDAVIE (MÉLISSE DE MOLDAVIE) Plante annuelle. La dracocéphale de Moldavie est très mellifère et attire beaucoup d'insectes butineurs. Elle tire son nom de ses fleurs violettes en forme de tête de dragon. Ses feuilles ont un goût citronné et sont très odorantes. Elles accompagnent les desserts, les poissons ou les salades et peuvent être consommées en infusions. La dracocéphale ne nécessite pas d'entretien, même en cas de sécheresse, de très rares arrosages suffisent. Les graines peuvent être récupérées en fin d'été sur les fleurs fanées.

AROMATES



- 1 Agastache
- 2 Prune des Incas
- 3 Shiso
- 4 Cresson Bredy Mafana
- 5 Menthe chocolat
- 6 Dracocéphale de Moldavie
- 7 Épinard fraise
- 8 Ciboulette
- 9 Sauge orange
- * •Sauge sclarée

EPINARD FRAISE Plante annuelle. Les feuilles de l'épinard fraise se consomment en salade ou poêlées et ses fruits nature, en confiture ou en gelée. Il préfère les sols frais et nécessite un paillage. L'épinard fraise se resème généralement spontanément.

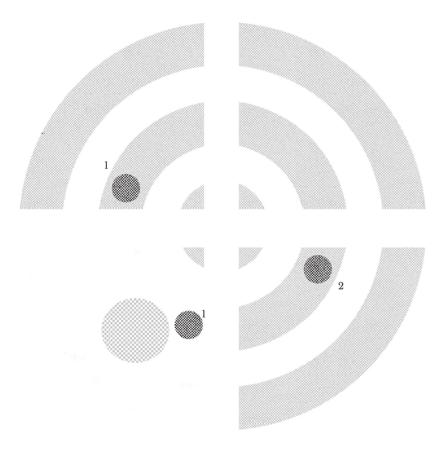
CIBOULETTE Plante vivace. La ciboulette préfère un sol léger et sableux, elle craint la saturation d'eau. Ses feuilles repoussent au fur et à mesure de la coupe, il est courant de la tailler presque à ras au printemps pour favoriser la densité du plant. Au bout de ses feuilles en forme de tube apparaissent des fleurs violettes en forme de pompon. Elle accompagne très bien les crudités, se retrouve dans les omelettes ou sert de condiment avec les restes de viande.

SAUGE ORANGE Plante vivace. La sauge orange craint le froid de l'hiver et le gel, c'est pourquoi il est préférable de la cultiver en pot afin de la rentrer durant la mauvaise saison. Ses feuilles ont une forte odeur d'agrume et possèdent une délicate saveur d'orange. Ses feuilles sont utilisées pour agrémenter des plats de porc, de canard ou de veau ou pour être bues en tisanes. Ses fleurs rouge écarlate peuvent décorer les desserts.

SAUGE SCLARÉE (TOUTE-BONNE) Plante bisannuelle ou vivace éphémère. La sauge sclarée est très odorante. Les poils drus que portent ses feuilles contiennent de l'huile essentielle. Ses feuilles peuvent être utilisées pour accompagner les plats de viande et soulagent aussi les piqûres de moustique ou de guêpe. C'est une plante très mellifère, aux fleurs rose pâle (elle passe la première année sous forme de rosettes et fleurit la deuxième).

AROMATE

LES PLANTES UTILES & ORNEMENTALES



TANAISIE Plante vivace. La tanaisie est très utile dans le potager car elle possède des propriétés fongicides et insectifuges. Elle élimine ainsi les puces, les tiques, les fourmis, les punaises et les mites par sa simple présence¹ près des autres végétaux mais elle peut aussi ser- ¹ On peut se frotter les poignets, les chevilles et la vir à concocter des macérations, des purins ou des décoctions qui augmentent son pouvoir insecticide et fongicide². Ses fleurs jaunes sont aussi décoratives. L'odeur de son feuillage rappelle celles du camphre et du bois.

LAVANDE Plante vivace. La lavande s'adapte à toute terre de jardin. Bien que méditerranéenne, beaucoup d'espèces de lavandes supportent bien l'hiver, jusqu'à -15°C. Après la floraison, elle nécessite lique). une taille pour conserver une forme bien arrondie et pour éviter qu'elle ne se dégarnisse à la base. Ses fleurs parfumées et mellifères repoussent pucerons et mouches blanches. Elles peuvent être coupées avant d'être complètement ouvertes et utilisées séchées dans les armoires pour faire fuir les mites. La lavande peut être bouturée pour être multipliée.3

^{1 •} Tanaisie

^{2 •} Lavande

nuque avec une feuille de tanaisie afin de repousser moustiques et tiques qui détestent son odeur.

² Elle peut permettre d'éviter le mildiou dans les plants de pommes de terre : il suffit de couper 30g de fleurs et de les laisser macérer trois jours dans de l'eau de pluie (le contenant ne doit surtout pas être métal-

³ Les boutures sont réalisées après la floraison, entre juin et août. Prélever des boutures de tête de 10 à 15 cm. Retirer les tiges florales éventuelles et toutes les feuilles sur la moitié inférieure. Piquer les boutures à mi-hauteur, dans un mélange léger, à mi-ombre, dans un contenant ou en pleine terre. Le substrat doit être maintenu humide, mais il ne faut surtout pas le noyer, car les boutures de lavande redoutent les excès d'eau. Le premier hiver, il faut rentrer les boutures dans la véranda. Le repiquage a lieu au printemps suivant, en pinçant les pieds pour qu'ils s'étoffent.