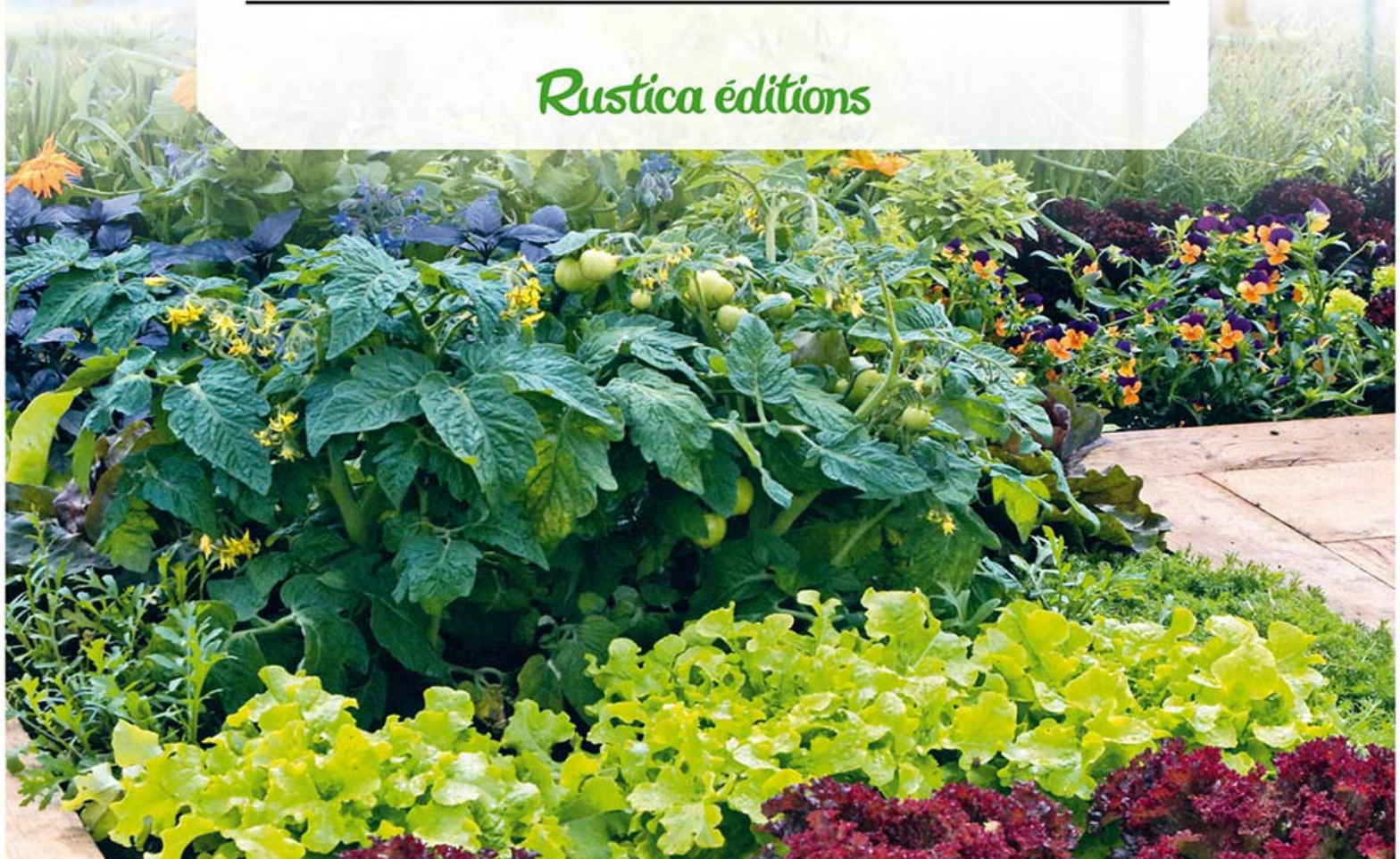


Alain Delavie

UN POTAGER URBAIN

*Des légumes pour tous
et partout !*

Rustica éditions





Alain Delavie

UN POTAGER URBAIN

*Des légumes pour tous
et partout !*

Rustica éditions

Table des matières

Introduction

VILLE, POLLUTION ET LÉGUMES

Jardin potager des villes et des champs, quelles différences ?

Pourquoi cultiver ses propres légumes en ville ?

Quels sont les risques liés à la pollution ?

LE POTAGER EN CARRÉ, L'IDÉAL POUR LES (TOUTES) PETITES SURFACES

Le carré de base

Jardiner debout

Culture en lasagne et en carré pour sol sinistré

Production maximale sur surface minimale

Petit potager, grosse production, mais entretien régulier

DES LÉGUMES EN POTS, EN JARDINIÈRES OU EN SACS, SUR BALCONS ET TERRASSES

Cultiver de mille façons urbaines

Les contraintes des cultures hors-sol

Le choix du contenant

Substrat et engrais, faites le bon choix !

Marier fleurs, fruits et légumes : joindre l'utile à l'agréable

Des légumes aux petits soins

À chaque saison ses récoltes

Le bassin potager aquaponique

UN POTAGER PERCHÉ, C'EST BRANCHÉ !

Tuteurs et treillages pour légumes coureurs
Suspendez tout !

RÉCOLTES POTAGÈRES SUR REBORD DE FENÊTRE.

Jardinage à haut risque
Quels légumes cultiver à sa fenêtre
Un potager dans une jardinière
Jardinière de fines herbes
Méli-mélo de parfums
Jardinière tutti frutti
Jardinière cocktail
Jardinière spéciale barbecue
Jardinière de jeunes pousses
Petits pots, mais belles récoltes

UN POTAGER DANS LA CUISINE OU LE SALON, MAIS OUI, ÇA MARCHE !

Derrière la fenêtre, ça pousse et c'est fameux
Des mini-potagers high-tech
L'armoire potagère, un mini-site de production maraîchère
Productions particulières en exclusivité

LE POTAGER COLLABORATIF OU PAR PROCURATION

Les joies du jardin potager partagé
Rejoindre les Incroyables Comestibles
Monpotager.com et Tomato & Co jardinent pour vous
Les associations de jardins familiaux ou collectifs

Conclusion

Glossaire

Notes

Page de copyright

Introduction

Des potagers en ville, il y en a toujours eu, mais au cours de la deuxième moitié du XX^e siècle, l'intérêt pour les jardins nourriciers a décliné et ils ont commencé à disparaître. En effet, les villes n'ont cessé de grandir, elles ont gagné en hauteur, mais plus encore en surface au sol et ce, souvent au détriment des espaces verts. De plus en plus fragmentés et réduits, les jardins nourriciers sont ainsi devenus de moins en moins visibles dans le paysage urbain.

Le plus souvent dissimulés à la vue du plus grand nombre, ils ont tout de même résisté au fil des années pour connaître un nouvel essor au début du XXI^e siècle, en même temps que se développait le nouveau concept de l'agriculture urbaine. Celui-ci englobe de multiples formes de pratiques agricoles (potagers privés, jardins communautaires ou collectifs, productions sur les toits, etc.) qui permettent la production de nourriture dans les villes (légumes, petits fruits, œufs, miel, etc.).

En quelques années seulement, l'importance de l'agriculture urbaine s'est faite de plus en plus forte dans les discours des politiques, les projets portés par les municipalités des grandes agglomérations. Ainsi, les médias, qui se sont fait le relais des nouveaux terrains de jeu de cette agriculture urbaine. En 2014, le journal 20 minutes titrait « Un potager en ville, tendance bobo ou acte politique ? » En 2016, une étude de TNS Sofres¹, réalisée dans 14 pays dont la France, s'intéressait aux attentes des consommateurs urbains. Elle a montré que les craintes liées à l'alimentation ne cessent de croître et que 66 % des personnes interrogées jugeaient probable le risque que l'alimentation nuise à leur santé. Cela représente une progression de 13 % depuis l'étude réalisée quatre ans auparavant. En France, le pourcentage est beaucoup plus élevé, puisqu'il est de 79 %. Plus d'une

personne sur deux se dit prête à manger bio dès que possible et, de plus en plus, le consommateur exige de savoir d'où viennent les produits qu'il achète et se tourne dès que possible vers le local.

Cela explique le regain d'intérêt pour les potagers et le désir de cultiver des plantes potagères chez soi, qui sont même devenus des tendances de fond. Les chiffres des points de vente de jardinage traduisent ce nouvel engouement : le marché du potager a généré 373 M € en 2015, soit une part de marché de 22 % au sein de la famille des végétaux d'extérieur. La proportion est importante, car les jeunes plants, les bulbes potagers et les semences ont un faible prix moyen à l'unité. Positive, elle aussi, l'étude de Promojardin^{©2} ajoute que « le potager a de beaux jours devant lui et va continuer à se développer, aussi bien dans les jardins que hors-sol dans un environnement urbain. La priorité sera donnée à tout ce qui est « facile » : aromatiques, tomates-cerises, fraisiers, petits fruits... »

Le potager urbain n'est donc plus une simple vue de l'esprit, un délire bobo ou un rêve, il est devenu une réalité tangible et chacun peut se l'approprier, seul ou en famille, dans son appartement ou sa maison, ou encore en joyeuse compagnie dans des jardins collectifs, fort heureusement de plus en plus nombreux après une longue période de déclin. De plus, il offre une diversité incroyable, chacun ayant la possibilité de se faire son propre potager qui ne ressemblera pas à celui de son voisin...

Envie de tenter l'aventure ?

Ou plutôt les aventures, car le potager urbain vous offre de multiples expériences et c'est ce que je vous propose de découvrir dans les pages qui suivent.



chapitre 1

VILLE, POLLUTION ET LÉGUMES





Les variétés naines (ici, des poivrons) sont davantage cultivées en milieu urbain.

Les campagnes se vident et les terres agricoles sont de plus en plus grignotées pour permettre aux villes de s'accroître. Cependant, bien que la population française soit majoritairement citadine, l'agriculture urbaine connaît un renouveau certain. Elle n'est plus réservée aux professionnels, mais concerne tous les citadins, qui peuvent participer en cultivant quelques légumes ou plantes aromatiques chez eux. Et les Français sont bel et bien attachés à leurs potagers, qui suscitent un engouement certain depuis quelques décennies. Produire ses tomates-cerises, ses fraises ou sa ciboulette, c'est devenu tendance, mais c'est

bien plus qu'un simple caprice de bobo, c'est un besoin profond qui répond à un mode de vie plus naturel et plus en harmonie avec l'environnement.

Jardin potager des villes et des champs, quelles différences ?

Le jardinage en ville est-il vraiment différent du jardinage en milieu périurbain ou rural ? Le premier a dû s'adapter à des surfaces beaucoup plus restreintes avec des sols de qualité souvent médiocre et trouver des méthodes pour produire davantage, malgré le manque de place. En effet, **la vie en milieu urbain implique de nouveaux modes de culture**, notamment pour permettre l'implantation de végétaux sur des surfaces restées longtemps inoccupées comme les toits, les murs, les caves ou les parkings avec des cultures souvent hors-sol.

Les microclimats générés par les villes influent sur le choix des cultures et leur durée. En automne et en hiver, les gelées sont beaucoup plus tardives à Paris qu'en proche région parisienne et en Île-de-France, et d'une manière générale dans toute grande ville et sa périphérie. Au printemps, cependant, elles se terminent plus tôt. Au cœur de l'été, la chaleur urbaine est difficilement supportable par les citadins et malmène également les plantes potagères qui apprécient une fraîcheur relative et sont alors vite envahies par les thrips* et les araignées rouges.

Soyez donc à l'écoute de votre environnement de culture !

Malgré tout, les méthodes culturelles, tout du moins pour les potagers en pleine terre, restent très similaires. Il n'y a guère que le choix des variétés potagères et fruitières qui

changent en offrant davantage de formes compactes et à développement plus réduit.

Pourquoi cultiver ses propres légumes en ville ?

Le meilleur moyen de contrôler ce que l'on mange, c'est de le produire soi-même. En cultivant vos légumes, vous serez sûr d'avoir **des plantes saines, produites avec des méthodes biologiques qui leur assurent d'excellentes qualités nutritives et le meilleur goût**. Récoltées juste à point et au dernier moment, sans aucun transport ni temps passé sur un étalage, vous aurez toujours à votre disposition des plantes d'une parfaite fraîcheur. Vous ne perdrez plus de temps à courir les magasins ou les marchés, ni l'obligation de réfléchir à tout ce dont vous aurez besoin au cours de la semaine pour cuisiner. Le potager est à votre disposition et vous livre au fil des jours ses récoltes plus savoureuses les unes que les autres et vous êtes assuré de toujours manger des légumes de saison. Vous limiterez également fortement vos dépenses, notamment en n'achetant plus de plantes aromatiques, toujours vendues à prix d'or. À tous ces avantages s'ajoute celui que votre production aura bien meilleur goût, car elle n'aura pas eu le temps de perdre sa saveur dans le circuit habituel de distribution.

Un potager, aussi petit soit-il, vous permettra aussi de produire **des espèces et des variétés de légumes diverses**, que l'on ne trouve pas dans les rayons des grandes surfaces, chez les primeurs et sur les marchés. Vous pourrez cultiver l'originalité et la diversité à longueur d'année, mais aussi changer et tester de nouvelles variétés, selon vos désirs. C'est un luxe, mais pourquoi s'en priver puisqu'il est si facilement accessible ?

Avoir un beau potager et réussir la culture de ses légumes font également partie du challenge pour un jardinier. Les cultures potagères sont exigeantes et demandent de la part du « potagiste » un savoir-faire certain. Les récoltes sont sa récompense et la preuve de sa maîtrise et de ses compétences. Mais, pour nombre d'entre nous, c'est aussi le plaisir de voir pousser ses cultures qui l'emporte.

De la graine jusqu'à la récolte, que d'aventures palpitantes à vivre et à partager !



Il y a forcément une tomate pour votre jardin !

Envie de tomates ?

Le site Internet Tomatobomo® propose 700 variétés de tomates à cultiver, alors qu'on en trouve une petite vingtaine au maximum sur les étals pendant la pleine saison, même chez un primeur bien approvisionné.

Quels sont les risques liés à la pollution ?

Le retour d'une production horticole dans les grandes villes françaises s'est opéré au début des années 2000. Le développement de l'agriculture urbaine s'est de plus accompagné d'une préoccupation toujours plus forte pour la qualité sanitaire des plantes alimentaires cultivées, du fait de la présence supposée ou avérée de polluants dans le sol, l'eau et l'air.

Jusqu'au début du XXI^e siècle, ce sont les jardiniers amateurs qui étaient considérés comme les principaux pollueurs, responsables de la contamination des plantes qu'ils cultivaient. L'attention se portait davantage sur les pratiques culturelles de ces derniers que sur la pollution présente dans le proche environnement.

Pour mémoire, il existe **trois grands types de pollution néfaste** aux productions potagères urbaines :

- **La pollution de l'air** : elle est provoquée par les chauffages, les incinérateurs et le trafic automobile notamment.

- **La pollution des sols :** elle résulte de l'activité industrielle, des pesticides appliqués par les jardiniers, des peintures et bien d'autres polluants accumulés au fil des ans.

- **La pollution de l'eau :** elle s'effectue par les activités humaines qui rejettent des déchets dans les nappes phréatiques ou par la pluie qui lessivent les traitements ou produits dangereux appliqués par exemple sur les cultures ou dans les sols.



Sur les toits et en culture hors-sol, moins de risque de pollution.

Ce sont les légumes-feuilles et les légumes-racines qui concentrent davantage les polluants, bien plus que les légumes-fruits ou les graines. Le potager sur balcon, terrasse ou rebord de fenêtre n'a pas de problème de pollution du sol et notamment de risque de trop fortes concentrations en métaux lourds. Il n'en est pas de même quand vous cultivez au pied d'un arbre ou dans un jardin collectif en pleine ville, même si le terrain de ce dernier a fait l'objet de contrôles de la part des services municipaux avant sa mise à disposition pour le grand public. L'eau d'arrosage étant le plus souvent celle du robinet, il n'y a pas de danger de contamination particulière pour les légumes ou les plantes aromatiques.



Le potager en aquaponie permet le recyclage des eaux d'arrosage des légumes.

Les quelques études disponibles jusqu'à présent semblent plutôt confirmer que **cultiver ses légumes en ville ne présente aucun risque**. En effet, la pollution des légumes urbains reste relativement faible en comparaison des doses de polluants et de poussières que les citadins inhalent quotidiennement. Vous pouvez déguster vos fraises et vos tomates sans inquiétude, mais après les avoir nettoyées à l'eau fraîche et seulement si vous ne les avez pas d'engrais et de produits chimiques, voire même biologiques.

Concernant les légumes pollués, je reste assez dubitatif quand je vois des jardiniers citadins acheter à la fin du

printemps ou en plein été des gros pots de poivrons ou de tomates chargés de fruits déjà bien mûrs ou des belles potées de basilic, quand ce n'est pas déjà une salade bien pommée. Le plus souvent, il n'est pas indiqué si ces plants ont été cultivés avec des méthodes biologiques, ce dont je doute pour la plupart. Ils ont certainement été traités plusieurs fois pour arriver en parfait état sanitaire (traitements préventifs pour prévenir une maladie ou l'arrivée d'un ravageur) dans les rayons des jardinerie. Ils ont également dû être nourris sous perfusion pendant toute la durée de leur mise en culture chez l'horticulteur qui les a produits. Si vous les consommez aussitôt après leur achat, je pense que la qualité sanitaire n'est pas meilleure et peut-être même pire que celle des légumes achetés dans une grande surface ou sur un marché.

Attention !

Une tomate couverte de bouillie bordelaise* doit impérativement être lavée à grande eau pour éliminer toute trace de produit. Elle ne devra être consommée qu'en respectant le temps de rémanence* du produit, que vous trouvez indiqué sur les emballages. Autrement, vous allez ingérer du cuivre et ce n'est vraiment pas recommandé.

* Les mots suivis d'une astérisque sont définis dans le glossaire.

chapitre 2

LE POTAGER EN CARRÉ, L'IDÉAL POUR LES (TOUTES) PETITES SURFACES





Le jardin en carré : petit mais productif !

Les heureux citadins possesseurs d'un bout de terrain suffisamment ensoleillé peuvent facilement installer un potager qui leur permettra d'obtenir des récoltes généreuses et abondantes. La presse s'est ainsi fait l'écho de plusieurs exemples de productions record sur des petites surfaces, comme celui de Joseph Chauffrey, jardinier dans la banlieue de Rouen, qui arrive à obtenir 300 kg de fruits et légumes sur une surface de 50 m². Pour cela, il faut oublier le découpage classique du potager avec deux allées centrales et quatre grandes planches rectangulaires. Je vous conseille d'adopter la culture en carrés, vous n'obtiendrez peut-être pas l'autonomie en fruits et légumes, mais vous

récolterez beaucoup et avec une grande diversité d'espèces et de variétés.

Le carré de base

Vous pouvez choisir d'acheter les structures de vos carrés toutes prêtes ou bien de les fabriquer vous-même.

Voici quelques conseils pour parvenir à monter un jardin en carré de taille moyenne :

- 1.** Délimitez l'espace imparti à vos cultures potagères en traçant des carrés de 1,20 m de côté sur le sol.
- 2.** Montez les côtés avec des planches de bois, un plessis de rameaux d'acacia, d'osier ou de châtaignier ou encore des chevrons en bois si vous souhaitez une hauteur importante. Vous pouvez aussi utiliser des plaques d'aluminium, ces dernières offrant une résistance à toute épreuve. La hauteur des côtés est variable, mais je vous conseille de prévoir au minimum 20 cm de haut.
- 3.** Le carré est ensuite subdivisé en 16 petits carrés de 30 cm de côté ou en 9 carrés de 40 cm de côté. Chaque petit carré est destiné à accueillir une plante potagère différente.

Certains modèles de carré potager vous permettent d'installer une mini-serre ou un petit tunnel par-dessus. Cela permet d'allonger les périodes de culture et de récoltes.

Au printemps, profitez-en pour lancer très tôt les premières cultures de carottes, de radis et de salades printanières.

En automne, faites durer vos tomates pour leur permettre de mûrir davantage. En hiver, protégez vos chicorées scaroles et frisées et vos rangs de mâche pour pouvoir les récolter par tous les temps.

Astuces pour un carré sur-mesure !

1,20 m de côté, c'est la dimension maximale permettant d'accéder aux cultures situées au centre du carré sans marcher sur le sol entre les légumes, comme cela est l'usage dans un potager classique. Avec ce procédé, la terre n'est plus piétinée et tassée. Si vous manquez de place, vous pouvez diminuer la taille de vos carrés en prévoyant des côtés de 1 m seulement.

Les côtés sont réalisés avec des planches de bois, un plessis de rameaux d'acacia, d'osier ou de châtaignier ou des chevrons en bois si vous souhaitez une hauteur importante, voire des plaques d'aluminium, ces dernières offrant une résistance à toute épreuve. La hauteur des côtés est variable. Prévoyez au minimum 20 cm, mais vous pouvez doubler ou quadrupler la hauteur de vos côtés si vous souhaitez jardiner debout sans avoir à vous baisser fréquemment. Cependant, plus la hauteur est importante, plus vous aurez besoin d'un grand volume de bonne terre pour remplir la structure.



Utilisez des palettes pour surélever votre carré potager.

Les avantages du carré potager

- Pas besoin d'un grand espace, un carré s'installe sur une surface inférieure à 1,5 m².
- Vous pourrez cultiver et produire en quantité sur un terrain avec un sol très pauvre ou abîmé, voire sur une terrasse.
- Les travaux de jardinage sont plus aisés et les récoltes sont facilement accessibles.
- Selon la hauteur choisie pour les côtés de votre carré, vous n'aurez plus besoin de vous baisser pour jardiner, ce qui est moins pénible.
- Il offre la possibilité de cultiver un grand nombre d'espèces potagères sur une surface restreinte et de les renouveler plus rapidement.
- La rotation des cultures est facile à organiser et à mettre en œuvre.
- L'arrosage et le désherbage sont mieux contrôlés.

Jardiner debout

Par son architecture, le potager en carrés permet d'avoir aussi des cultures plus en hauteur pour éviter de se baisser. Avec des rebords d'environ 80 cm de haut, vous jardinerez en vous penchant très peu, voire pas du tout. Vous pourrez

également laisser des légumes retomber de part et d'autre de la structure sans qu'ils touchent le sol.

Les carrés potagers sont aussi disponibles avec des pieds. Ce sont alors comme d'immenses jardinières surélevées qui permettent d'avoir les légumes à portée de main.

L'épaisseur de substrat n'excède pas 40 cm, mais elle est suffisante pour y cultiver la plupart des espèces potagères d'un petit potager.

Dans le commerce, vous trouverez également des modèles de potager en carré formant un escalier avec trois grands compartiments de culture séparés. Suivant leur emplacement, les légumes seront plus ou moins surélevés, mais ils seront toujours plus bas que ceux installés dans un mini-potager sur pied, bien plus haut perché.

Cultures grimpantes

Sur le côté le plus au nord du carré, installez un treillage pour y faire courir les légumes grimpants, que ce soient les tomates, les haricots, d'autres espèces potagères moins fréquentes (baselle, liane Madère) ou des ronces fruitières. Sur le même côté, vous pouvez installer un arceau qui permettra d'accueillir un pied de vigne par exemple.

Culture en lasagne et en carré pour sol sinistré

La qualité des sols en ville est souvent mauvaise, près des nouveaux pavillons notamment où les gravats et déchets de toutes sortes ont été enfouis avec une terre de remblai pauvre en matières organiques (mais pas dénuée de graines de mauvaises herbes). Or, un potager exige une terre riche et meuble, suffisamment profonde.

Le carré potager, quelle que soit son épaisseur, permet de pallier ce problème, car il abrite une couche importante de bonne terre. Si vous ne voulez pas vous ruiner avec l'achat d'un nombre important de sacs de terreau et de compost, pensez à la technique du lasagna-bed ou à celle appelée hugelkultur. Ces deux méthodes permettent de reconstituer un sol d'excellente qualité tant en structure qu'en éléments nutritifs à partir des déchets verts et bruns du jardin ou des terrains voisins.

Le lasagna-bed*

La technique du **lasagna-bed** (ou culture en lasagnes) permet de recycler une grande quantité de déchets verts et bruns issus du jardin ou des terrains voisins et d'améliorer un sol peu ou pas fertile. Voici comment procéder :

1. Commencez par recouvrir le fond du carré potager sur toute sa surface avec une couche de plaques de carton marron, sans vernis.
2. Accumulez une bonne épaisseur de déchets verts sur toute la surface encartonnée.
3. Terminez votre remplissage en ajoutant une couche d'une bonne dizaine de centimètres de compost bien mûr. Évitez de former un dôme au centre du carré, essayez d'avoir une surface plutôt plane, voire légèrement incurvée

au centre pour éviter les ruissellements au moment de l'arrosage.

4. Vous pouvez immédiatement planter si la météo le permet. Terminez par un arrosage copieux pour détremper le compost autour des jeunes plants ainsi que les déchets situés en profondeur.

Quand les premières cultures seront récoltées, la couche de substrat du carré aura fortement baissé. Vous devrez soit compléter le niveau en ajoutant un mélange de bonne terre de jardin et de compost bien mûr, soit monter un nouveau lasagna-bed.



Mesclun dans un potager au carré.

Astuce pour votre lasagna-bed !

Tous les déchets verts sont bons pour monter votre *lasagna-bed* : mauvaises herbes arrachées avec ou sans graines, des tailles de haies (petites brindilles et rameaux feuillés en privilégiant les espèces caduques), des épluchures de légumes ou de fruits, du foin frais ou séché, de la paille même si elle est pourrie, des tontes de gazon en évitant de les incorporer en amas trop agglomérés, des feuilles mortes et tous les autres déchets que l'on recycle habituellement sur le tas de compost (filtres à café usagés, marc de café, sachets de thé, papier journal, etc.). Si vous en avez dans le jardin ou à proximité, ajoutez des orties et des feuilles de consoude.

La hugelkultur*

La méthode **hugelkultur** est utilisée pour créer des buttes volumineuses et durables dans les jardins cultivés en permaculture. Elle permet également de recréer une épaisse couche de sol dans un bac. Voici comment procéder :

1. Entassez successivement des troncs d'arbres, des bûches plus ou moins grosses³, des rameaux et des branchages de différentes grosseurs, du BRF mélangé avec des déchets verts provenant de la cuisine ou du jardin ainsi que du fumier ou du compost non décomposés pour assurer un bon équilibre entre les produits riches en carbone et ceux plus concentrés en azote. Cette étape permet de remplir le carré en grande partie.

2. Terminez en recouvrant de bonne terre enrichie de compost bien mûr ou de terreau.

3. Enfin, paillez.

Les morceaux de bois et les rameaux dans le fond et le centre de l'amas de déchets vont lentement se décomposer. Ils vont apporter des matières organiques pendant de nombreuses années.

Comme avec le lasagna-bed, la hauteur de substrat va diminuer au fil des mois. Il faudra rétablir régulièrement le niveau en apportant un mélange de bonne terre de jardin (à défaut de terreau) et de compost bien mûr.



Réalisation de buttes hugelkultur.

Production maximale sur surface minimale

La mise en culture de chacun des carrés potagers se fait en suivant les règles principales appliquées dans un potager traditionnel, à savoir le respect de la rotation des cultures⁴ et le recours à des associations bénéfiques tout en évitant les voisinages interdits.

Les plantes ayant le plus grand développement en hauteur sont systématiquement installées du côté le plus au nord.

Cela concerne les ronces frutières, les haricots grimpants, les tomates à croissance indéterminée, les concombres, les cornichons, les melons, les courges coureuses (à petits fruits seulement), les petits pois et le maïs doux.

Les végétaux qui s'étalent ou peuvent retomber seront disposés le plus près des bords. Cela concerne la sarriette rampante, le romarin rampant, les petits thym serpolets, le pourpier doré, les fraisiers, les capucines naines...



Courges 'Atlantic Giant'.

Le remplissage de chacun des petits carrés tient compte du développement de chaque espèce

potagère. Plus cette dernière est volumineuse, plus le nombre de pieds est réduit. Voici quelques conseils :

- **1 plant par carré :** aubergine, bette (poirée), bourrache, capucine grimpante, céleri rave, chou brocoli, chou de Bruxelles, chou-fleur, chou pommé (ou cabus ou de Milan), concombre, cornichon, courgette non coureuse, gombo, melon, menthe, physalis, poivron ou piment, pomme de terre, tomate.

- **4 plants par carré :** aneth, basilic, bégonia nain, capucine naine, chicorée frisée ou scarole, chou de Chine, chou frisé (chou kale), chou rave, fenouil bulbeux, fève, fraisier, haricot grimpant, maïs doux, œillets d'Inde, persil, petits pois.

- **5 plants par carré :** céleri à côtes, laitue pommée.

- **9 plants par carré :** ail, betterave de conservation, cerfeuil, échalote, épinard, haricots nains, navet, oignon, poireau.

- **16 plants par carré :** betterave (jeunes pousses ou petite betterave primeur), carotte, ciboulette, coriandre, radis de tous les mois, roquette.

- **25 plants par carré :** cresson alénois, mâche.

Prenez le temps de bien effectuer vos semis et de répartir avec minutie les graines sur toute la surface du carré. Pour cela, utilisez un petit semoir de précision. Dès que les légumes germent, n'hésitez pas à éclaircir la culture pour permettre un développement optimal des jeunes plants.



Culture surélevée de laitues, de choux et d'aneth.

Attention !

Ne laissez pas vos tomates pousser dans tous les sens, veillez à couper les gourmands dès qu'ils apparaissent. Ne conservez qu'une ou deux tiges principales, ce sera amplement suffisant.

Petit potager, grosse production, mais entretien régulier

Un potager, quel qu'il soit, exige des soins réguliers tout au long du cycle de culture des légumes qu'il abrite. Le potager en carré n'échappe pas à la règle, même s'il épargne le jardinier d'un désherbage toujours fastidieux, car les mauvaises herbes y sont beaucoup plus rares que dans un potager classique. **Il exige tout même plus d'attention, car les légumes se succèdent plus rapidement et doivent être plus fréquemment ressemés ou replantés.**

Le plancher surélevé entraîne un drainage plus important de la couche de terre, ce qui implique des arrosages plus fréquents si le temps reste sec. Vous pouvez installer des tuyaux microporeux ou avec des systèmes de goutte à goutte branchés sur un programmateur pour vous dispenser de l'essentiel de la corvée d'arrosage. C'est même recommandé pour les plantes potagères les plus volumineuses plantées à raison d'un pied par petit carré.

Pour les légumes qui ont besoin d'un tuteurage, veillez à palisser les nouvelles pousses au fur et à mesure de leur croissance.

Si vous avez disposé un tunnel par-dessus votre carré potager, vous devez veiller à aérer les cultures. Quand le soleil brille et que les températures sont positives, ouvrez le tunnel pour empêcher une trop forte chaleur à l'intérieur. Refermez le tunnel le soir au moment où le soleil se couche.

chapitre 3

DES LÉGUMES EN POTS, EN JARDINIÈRES OU EN SACS, SUR BALCONS ET TERRASSES





Tomates cerises et basilic en pot se plaisent sur le balcon.

Avec ou sans jardin, il est presque toujours possible d'installer quelque part une ou plusieurs potées, aux dimensions plus ou moins importantes. En ville, le jardinage s'effectue le plus souvent sur un balcon ou le rebord des fenêtres (voir chapitre 5) et plus rarement dans une cour ou sur une terrasse. Il n'y a

pas un, mais des jardins en pots, tous plus différents et particuliers les uns que les autres.

Cultiver de mille façons urbaines

Quel que soit l'espace dont vous disposez chez vous, ne vous découragez pas, vous trouverez forcément la technique et les installations les mieux adaptées à la réalisation de vos cultures !

Le balcon

Plus vaste qu'un rebord de fenêtre mais quand même très limité, le balcon offre de nombreuses possibilités au jardinier citadin qui profite de ses cultures en les ayant en permanence sous les yeux. Les pots peuvent non seulement être installés par terre sur la dalle, mais aussi être suspendus contre les murs, à l'arrière et parfois sur les côtés du balcon et, bien sûr, le long de la rambarde. **À l'intérieur du balcon, les potées doivent être stabilisées pour résister aux vents** toujours plus forts à mesure que l'on monte dans les étages.

La balustrade, quand elle est opaque, crée une zone d'ombre, même si l'espace est très ensoleillé. Le phénomène est accentué avec les balcons encastrés qui disposent d'un toit et qui ne reçoivent le soleil que d'un seul côté. Cela permet d'accueillir des végétaux moins exigeants en lumière, disposés sous d'autres plus avides de chaleur et de clarté. Vous disposerez de deux mini-jardins en un, mais **attention toutefois au poids que ceux-ci génèrent.**

La terrasse suspendue

En ville, la terrasse suspendue est le plus souvent une pièce à vivre dont on profite aux plus belles heures du printemps et de l'été. Elle peut cependant devenir un véritable petit jardin, au même titre que le balcon, avec notamment son coin potager et fruitier. Vous pouvez donner libre cours à vos désirs, en tenant compte pour le choix des végétaux de l'exposition et de votre disponibilité pour les travaux de jardinage, plus importants que pour un petit balcon ou un rebord de fenêtre. Veillez bien à ne pas imposer trop de poids à votre terrasse.

La terrasse en rez-de-jardin

Accolée à la maison et au même niveau que le jardin ou presque, la terrasse en rez-de-jardin n'a pas de contrainte de poids ou beaucoup moins. Les potées peuvent donc y être plus lourdes et volumineuses. **Lieu de passage et de détente, mais jardin à part entière, la terrasse en rez-de-jardin bénéficie souvent d'une exposition clémente.** Véritable espace à vivre en été, elle n'est pas uniquement dévolue aux végétaux. Ces derniers peuvent y être très différents de ceux plantés autour ou plus loin dans le jardin, tout en s'harmonisant avec les plantes environnantes pour assurer une transition en douceur. L'installation d'un potager permet quant à elle d'avoir sous la main les légumes et les plantes aromatiques qui peuvent être cueillis à la toute dernière minute avant de passer en cuisine ou à table.



En ville, végétalisez le moindre emplacement : clôture, rebords, etc.

La cour ou le patio

Vous retrouverez les mêmes avantages avec une cour ou un patio. Les murs qui entourent tout ou partie de ces espaces leur donnent une intimité plus grande et un microclimat bien particulier. Ces jardinets plus ou moins clos accentuent la chaleur écrasante du soleil ou la fraîcheur de l'ombre quand les constructions environnantes font barrage à la lumière⁵. Les potées peuvent être disposées sur le sol, mais la place limitée incite vite à installer des suspensions en hauteur (voir chapitre 6) et à tapisser les murs (voir chapitre 4) en y accrochant quelques pots ou en y dirigeant des lianes plantées dans de grandes jardinières ou des bacs

volumineux. **Si vous voulez installer un coin potager, il faut au minimum une demi-journée d'ensoleillement**, idéalement à partir de midi et tout au long de l'après-midi. Avec du soleil seulement le matin, vous ne pourrez pas accueillir les légumes très exigeants en chaleur et lumière tels que l'aubergine, le poivron ou les haricots. Cependant, vous pourrez tout de même vous régaler avec un grand nombre de plantes condimentaires et de légumes-feuilles tels que le cresson, les endives, la mâche ou le chou.

Les contraintes des cultures hors-sol

Qui dit cultures entre ciel et terre dit risques supplémentaires. Et le premier d'entre eux vient de ce que peuvent supporter la terrasse ou le balcon, parties intégrantes de l'architecture de la maison ou de l'immeuble.

Le poids

Hormis pour une terrasse en rez-de-jardin qui repose à même le sol, la plupart de **ces jardins suspendus ne peuvent pas accueillir de charges trop lourdes qui peuvent les faire s'effondrer**. Avant de commencer à installer vos plantations, renseignez-vous sur le poids maximal supporté par votre équipement par mètre carré auprès de l'architecte qui a construit votre logement ou auprès de votre propriétaire si vous êtes locataire. Sur un balcon, cela ne dépasse guère 250 à 300 kg/m² en général. Comptez plutôt 300 à 400 kg/m² pour une terrasse. Ces poids sont vite atteints avec des contenants en terre cuite ou en béton, des grands volumes de substrat, encore plus lourd quand il est détrempé après un arrosage ou une pluie. Au moment de l'achat d'un pot ou d'une jardinière, vérifiez et notez son volume et son poids à vide, souvent indiqués

sur l'étiquette. Si vous n'avez aucune indication, révisez votre arithmétique :

- Le volume (V) d'une jardinière ou d'un cube s'obtient en multipliant la longueur (L) par la largeur (l) et la hauteur (h) :

V (exprimé en litres) = L x l x h (exprimées en décimètres).

- Le volume (V) des pots qui ont une forme de cône tronqué droit, s'obtient grâce à la formule suivante :

V (exprimé en litres) = $\pi/12$ h x (D² + D x d + d²),
avec h pour la hauteur du pot (exprimée en décimètres), D son plus grand diamètre et d son diamètre à la base.

Privilégiez les contenants en plastique ou en résine de synthèse qui offrent une bonne résistance aux intempéries et évitez les cache-pots pour les potées ou jardinières qui peuvent recevoir les eaux de pluie. Lors d'un gros orage, l'averse peut remplir en un rien de temps le double contenant qui s'alourdit terriblement, risquant de faire céder les porte-pots ou porte-jardinières.

Poids de votre culture hors-sol

Pour un modèle fréquent de jardinière de 50 x 19,5 x 15,6 cm, vous devez prévoir un volume maximal de 15,21 litres de terreau. Sachant que 50 litres de terreau universel représentent un poids d'environ 21 kg, vous en déduisez que votre jardinière pèsera un peu plus de 6,4 kilos, à sec.



Les pots ou jardinières en terre cuite sont idéales pour accueillir vos cultures potagères.

La réglementation

Une autre des contraintes liées à la culture hors-sol est imposée par la loi et souvent par les règlements des copropriétés. Dans la plupart des villes, **il est rigoureusement interdit de suspendre les pots et les jardinières à l'extérieur du balcon**, en équilibre au-dessus de la rue. Une simple promenade montre cependant que la réglementation est largement ignorée ou oubliée, car on ne compte plus les potées et les jardinières suspendues dans le vide au-dessus de nos têtes. C'est un usage très répandu, mais évitez-le. Même s'ils vous paraissent bien fixés et maintenus, il faut envisager l'arrivée d'un orage ou d'une bourrasque violente de vent, capable de soulever des poids assez lourds en un rien de temps.

5 règles d'or pour jardiner sur balcon ou terrasse

1. Ne voyez pas trop grand ! Si vous vous absentez souvent, si vous ne pouvez pas consacrer un peu de temps chaque jour à votre jardin suspendu, installez un nombre restreint de potées. Le jardinage est un plaisir, ne le transformez pas en corvée.

2. Choisissez des plantes potagères adaptées aux conditions climatiques de votre balcon ou terrasse, notamment en matière d'ensoleillement et de vent. Plantez en priorité des espèces à petit ou moyen développement, avec des tiges souples et surtout pas trop touffues. Ces végétaux seront plus résistants aux intempéries.

3. Même si vous comptez vous occuper régulièrement de vos légumes et plantes aromatiques, sélectionnez une majorité d'espèces faciles, parmi les moins exigeantes en eau. Pour celles qui ont besoin d'arrosages fréquents, prévoyez des cache-pots, ainsi que des pots en plastique ou en terre cuite émaillée.

4. Réduisez le nombre de contenants en évitant de multiplier les petits volumes toujours plus exigeants en soins. Regroupez les plantes qui ont les mêmes exigences de culture dans une seule jardinière ou grosse potée, pour limiter vos interventions en cours de culture.

5. Surveillez quotidiennement votre jardin en pots.



Garder ses cultures à portée de main

Le dernier risque à prendre en compte, ce sont les **chutes de feuilles, de fleurs ou de fruits** provenant de vos cultures. Je me souviens avoir laissé un pied de tomates-cerises pousser sans aucune taille sur mon balcon. Il a vite formé un gros buisson avec plusieurs tiges qui se sont échappées vers le soleil, loin au-dessus de la rue. Les tomates se sont vite retrouvées hors de ma portée et quand elles sont arrivées à pleine maturité, je ne pouvais pas les attraper et elles se sont mises à tomber les unes après les autres. Il en a été de même pour un gros pied de morelle 'Sunberry' (*Solanum burbankii*). Les petits fruits de ces deux plantes potagères ne sont pas dangereux et ne risquent pas de blesser quelqu'un, mais ce n'est pas agréable de se prendre un fruit gorgé de jus qui tache le

nez ou les vêtements. Prenez également gare aux réflexions des voisins quand les feuilles et les fleurs fanées tombent en automne sur le trottoir au pied de l'immeuble.

Le choix du contenant

Des pots et des jardinières, il en existe de tous les styles, toutes les dimensions et de toutes les sortes : en terre cuite gélive* ou non, émaillée ou non, en grès, en béton, en pierre reconstituée, en zinc, en aluminium ou en fonte, en bois ou en matériaux synthétiques rigides ou souples. Ces derniers sont préférables sur les balcons ou les terrasses suspendues, où le poids est une contrainte. En effet, les pots ou jardinières en terre cuite sont certes plus traditionnels et souvent plus esthétiques, mais ils sont aussi beaucoup plus lourds que les contenants en matières synthétiques.

Drainage et aération

Les racines des plantes respirent mieux avec les contenants en terre cuite, qui est un matériau poreux. Cependant, le substrat y sèche plus vite, ce qui entraîne des séances d'arrosage plus fréquentes et nombreuses au cours de l'été. **Les plantes qui exigent beaucoup d'eau gagnent donc à être rempotées dans des bacs en terre cuite émaillée ou en matière plastique, qui retiennent mieux et plus longtemps l'humidité.** Les premiers résistent mal aux gelées, ils ne conviennent donc qu'aux plantations saisonnières de printemps et d'été. Pour toutes les potées que vous souhaitez laisser en place dehors toute l'année, renseignez-vous au moment de l'achat de vos contenants. Vérifiez que ceux-ci soient bien percés à la base pour permettre un bon drainage du substrat, car **les**

légumes dans leur grande majorité ne supportent pas que l'eau stagne au niveau des racines. Prévoyez des soucoupes avec des dimensions nettement plus grandes que les pots ou les jardinières.



Fraisiers en équilibre : astuce gain de place au jardin !

Bien choisir les soucoupes

Au moment de l'achat, disposez le pot ou la jardinière dans une soucoupe à plat sur le sol. Vous devez pouvoir insérer deux doigts entre les deux et cela de tous les côtés. Si l'espace est plus restreint (ce qui est presque toujours le cas pour les jardinières), attendez-vous à des débordements lors des arrosages.

La solution serait d'acheter des bacs à réserve d'eau.

Hormis le fait qu'ils soient beaucoup plus chers à l'achat, ils demandent une plus grande maîtrise de l'arrosage pour ne jamais noyer les légumes ou les plantes aromatiques. De plus, les potées ne doivent jamais recevoir les eaux de pluie, sinon c'est le bain assuré à la première grande averse.

Pour ma part, j'ai opté pour de simples contenants en résine de synthèse sans réserve d'eau avec des cache-pots assortis pour toutes les potées installées le long de la balustrade de mon balcon. Les potées situées à l'arrière ont quant à elles des réserves d'eau car elles sont protégées des intempéries à longueur d'année. Pour les pots coniques plus hauts que larges, sans réserve d'eau, j'ai acheté des bacs en polystyrène souple à la couleur assortie ou coordonnée. Je peux ainsi récupérer plus d'eau après un arrosage, sans risquer le débordement quasi systématique avec la soucoupe prévue initialement pour le pot.



Persil frisé et pieds de fraisiers.

L'importance du volume

Le volume des contenants choisis dépend bien sûr de la place disponible, mais aussi du développement des plantes potagères qui y seront installées et du temps de culture nécessaire avant la récolte. Par exemple, les salades à couper donnent d'excellents résultats dans une

petite jardinière de 19,5 cm de largeur et d'une profondeur de 15,5 cm alors que les tomates réussissent mieux dans de grosses potées voire des bacs d'au moins 35 cm de diamètre ou de côté. Un pied de menthe aux racines très envahissantes mais superficielles sera quant à lui plutôt placé dans un gros pot pas trop profond, éventuellement une coupe beaucoup plus large que profonde.

L'installation des pots se conçoit en perspective pour la disposition générale et en relief pour la répartition des différents volumes. **Un jardin de pots équilibré intègre les trois grandes lignes que sont la verticale, l'horizontale et l'oblique.** Les formes géométriques donnent une impression d'ordre, mais aussi de raideur si les alignements sont trop réguliers et répétitifs. Les formes en courbes adoucissent quant à elles les lignes droites ou les angles stricts.

Une terrasse sans pots

Sur une grande terrasse, vous pouvez créer un potager en carré (voir chapitre 2). De nombreux modèles sont désormais pourvus de toile synthétique qui tapisse le fond permettant de retenir le substrat et les eaux d'arrosages. D'autres modèles entièrement fabriqués en matières synthétiques (très légères) sont aussi proposés, comme ceux de la société Bacsac® qui représentent notamment l'avantage d'être facilement modulables et déplaçables.

Depuis quelques années, des sacs de terreau enrichi d'engrais à diffusion lente (Algoflash®, Naturen®, La Bonne Terre®, etc.) sont proposés pour une culture directe des plants de fleurs ou de légumes. Vous achetez votre sachet, vous le déposez à plat à même le sol de la terrasse ou du balcon, puis vous découpez selon les indications inscrites sur le film plastique et vous plantez dans les trous. Il suffit ensuite d'arroser régulièrement comme pour toute autre

culture en pot. Ce procédé est à mon avis plus adapté à la culture sur terrasse que sur balcon, car il y a toujours le problème de l'évacuation de l'excédent d'eau après un arrosage, sauf si vous arrivez à trouver un grand plateau. De plus, sur la dalle du balcon, la luminosité est souvent insuffisante du fait de l'ombre portée de la rambarde et des autres végétaux installés près de celle-ci.



La jardinière est une bonne solution pour accueillir vos aromates.

Un carré potager nouvelle génération

Les BacSquare de Bacsac® en textile existe en trois volumes :

60 x 60 x 40 cm, 90 x 90 x 40 cm et 120 x 120 x 40 cm.

Il est également proposé en différents coloris (plusieurs gris, des verts, de l'orange, du brun, du rouge cerise et du blanc cassé) ce qui permet de créer un jardin potager hors-sol esthétique et fonctionnel, à nul autre pareil.

Optimiser son espace

Certains légumes, comme la pomme de terre, demandent d'ordinaire des espaces de cultures assez conséquents.

Des contenants particuliers sont désormais disponibles, notamment des sacs ou des tours à pommes de terre et ce légume, cultivé traditionnellement en pleine terre dans les grands potagers, peut maintenant pousser sur votre terrasse ou dans votre cour, éventuellement sur un grand balcon. Ne rêvez pas, vous ne récolterez pas des quantités vous permettant de faire vos réserves pour l'hiver, mais si vous avez des enfants, ce sera un bon moyen de leur faire découvrir la culture de cette plante qui va donner leurs frites ou leurs purées.



Sac de croissance et pieds de pommes de terre

Astuce récup'

Si vous avez l'âme économe et récupératrice, vous pouvez réaliser cette culture dans n'importe quel grand sac en plastique suffisamment volumineux et résistant. Veillez à percer le fond pour permettre à l'eau d'arrosage en excès de s'évacuer très vite.

Le site Jardins Animés® propose un sac de croissance de 50 cm de hauteur pour 40 cm de largeur⁶, donc facile à installer sur un balcon comme sur une terrasse. La mise en culture s'effectue en plusieurs étapes :

- 1.** Déposez une couche de 5 cm de terreau au fond du sac, puis les plants de pomme de terre germés.
- 2.** Recouvrez avec une couche plus épaisse de terreau (10 cm environ) et arrosez légèrement.
- 3.** Quand le feuillage pousse, attendez que la nouvelle tige feuillée soit suffisamment haute pour remettre une nouvelle épaisseur de 10 cm de terreau (comme si vous buttiez vos pommes de terre). Vous répéterez l'opération plusieurs fois, jusqu'à remplir complètement le sac de terreau.
- 4.** Laissez ensuite vos plants grossir en arrosant régulièrement jusqu'à la récolte.



Culture de fraisiers 'Mara des Bois' à la verticale dans un pot à orifices en plastique.

Sur une terrasse ou dans une cour, **les pots à fraisiers en terre cuite avec des orifices sur les côtés permettent la culture d'un grand nombre de plants sur une surface très réduite.** D'autres modèles sont apparus, notamment en matière plastique, qui assurent un moindre poids. Comme pour les pommes de terre, vous trouverez des sacs à fraisiers qui ont une forme cylindrique quand le substrat est installé avec des poches sur les côtés. Tous ces contenants ne sont pas exclusivement réservés à la production de fraises et vous pouvez les utiliser pour créer un petit jardin de plantes aromatiques ou une mini-tour à salades par exemple. Il faut juste marier des végétaux ayant un développement limité pour éviter toute gêne pendant la croissance, comme dans un panier suspendu, sauf que le volume de substrat est beaucoup plus important.

N'hésitez pas à inventer vos contenants ! Voici un exemple très simple à réaliser en empilant différents pots (en terre cuite ou en résine de synthèse), en commençant par le plus grand des diamètres et en diminuant au fur et à mesure :

- 1.** Sur une terrasse, posez le premier pot sur une grande soucoupe et remplissez-le avec du terreau. Disposez ensuite le deuxième pot au centre en veillant à bien le stabiliser.
- 2.** Remplissez-le aussi et recommencez avec un troisième pot en procédant de la même façon.
- 3.** La plantation s'effectue sur le pourtour de chaque contenant.

Si vous surfez sur la Toile, vous apercevrez certainement des cultures de fraisiers ou de salades dans des gouttières récupérées et transformées en jardinières. Pourquoi pas ! Mais sachez que vous devrez fixer des supports sur un mur ou le long de la rambarde du balcon pour supporter votre

jardin suspendu. De plus, le volume de terreau reste très limité, il faut donc penser à enrichir le substrat avec des engrais à diffusion lente. Les arrosages sont également plus contraignants, sauf si vous étendez un tuyau microporeux tout le long des plants dans la gouttière et que vous le reliez à un programmateur. Mais avez-vous pensé à l'évacuation des eaux d'arrosage en excès ?

Substrat et engrais, faites le bon choix !

Les plantes potagères sont le plus souvent gourmandes et exigent un sol riche, bien drainé, mais gardant une certaine fraîcheur pendant la belle saison.

Les substrats

Vous trouverez de nombreux terreaux pour potager dans le commerce, **retenez ceux qui ont une mention UAB***, utilisable en agriculture biologique. Préférez ceux sans tourbe, composés de matières végétales renouvelables comme les fibres de coco ou les écorces compostées et enrichis de compost, de fumier bien mûr, éventuellement d'algues avec un complément de terre végétale. **Certains comportent également des mycorhizes***, ces micro-organismes qui assurent un meilleur développement du système racinaire et donnent des plants plus vigoureux. Je vous déconseille les terreaux déshydratés, car ils sont vraiment trop légers pour les légumes et ils ne retiennent pas assez l'eau d'arrosage. Les substrats des marques Tonusol®, Secret Vert®, Solabiol® ou Or Brun® donnent d'excellents résultats, mais il existe un grand nombre d'autres marques, n'hésitez pas à tester et changer.

Attention à la structure !

Suivant le diamètre du pot de la base, vous pouvez envisager des empilements supplémentaires, mais la stabilité est vite hasardeuse, sauf si vous avez inséré un fer à béton au centre de la structure, en le passant dans les trous de drainage des pots. Ce procédé vous permet de créer un jardin vertical, une tour gourmande avec une plus grande diversité de variétés. Il offre également un grand volume de terreau aux racines des fruits ou légumes, qui peuvent mieux pousser. Vous pourrez y mettre des fraisiers très gourmands en éléments nutritifs, mais aussi des plantes aromatiques comme les menthes et bien d'autres selon vos goûts du moment.



Plantation en pot d'un pied de menthe.

Les fertilisants

Aussi riche soit le terreau que vous aurez acheté, **il faut prévoir des apports d'éléments fertilisants** pour les légumes les plus gourmands comme les tomates ainsi que pour les fraisiers, au moment de la plantation et en cours de culture. Vous trouverez dans le commerce des engrais chimiques et d'autres biologiques, retenez les seconds sans hésitation !

Pour toutes les jeunes pousses, les plantes aromatiques et les légumes dont on consomme les feuilles, il faut apporter **des engrais riches en azote (symbole N)** : sang desséché, corne torréfiée ou broyée, guano. Les fraisiers et les légumes-fruits seront nourris avec **des engrais riches en phosphore (symbole P) et en potassium (symbole K)**. Vous trouverez dans le commerce des produits spécialisés pour ces cultures. Il existe également un grand nombre d'engrais pour potager portant la mention NPK, qui présentent des formules complètes, avec azote, phosphore et potassium. Ils sont plus utiles lorsqu'on a mélangé plusieurs espèces potagères dans un même bac.

Au moment de la plantation, il est plus simple d'incorporer un **engrais à diffusion lente** dans le substrat. Certaines formules sont étudiées pour que les grains ou les cônes diffusent des éléments nutritifs pendant trois, six ou neuf mois, ce qui couvre largement la période de croissance des plantes, mais ce sont le plus souvent des produits issus de la chimie de synthèse.

Vous pouvez faire **des apports d'engrais organique liquide** tout au long de la belle saison. Attention, respectez scrupuleusement les doses indiquées sur l'emballage et la

solution d'engrais doit toujours être épandue sur une motte au préalable humidifiée.

Le compost est très utilisé en jardinage biologique. Il améliore le sol et apporte des éléments nutritifs, mais il nourrit également les micro-organismes du sol qui eux-mêmes, en mourant, vont enrichir le sol de substances nutritives assimilables par les végétaux. Ce produit qui fait des miracles dans les potagers traditionnels doit donc être réservé à des légumes dont la culture est assez longue, comme la plupart des plantes aromatiques, les fraisiers ou les tomates. Déposez-le en surface sur le substrat et, avec un léger griffage, incorporez-le superficiellement.

Marier fleurs, fruits et légumes : joindre l'utile à l'agréable

L'installation des plantes potagères doit permettre le développement optimal des végétaux. Il faut donc tenir compte de l'exposition du balcon ou de la terrasse, du volume des contenants que l'on peut utiliser, de la place disponible au sol et en hauteur, des besoins spécifiques en eau et en éléments nutritifs de chacune des plantes et bien sûr de vos envies. Respectez cet ordre pour faire votre choix de plantes potagères et résistez à la tentation des coups de cœur. L'envie ne fait pas tout, bien au contraire, elle se révèle souvent mauvaise conseillère quand on plante un potager hors-sol. Et n'oubliez pas que les plantes ne font pas toujours toutes bon voisinage.

L'exposition

Les emplacements les moins ensoleillés (sans être complètement dans l'ombre) sont réservés aux jeunes

pousses, aux épinards, aux salades, aux plantes aromatiques aimant une certaine fraîcheur comme le cerfeuil, le persil, l'oseille et les menthes. Installez au soleil toutes les autres, en veillant à ce que les plus grandes ne fassent pas d'ombre aux plus petites et que leur feuillage ne vienne pas les gêner.

Un bon voisinage

Certaines dispositions ou mariages au potager ont pour but **d'éloigner les ravageurs**. C'est ainsi que l'on on privilégie les rapprochements entre les carottes et les poireaux, les céleris et les choux, les haricots et les aubergines, les tomates et les œillets d'Inde ou les basilics, les piments ou les poivrons avec les basilics, la marjolaine ou l'origan. En revanche, on évite le voisinage entre les plantes d'une même famille botanique pour prévenir la prolifération des parasites. Côté jeunes pousses, évitez la proximité des épinards avec les betteraves.

Optimiser son espace

Certaines associations sont aussi **des solutions gain de place**. Semez ensemble petites carottes et radis pour récolter très vite les seconds et éclaircir ainsi le semis ce qui permettra aux premières de mieux grossir. Les radis font aussi bon ménage avec les laitues ou les épinards, pour la même raison. Les salades peuvent être plantées au pied des tomates car elles seront vite récoltées, sans gêner ces dernières.

Des cultures bien pensées

Vous pouvez aussi **organiser vos plantations par thématiques**, selon vos envies gourmandes. Une grande jardinière peut accueillir un mélange de salades pour vos mescluns. Vous pourrez acheter des mélanges tout prêts ou

les composer en semant différentes variétés de laitues, de chicorées, de roquettes, de mâche et autres légumes-feuilles en tenant compte de la saisonnalité. Au printemps, mettez davantage de laitues, de cerfeuil et d'épinards. En été, choisissez des laitues grasses, du pourpier, de la roquette, de la cressonnette du Maroc. En automne, mélangez des choux chinois, de nouveau des épinards et des laitues, de la mâche et des chicorées.

Dans une autre jardinière ou potée, mariez des tomates-cerises, des basilics à petites et grandes feuilles, de l'origan, une variété de piment pas trop piquant, de la roquette. Et vous aurez tous les ingrédients pour cuisiner des pizzas savoureuses !

Si vous aimez les plats relevés, composez une potée ou une jardinière avec de la roquette, du cresson de Para, quelques pieds de piments et des capucines naines. Prévoyez à côté une grosse potée d'herbe à poivre panaché (*Houttuynia cordata* 'Chameleon'). Elle doit être isolée car elle exige un substrat assez humide et surtout parce qu'elle est très envahissante.

Les amateurs de taboulé se feront un coin avec des grosses potées de menthe verte du Maroc, une ou deux jardinières de persil plat, une jardinière de petits oignons blancs et une potée de basilic citron.



Un contenant plus volumineux peut accueillir une grande diversité de plantes.

Des légumes aux petits soins

Les semis ou les plantations terminés, les jeunes plants de légumes, de petits fruits ou de plantes aromatiques demandent des soins plus ou moins réguliers en fonction de leurs besoins spécifiques. Votre potager en pots ne peut survivre sans vous !

Arroser ses cultures

La terre des pots et des jardinières, en général bien drainée, sèche vite, beaucoup plus que le sol du jardin. Le phénomène est d'autant plus rapide que les dimensions du contenant sont petites. **L'arrosage est certainement l'obligation principale**, le geste à ne pas oublier pour réussir des cultures potagères en pots. Un bon arrosage doit humidifier toute la motte, l'eau en excès s'écoulant par les trous au fond du pot ou de la jardinière. En été, arrosez plutôt le soir. Le reste de l'année, arrosez le matin. Il est préférable de ne pas mouiller les feuillages, car un grand nombre d'espèces potagères sont sensibles aux attaques de champignons parasites comme l'oïdium*, le mildiou* ou la rouille*. Maintenez sous surveillance les potées installées dans des cache-pots, car ces derniers peuvent vite se remplir au cours d'une forte pluie. Si vous ne les videz pas à temps, les racines des plantes vont pourrir.

Nourrir sa terre

La terre des pots s'épuise vite après la plantation et ce d'autant plus que l'on prélève souvent une partie du feuillage ou des fruits sur les plantes pour les consommer. La plupart du temps, le rempotage n'est pas envisageable, il faut alors **apporter du compost bien mûr ou un engrais biologique** pour que la plante continue sa croissance, puisse fleurir et donner des fruits pour certaines. Les légumes dont on consomme les tiges et les feuilles ont besoin d'apports réguliers d'azote (N). Les plantes à fleurs comestibles et à fruits exigent quant à elles des engrais plus riches en phosphore et potassium (P et K).

Ne forcez pas trop vos plantes, pensez que vous allez les manger ensuite. Une surdose d'engrais leur est néfaste et elles peuvent dépérir ou être plus vulnérables face aux attaques de ravageurs. Une plante potagère trop nourrie en azote est beaucoup plus sensible aux pucerons qui semblent

davantage attirés par elle. De l'engrais oui, mais juste ce qu'il faut ! Rappelez-vous également que l'**on ne donne pas d'engrais à une plante malade.**



La culture des mini-poivrons est longue, mais les récoltes sont généreuses en fin d'été.

Astuce engrais

Les engrais spécifiques pour fraisiers ou pour tomates que vous trouvez dans le commerce sont équivalents et peuvent être échangés. Il est donc inutile d'acheter une multitude d'engrais différents. Respectez bien les doses indiquées, que le produit soit en poudre, en granulés ou liquide.

Prévenir les désagréments

Un jardin en pot doit être impeccable, car il est souvent à la portée du regard et cela évite la propagation des maladies ou des ravageurs. Vous devrez donc éliminer les feuilles qui jaunissent ou qui sont abîmées, pincer ou rabattre les plantes qui poussent trop et se répandent sur leurs voisines et palisser les jeunes pousses des végétaux grimpants au fur et à mesure de leur croissance s'ils ne s'agrippent pas tous seuls.

Les soins hivernaux

La plupart des plantes potagères sont saisonnières, avec une culture essentiellement printanière et estivale. L'hiver n'est donc pas vraiment une période qui pose problème pour vos cultures hors-sol, hormis pour les quelques espèces pérennes installées. **Cette saison nécessite donc tout de même quelques attentions spécifiques.**

Il suffit essentiellement de penser à arroser les potées des végétaux persistants quand il ne gèle pas. Apportez également un peu d'eau aux arbustes à petits fruits dépourvus de feuilles. Les précautions deviennent plus

contraignantes avec les plantes vivaces ou les arbustes qui ne supportent pas ou peu les gelées. En octobre, il faut soit les hiverner dans une véranda ou une serre, soit les rapprocher des murs de la maison ou de l'appartement et les envelopper avec des voiles d'hivernage protecteurs, après avoir entouré le pot ou la jardinière dans un film en plastique à bulles, car ce sont les racines les plus fragiles. Pensez à surélever les potées sur des plaques de polystyrène pour que le froid ne se propage pas du sol vers les racines. Au moindre redoux, ouvrez les protections pour que les plantes ne pourrissent pas et bénéficient d'un maximum d'ensoleillement et pensez à les arroser si le substrat est trop sec. En fin de journée, avant le coucher du soleil, n'oubliez pas de remettre les protections en place.

Profitez de l'hiver pour nettoyer et désinfecter vos tuteurs et treillis, vos pots et vos jardinières ainsi que les soucoupes et éliminez le terreau usagé. Profitez également de la mauvaise saison et des heures passées à l'abri au chaud pour planifier vos nouvelles cultures⁷ et éventuellement pour commander vos semences ou vos jeunes plants, certains étant disponibles très tôt en saison sous la forme de micro-plants.



Prenez soin de votre potager en pot en toute saison !

À chaque saison ses récoltes

La production d'un potager urbain installé sur un balcon ou une terrasse suit la saisonnalité des potagers traditionnels installés en pleine terre. Cependant, du fait de l'urbanisation environnante, le froid est souvent moins intense en hiver, les gelées arrivent plus tardivement et se terminent plus tôt. Au printemps et plus particulièrement au cours de l'été, la chaleur est plus importante. **Ces conditions climatiques particulières** ont pour effet de prolonger les périodes de récoltes en les rendant plus précoces et plus tardives. Autant en profiter !

Le **printemps** est la saison des jeunes salades tendres et croquantes ainsi que des jeunes pousses (jeunes feuilles d'épinard, de betteraves rouges, de ciboulette, d'oseille, de persil, de cerfeuil, etc.).

L'**été** offre le maximum de récoltes avec les tomates-cerises d'abord puis celles à plus gros fruits, les piments, les poivrons, les haricots, les fraises, les groseilles et les framboises, les salades d'été aux feuilles plus épaisses et un grand nombre de plantes aromatiques dont le basilic si recherché et apprécié.

En **automne**, surtout s'il reste longtemps beau et chaud, les récoltes estivales se prolongent et ne s'achèvent qu'avec l'arrivée des premiers froids. Vous pouvez alors continuer à récolter de nombreux légumes-feuilles comme la mâche, les chicorées, les épinards ou les moutardes. Avant les gelées, il faut cueillir les courges et les dernières tomates, même si ces dernières ne sont pas mûres.

L'**hiver** est toujours une saison peu productive à l'extérieur. Comptez sur les salades d'hiver pour apporter quelques crudités à vos menus. Les plantes aromatiques comme le thym ou le romarin restent toujours disponibles quand le cerfeuil et le basilic ont disparu.

Le bassin potager aquaponique

On commence à trouver des potagers hors-sol qui associent un bac pour la culture des légumes et un autre plus volumineux pour l'élevage de poissons d'eau douce. Ils peuvent être ornementaux, comme les poissons rouges, ou comestibles si l'on recherche une meilleure rentabilité. Les plantes potagères sont alors **cultivées en aquaponie***.

L'eau du bassin, enrichie par les déjections des poissons, est utilisée pour arroser les plants de légumes. Ces derniers absorbent les nutriments contenus dans cette eau riche en matières organiques et éléments fertilisants. L'excès d'eau retourne dans le bac à poissons après avoir été filtré davantage par le substrat dans lequel sont fixés les végétaux.

Le tout fonctionne en circuit fermé, sans apport d'engrais pour les légumes, il faut juste veiller à nourrir régulièrement les poissons (mais sans excès pour ne pas polluer l'eau) et à compléter le niveau de l'eau pour remplacer celle qui s'est évaporée ou qui a été absorbée par les plantes.

L'ensemble est assez volumineux et est souvent trop lourd pour un balcon. Cependant, il peut très bien être installé sur une terrasse ou dans une cour.

Potagers aquaponiques

La Ferme Aquacole d'Anjou® commercialise plusieurs modèles de potagers aquaponiques avec des structures en bois (pin massif classe 4) garanties 10 ans et antitermites.

Le modèle Géraldine 2, le plus petit, est le mieux adapté à un grand balcon capable de supporter un poids conséquent. Ses dimensions sont de 193 x 58 x 92 cm, avec un potager de 0.42 m² (100 l de billes d'argile utilisées comme substrat) et un bassin 1/2m² (160 l).

Le modèle Géraldine 1 a des dimensions de 193 x 118 x 92 cm. L'espace potager a une surface de 1 m² (210 l de substrat, en l'occurrence des billes d'argile) et le bassin occupe aussi une surface de 1 m² (380 l). À réserver à une terrasse ou une cour.

Vous pouvez également installer une serre-châssis sur l'espace potager.

chapitre 4

UN POTAGER PERCHÉ, C'EST BRANCHÉ !





Lianes de petit-pois.

Quand la place manque au sol, il faut la trouver en hauteur. Dans un grand potager, les légumes sont étagés, les plus grands étant installés du côté nord pour ne pas faire trop d'ombre aux espèces voisines, toutes avides de soleil. Dans un potager urbain plus restreint, que ce soit en pleine terre ou en bac, il faut aussi disposer les différentes plantes potagères en jouant avec leurs hauteurs variables. Il est également possible d'augmenter considérablement la production de fruits et de légumes au mètre carré en investissant les hauteurs de votre potager. Pour obtenir ce résultat, vous avez à votre disposition

plusieurs méthodes plus ou moins sophistiquées et compliquées à mettre en œuvre.

Tuteurs et treillages pour légumes coureurs

Sur un balcon, utilisez la rambarde si elle est ajourée pour y faire courir vos lianes potagères. Ceci n'est valable que pour les plantes à petits fruits (haricots et tomates-cerises), sans danger pour les passants de la rue située en dessous. Vous pouvez aussi adosser vos potées ou jardinières potagères au mur de l'appartement après y avoir fixé un treillage, sans le coller complètement contre la paroi. Il est en effet nécessaire de laisser un peu d'espace pour que les tiges du légume puissent se faufiler et s'agripper facilement.

Sur une terrasse, vous pouvez installer un modèle de potager Growcamp® surélevé et protégé à adosser contre le mur de la maison ou de l'appartement. Ce système de culture qui a l'aspect d'une mini-serre se compose d'une grande jardinière (30 cm de largeur), surmontée d'une armature et de parois transparentes en matière plastique. Avec des dimensions de 120 x 62 x 180 cm⁸, vous aurez suffisamment de place et de hauteur pour y faire pousser des variétés de tomates à grand développement qui ne craindront plus les courants d'air, souvent plus forts sur une terrasse. Les tomates seront tuteurées sur des ficelles accrochées à une des barres de l'armature de la mini-serre. Attention, le poids de 19 kg de ce matériel sans le substrat limite son utilisation car de nombreux balcons ne supportent pas des charges trop importantes.

Si vous aimez **les petits pois ou les haricots**, vous en obtiendrez beaucoup plus en remplaçant les variétés naines

par des grimpantes et en les faisant courir sur des tuteurs, des treillages ou du grillage.



Potager en carré avec haricots grimpants.

Les courges si envahissantes et si promptes à couvrir des mètres carrés au sol doivent impérativement être conduites sur une structure dressée, suffisamment robuste pour supporter le poids des fruits arrivés à maturité. Une petite pergola ou une tonnelle sont plus indiquées pour supporter une telle charge, mais vous devrez quand même contrôler le développement de vos courges et ne garder que quelques fruits. Il en est de même pour les concombres et les melons, moins encombrants toutefois.

Tuteurez vos **pieds de tomates** pour ne pas perdre de place au sol. Pour ces dernières, il est nécessaire de tailler tous les gourmands afin de permettre au soleil de baigner tous les fruits formés. Ne voyez pas trop petit ! Un pied de tomate à grand développement, que ce soit une variété cerise ou à plus gros fruits, dépasse facilement les 1,20 m de hauteur. Dans des grands bacs, mes tomates-cerises 'Sun Gold' ont atteint les 2 m au cours de l'été. Attention aux tuteurs simples, car lorsque la plante a envahi tout son support elle offre une plus forte prise aux rafales de vent et les bourrasques finissent par faire bouger le tuteur qui se déchausse et penche d'un côté ou de l'autre. Pour limiter ce problème, stabilisez votre tuteur en l'accrochant à la rambarde du balcon ou disposez trois tuteurs identiques en tipi tout autour du jeune plant.

De plus, cette culture en trois dimensions permet d'accueillir des légumes originaux comme les arroches blondes ou rouges, l'épinard de Malabar ou baselle (*Basella alba*), l'épinard grimpant (*Hablitzia tamnoides*) ou bien encore la liane de Madère (*Anredera cordifolia* ou *Boussaingaultia cordifolia*). Ces espèces peu connues donnent une profusion de feuilles que l'on consomme jeunes, comme les épinards les plus classiques. Elles sont également décoratives, ce qui est un plus sur un balcon ou une terrasse. Ajoutez un pied de capucine grimpante pour déguster les fleurs poivrées et les boutons floraux qui remplacent les câpres, ainsi que des haricots d'Espagne aux jolies fleurs rouges, roses ou blanches et aux gousses délicieuses.

Installer un pied de chayotte

Si vous disposez d'une grande terrasse ensoleillée, amusez-vous avec un pied de chayotte ou christophine. Il suffit d'acheter un fruit dans le commerce, de le repoter au début du printemps et de le faire démarrer au chaud dans votre maison ou appartement, dans une pièce très lumineuse. Quand les pousses se sont bien développées (c'est très rapide), acclimitez votre pied de chayotte à l'extérieur en le plaçant d'abord à l'ombre claire, puis progressivement à une exposition ensoleillée directe. Transplantez-le sans briser la motte. Les tiges peuvent atteindre plusieurs mètres de longueur, en tous sens. Prévoyez le support adéquat tant en surface qu'en robustesse. Et les arrosages ! En fin d'automne, rabattez les tiges et protégez la souche avec des voiles d'hivernage. La plante est vivace et repartira au printemps suivant, avec encore plus de vigueur surtout si vous avez enrichi le substrat avec du compost et un engrais organique pour tomates.



Pieds de tomates tuteurés pour un gain de place au sol.

Un mur végétal version gourmande

Il ne s'agit pas ici de recréer les murs végétaux monumentaux inventés et conçus par le génial botaniste Patrick Blanc, car votre potager vertical doit toujours être facilement accessible, autant pour les opérations de plantation et d'entretien des plantes que pour permettre des récoltes faciles et rapides. Ses dimensions doivent donc rester suffisamment modestes pour vous éviter tout recours à des échafaudages ou à des échelles. Réfléchissez bien à l'implantation de ce potager vertical, car sa conception le rend encore **moins autonome qu'un potager classique** et vous devrez le surveiller pour intervenir dès que

nécessaire, notamment pour l'arrosage. Il doit donc être à proximité de votre appartement ou de votre maison, si possible dans un endroit bien ensoleillé, car les plantes potagères ont besoin de beaucoup de lumière. Attention, évitez les emplacements trop ventés.



Mur d'aromatiques en pot : thym, menthe, romarin et persil.

Le site Internet **Mur Potager**[®] propose différents modèles de potagers verticaux, fabriqués en bois Douglas d'origine française et adaptés aux balcons et aux terrasses. Leurs dimensions sont de 33 x 33 x 88 cm pour 33 l de terreau, de 33 x 61 x 88 cm pour 80 l de terreau et de 33 x 110 x 88 cm⁹ pour 160 l de terreau. Il faut utiliser un terreau fibreux de type Hortalgo pour remplir les structures. Choisissez l'emplacement idéal pour permettre le bon écoulement des eaux d'arrosage et un ensoleillement optimal.

Le site **Jardins Animés**[®] propose un jardin vertical composé d'une plaque en acier de 170 cm de hauteur pour 46,8 cm de largeur sur laquelle sont fixées cinq grandes jardinières en plastique à réserve d'eau (dimensions : 43 x 18 x 18,5 cm¹⁰). À vide, l'ensemble pèse 15 kg. Il doit être fixé contre un mur avec quatre tire-fonds et quatre chevilles. Ce système très élégant et design permet la culture de nombreuses salades, de fraisiers, de plantes aromatiques, de piments et de poivrons nains et de tomates-cerises à port compact.

Les jardinerie **Botanic**[®] proposent quant à elles un petit potager vertical en bois de 0,95 x 0,27 x 0,95 cm¹¹, donc idéal pour les petits espaces¹². Il est fabriqué en bois Douglas de France certifié PEFC et dispose d'une poche en feutre géotextile que l'on perce pour y planter les légumes, les fleurs et les plantes aromatiques, sur toute la hauteur des quatre côtés si on le souhaite. Attention, l'excès d'eau d'arrosage s'écoule par le bas et se répand de part et d'autre du potager vertical si le sol est dur, comme cela est le cas dans une cour ou sur une terrasse.

Les SAC by SAC¹³ **de Bacsac**[®] s'accrochent entre eux par un système très simple de clips et permettent de composer des petits murs suspendus dans les airs ou adossés à une paroi. Chaque contenant SAC by SAC est composé d'une

double paroi technique qui préserve l'équilibre nécessaire entre l'air, la terre et l'eau. Ultrarésistante au déchirement et à l'abrasion, la toile disposée à l'extérieur est traitée anti-UV et résiste aux températures extrêmes, de - 30 °C à + 70 °C). À l'intérieur, une combinaison de feutre hydrophile assure une protection des racines des végétaux, absorbe et distribue l'eau.

Utilisez un terreau spécial potager ou plantation assez fibreux et léger et enrichissez-le avec du compost et un engrais organique adapté aux espèces potagères choisies. Il est tentant de cultiver des tomates à grand développement en les laissant pendre, mais les bourrasques de vent risquent de casser les grandes tiges. Privilégiez plutôt des légumes assez compacts offrant moins de prise au vent.

Astuces exposition

Avant de le remplir avec du terreau spécial potager, installez votre mur végétal à son emplacement définitif, en veillant à bien l'orienter pour que le soleil éclaire ses deux plus grandes faces au cours de la journée.

Côté soleil du matin : plantez des salades, du persil, de la ciboulette, du cerfeuil, du céleri à couper.

Côté soleil de l'après-midi : installez des tomates, des poivrons ou des piments, des basilics, des tagètes.

Vous pouvez aussi vous limiter à **une plantation de fraisiers** en mélangeant différentes variétés remontantes et non remontantes pour une production plus variée. Ajoutez quelques pieds de bourraches entre les fraisiers pour attirer davantage les insectes pollinisateurs et avoir plus de fraises.

Les jardiniers bricoleurs peuvent transformer une simple palette en bois en petit muret végétal. Voici comment procéder :

- 1.** Tapissez l'intérieur de la palette avec une bâche pour bassin.
- 2.** Percez-la au fond pour assurer une bonne évacuation des eaux d'arrosage.

3. Installez ensuite votre potager vertical à sa place définitive, soit contre un mur¹⁴, soit en permettant un bon ensoleillement des deux faces pour une plantation des deux côtés.
4. Remplissez-le ensuite avec un terreau très léger et poreux, enrichi de compost et d'un engrais pour potager.
5. Percez la bâche sur les côtés, entre les lamelles en bois de la palette, pour y insérer les jeunes plants de légumes.
6. Sur le dessus, plantez comme dans une jardinière avec des variétés ayant plutôt un port érigé.



Palette végétale : un potager à faire soi-même.

Un tableau végétal à croquer

Avec un encombrement plus restreint, le tableau végétal offre une production moins importante que le mur végétal, mais beaucoup plus que dans des petites jardinières. Il peut être installé à l'extérieur dans de nombreux endroits sans occuper de la place au sol, notamment près de la porte ou de la baie vitrée de la cuisine ou dans une petite cour. Il est très pratique parce qu'il s'installe facilement, les plantes se trouvent à portée de main, il n'est plus nécessaire de se baisser pour arroser, tailler ou récolter. **C'est un mini-potager parfait** pour accueillir un assortiment de plantes condimentaires et aromatiques, des fraisiers, des salades ou des tomates-cerises à port compact.

Dans les grandes surfaces de bricolage, notamment Castorama®, vous trouverez un mur végétal en toile noire ultra résistante et imperméable, avec 12 poches permettant d'accueillir autant de plantes aromatiques ou de légumes. Ses dimensions assez restreintes de 108 x 84 cm et son poids à vide de 1,8 kg permettent de l'installer en le positionnant à la verticale ou à l'horizontale, à l'arrière d'un balcon ou d'une terrasse, contre un mur dans une cour ou sur la façade de la maison, pas trop loin de la cuisine. Il faut y cultiver des plantes potagères pas trop envahissantes. Là encore, privilégiez les plantes condimentaires, les salades à couper, les tomates à port compact et les fraisiers.

Attention aux mariages

Vous ne devez marier que des plantes ayant les mêmes exigences de culture. Faites par exemple un panier de plantes condimentaires avec persil simple et frisé, cerfeuil, ciboulette et céleri à couper. Dans un autre, mariez différentes variétés de thym avec du romarin rampant et des sarriettes vivaces.

Laissez les fraisiers seuls dans leurs suspensions, ce sont des plantes trop gourmandes en eau et en éléments nutritifs. Il en est de même pour la menthe, bien trop envahissantes (mais vous pouvez planter différentes variétés ensemble).

Suspendez tout !

Les suspensions sont plus souvent réservées aux fleurs saisonnières qu'aux légumes. Pourtant, vous pouvez très bien composer un mini-jardin d'aromatiques ou une suspension gourmande avec des petites tomates, sans oublier un panier de fraisiers qui permet d'avoir des fruits à portée du regard et de la main. Quelle que soit l'espèce potagère, voyez grand, **évitez les petites suspensions**. Un volume trop restreint de substrat ne permet pas de nourrir longtemps les plantes et, surtout, il va se dessécher très vite, vous obligeant à des arrosages de plus en plus fréquents au fur et à mesure que les végétaux pousseront. Pensez aussi à l'évacuation des eaux d'arrosage

excédentaires, car sans réserve d'eau, tout tombe à même le sol, ce qui est plutôt gênant sur une terrasse ou un balcon.

Réservez **les contenants peu volumineux¹⁵** aux plantes les moins encombrantes comme la ciboulette, le persil, le romarin rampant, la sarriette rampante ou une variété très compacte de tomate-cerise (mais vous n'y cultiverez qu'un seul pied).

Dans des **contenants d'un volume d'au moins 4 ou 5 litres de substrat**, envisagez une composition avec plusieurs espèces et variétés potagères, surtout si vous pouvez insérer des plantes dans les parois, comme cela est le cas avec les paniers ou corbeilles suspendus composés d'une armature métallique doublée à l'intérieur par un tapis en fibres de coco. Posez votre armature sur un pot en terre cuite vide suffisamment large pour bien la caler. Remplissez ensuite avec un terreau enrichi de compost et un engrais organique adapté aux plantes choisies. Il doit être riche en azote pour les plantes condimentaires, riche en phosphore et potassium pour les fraisiers et les tomates. Au moment de la plantation, faites attention à l'exposition et à la lumière que vont recevoir les plants quand la suspension sera accrochée à son emplacement définitif, surtout sur un balcon. Salades, persil et cerfeuil gagnent à être disposés à l'arrière du contenant pour laisser la place la plus ensoleillée aux tomates, poivrons et basilics.

Quelles que soient vos cultures, **veillez à bien fixer la suspension pour qu'elle ne se décroche pas au premier coup de vent trop fort**. Ne l'accrochez pas trop haut, car vous aurez plus de difficultés pour surveiller les plantes et restez vigilant pour arroser copieusement avant que le substrat ne sèche trop. Apportez un engrais liquide organique pendant l'été pour soutenir la croissance des plantes potagères, sans oublier de contrôler le

développement des différents légumes pour que chacun puisse pousser sans trop être gêné par ses voisins.

Potager suspendu

Pour une suspension, choisissez des variétés de tomates-cerises très compactes (voir chapitre 5) qui retomberont de part et d'autre du contenant. Sur le dessus de celui-ci, vous pouvez ajouter quelques pieds de basilics ou des mini-poivrons ('Redskin' F1, 'Mini Chocolate Bell' ou 'Lingot') qui pousseront plus en hauteur et seront stabilisés par les fils soutenant le contenant.



chapitre 5

RÉCOLTES POTAGÈRES SUR REBORD DE FENÊTRE.





Coriandre sur rebord de fenêtre.

Tous les citadins n'ont pas de balcon ou de terrasse et encore moins de lopin de terre où cultiver des légumes.

Cependant, le nombre de rebords de fenêtres est considérable et ceux-ci sont largement inutilisés ! Les contraintes réglementaires sont fortes concernant l'installation des pots et des jardinières, la surface

disponible est certes très limitée, mais quand l'exposition est favorable à la culture des légumes, cet emplacement restreint permet tout de même d'y accueillir un soupçon de potager pour se régaler tout en faisant quelques économies. Rien à voir avec le potager en pleine terre ou en grands bacs sur une terrasse, car les possibilités culturelles sont beaucoup plus réduites, mais un rebord de fenêtre peut quand même accueillir des légumes coûteux ou des parfums originaux. Tentez l'expérience et je suis certain que très vite vous agrandirez votre mini-potager en végétalisant deux, puis trois fenêtres, voire beaucoup plus.

Jardinage à haut risque

Avant de vous lancer dans une culture potagère sur un rebord de fenêtre, vous devez veiller à la stabilité de vos supports de culture. L'espace est étroit et souvent légèrement en pente. **Il faut donc absolument s'assurer que les pots ou les jardinières ne risquent pas de tomber**, même par grand vent ou lors d'un orage particulièrement menaçant.

Si votre fenêtre dispose d'une rambarde, il est souvent interdit d'y accrocher les potées à l'extérieur, au-dessus du vide, comme pour un balcon. Même si vous en avez l'autorisation, assurez-vous que chaque contenant est solidement maintenu, car à la belle saison, quand les légumes ont pris de l'ampleur, ils peuvent l'entraîner avec eux quand les intempéries sont trop déchaînées et les secouent violemment.

Pensez aussi aux arrosages... Le petit volume des contenants peut vite entraîner des apports d'eau quotidiens quand les plantes ont beaucoup poussé et que les journées sont chaudes. Il n'est pas question de laisser le sol sécher, sinon c'est la catastrophe, les racines n'ayant qu'un faible volume de terreau autour d'elles. **En arrosant, n'oubliez pas les voisins en dessous**, sinon gare aux remarques désagréables, pouvant même aller jusqu'à des plaintes en bonne et due forme. Vous pouvez avoir recours à des cache-pots, mais restez vigilant quand de fortes pluies tombent et mouillent la fenêtre, car il ne faudrait pas que les contenants se remplissent d'eau et finissent par déborder.

Quels légumes cultiver à sa fenêtre

Oubliez artichauts, citrouilles, potirons, courgettes, gros choux, pommes de terre, rhubarbe et d'une manière générale toutes les plantes potagères volumineuses. **Le potager à la fenêtre est exclusivement réservé aux petites plantes condimentaires et aux légumes peu encombrants à croissance rapide**, sauf si vous avez la possibilité de faire grimper vos légumes sur le pourtour de la baie vitrée. Dans ce cas, cela permet de cultiver des variétés plus encombrantes comme les tomates-cerises ou les haricots à rames. Si l'exposition de la fenêtre est très ensoleillée et prodigue beaucoup de chaleur, lancez-vous dans la culture de romarin, de sarriettes, de marjolaine, d'origans, de thyms et de basilics. À mi-ombre, accueillez de la ciboulette, du persil, du cerfeuil et des menthes.

Osez l'originalité et la rareté en choisissant des espèces aromatiques comme la plante huitre (*Mertensia maritima*), l'ail d'Afrique du Sud (*Tulbaghia violacea*), le calament à

petites feuilles (*Calamintha nepeta*) et ses variétés, l'estragon du Mexique (*Tagetes lucida*) ou l'oignon rocambole (*Allium cepa* f. *proliferum*).

Pour des apéritifs insolites, surprenez vos convives en cultivant de l'herbe à bison (*Anthoxanthum odoratum*) qui viendra parfumer la vodka ou l'herbe à sucre (*Stevia rebaudiana*), la menthe ananas, l'anis ou le gingembre.

Les légumes-feuilles

Les légumes les plus adaptés sont surtout des salades. Principalement des laitues à couper, des mescluns, mais aussi les légumes se dégustant en jeunes pousses comme les betteraves, les arroches et les épinards que l'on cueille très jeunes. Sans oublier le curieux chou 'Mizuna', les nombreuses variétés de moutardes cultivées, aux saveurs plus relevées, ou bien encore le 'Namenia', au goût d'épinard et de navet, riche en vitamines et un peu plus piquant. Tout au long de la belle saison, variez les plaisirs en choisissant différentes variétés de salades à couper : 'Feuille de chêne blonde', 'Salad Bowl Rouge' ou 'Salad Bowl Verte', 'Sanguine', 'Querido', 'Grenadine'. Alternez les semis pour apporter plus de diversité ou composez des mélanges aussi colorés que différents dans les goûts. En été, privilégiez la Cressonnette du Maroc ou 'Radichetta', les roquettes cultivées et sauvages ou le pourpier doré et prolongez la saison avec les différentes variétés de mâches qui produiront jusqu'en hiver.

La ciboulette

Cette plante condimentaire est facile à réussir en pot ou en jardinière à partir de quelques graines ou d'une touffe divisée et est rapidement productive et dispose d'un parfum unique. En jardinerie, un simple pot d'un litre de ciboulette est vendu environ 6 euros. Dans une grande surface alimentaire, la botte de brins de cette même plante condimentaire (environ 20 g) est proposée à presque 1,50 euros... Une fortune quand on y réfléchit ! Le sachet de graines, quant à lui, s'achète environ 2,50 euros.

Avec une jardinière de 50 cm de longueur, vous allez récolter de la ciboulette tout au long de la belle saison et même au-delà en cœur de ville, où le climat est toujours plus protégé en hiver. En investissant dans un sachet de graines, en quelques mois vous allez pouvoir parfumer vos petits plats à loisir, tout en récupérant le prix de votre investissement et même beaucoup plus.

Les tomates

Les amateurs de tomates peuvent tenter **les variétés de tomates-cerises à port déterminé et compact** d'une hauteur maximale de 30 à 40 cm : 'Tiny Tim', 'Red Robin', 'Micro Tom', 'Joyau d'Idaho', 'Perle Tchèque'. Ce ne sont pas toujours les meilleures, les fruits ont parfois la peau un peu trop ferme, mais à l'apéritif, le succès est garanti. Avec un palissage tout autour de la fenêtre, tenez un pied de tomate-cerise parmi les variétés à port déterminé mais avec

un plus grand développement. Pensez que vous devrez l'arroser encore plus fréquemment, pas question de partir en vacances sur une longue période, il faut à la fois veiller à l'humidité du substrat, vite sec quand le volume des racines est important, et palisser les pousses de la tomate qui ne cessent de pousser en tous sens. Plus adaptés, **les piments à petits fruits** sont aussi ornementaux que piquants quand ce n'est pas brulants, mais ils permettent de composer des jardinières très décoratives tout au long de l'été et en automne.



Jeunes plants de tomates.

Les fruits

Les **variétés fruitières sont plus rares pour ce mode de culture**, mais vous pouvez toujours faire pousser quelques pieds de fraisiers, en privilégiant des variétés remontantes, qui produisent plusieurs fois de suite pendant la belle saison. Les récoltes ne seront pas importantes, mais vous aurez le plaisir de grappiller des fruits d'une fraîcheur exceptionnelle, savoureux et sucrés, pendant quelques semaines.

Les fleurs comestibles

Certaines fleurs sont à la fois décoratives et comestibles et leurs dimensions peu encombrantes les rendent parfaites pour une culture à la fenêtre. Pour parfumer vos salades et décorer vos assiettes, plantez des pensées à petites ou grosses fleurs, des violettes cornues, des primevères acaules (récoltes hivernales et printanières), de la bourrache, des capucines et des bégonias semperflorens (récoltes estivales). Dans un potager classique, on coupe fréquemment les fleurs de la ciboulette et du basilic, mais elles sont aussi parfumées que le feuillage, il serait dommage de s'en priver.



Pensées 'viola cornuta' suspendues.

Un potager dans une jardinière

La jardinière est un contenant très pratique sur un rebord de fenêtre, car elle est plus stable qu'un pot et surtout elle offre un grand volume de substrat. La jardinière permet également d'associer plusieurs plantes, à la condition de toujours choisir des espèces ayant les mêmes exigences de culture, tant pour l'exposition que pour la nature du substrat et les besoins en eau. Dernier point à prendre en compte, le développement de chaque espèce potagère. Inutile de planter une menthe poivrée ou marocaine avec des ciboulettes et du persil, car ces derniers seraient vite envahis par la première, qui drageonne* beaucoup et a tendance à vite envahir tout le contenant dans laquelle elle a été installée. Elle envoie aussi souvent des stolons* à l'extérieur, montrant ainsi son exceptionnelle vigueur.

Avant de créer votre mini-potager, vous devez choisir le contenant, dont les dimensions sont imposées par celles de la fenêtre. Le plus fréquent est d'installer des jardinières de 40, 50, 60 ou jusqu'à 90 cm de long. **Faut-il privilégier une grande jardinière ou plusieurs plus petites ?** C'est essentiellement une affaire de goût. La seconde solution permet une plus grande variété de légumes et de plantes condimentaires et surtout permet de maintenir isolée une plante trop envahissante en la séparant de ces voisines. De plus, il est plus facile de changer chaque jardinière en cours de saison car le poids et le volume du contenant sont plus faibles.

Vous trouverez dans le commerce des jardinières en matière plastique, en terre cuite, en terre cuite émaillée ou en bois. Le premier matériau est léger, résistant aux intempéries et disponibles en plusieurs coloris.

Le substrat y sèche moins, ce qui peut être un avantage en plein été, mais aussi un danger pour les plantes qui ne supportent pas une humidité trop forte, notamment au printemps et pendant la mauvaise saison. La terre cuite laisse mieux le substrat s'aérer et se dessécher, mais elle est aussi plus lourde, sensible aux coups et parfois gélive*. La version émaillée, encore plus fragile, retient aussi beaucoup plus l'humidité du sol. Le bois est davantage adapté aux grands bacs sur une terrasse ou dans un jardin qu'aux jardinières à installer sur une fenêtre, sans pour autant être proscrit !

Attention à l'eau !

Si vous maîtrisez bien les apports d'eau, vous pouvez tenter une jardinière non percée. Toutefois, la fenêtre ne doit jamais recevoir les eaux de pluie, autrement vous risquez la noyade rapide de votre jardin urbain.

Quel que soit le matériau, **choisissez un contenant percé au fond** pour permettre à l'eau d'arrosage de s'évacuer rapidement. Un cache-pot ou une soucoupe viendront compléter le contenant. Le choix est souvent imposé par le modèle de ce dernier et je dois admettre que les soucoupes proposées dans le commerce sont souvent très insuffisantes¹⁶ pour recueillir l'eau qui s'échappe du contenant après un arrosage. À croire que les créateurs n'ont jamais testé leurs modèles avec de vraies plantes bien développées... C'est pourquoi je préfère juxtaposer plusieurs petites jardinières pour être en mesure de les enlever

facilement si j'ai besoin de les arroser plus copieusement dans la baignoire en plein été quand la canicule s'installe.

Prévoyez des tuteurs ou des petits treillages en bambou ou en matière plastique pour maintenir les végétaux un peu trop exubérants. Les treillages en forme d'éventail sont parfaits pour jouer ce rôle de séparateur, qui évite que le feuillage d'une plante s'affaisse sur celui de la voisine, comme pourraient le faire du persil, du cerfeuil et de la ciboulette, souvent associés.

Pour le substrat, **choisissez un bon terreau pour potager ou plantes condimentaires.** Ce sera la base dans laquelle vous ajouterez des engrais organiques à diffusion lente, en choisissant la composition la mieux adaptée, selon les besoins des espèces potagères. Le sang desséché et la corne broyée ou torréfiée sont riches en azote et recommandés pour les plantes à feuillage comme le cerfeuil, la ciboulette, les menthes, les persils et les salades. Préférez des engrais riches en phosphore et potasse pour les fraisiers, les plantes fleuries, les piments et les tomates. Quelques poignées de compost ou de fumier bien mûr conviennent à toutes les cultures.



Veillez au choix d'un bon substrat.

Jardinière de fines herbes

Quoi de plus pratique que d'avoir toujours sous la main un brin de ciboulette, de cerfeuil et de persil pour parfumer un plat à la dernière minute ? Avec une jardinière de 50 cm de longueur, composez un mini-potager de fines herbes qui **vous permettra des cueillettes, du printemps jusqu'en automne.** Prévoyez à côté une potée de menthe douce du Maroc pour compléter votre jardin de saveurs. Achetez un terreau pour plantes condimentaires et ajoutez du sang

desséché et de la corne broyée et procurez-vous un plant de cerfeuil, deux de persils (simple et frisé) et deux de ciboulette. Veillez à maintenir le substrat toujours frais par des arrosages réguliers. Ces herbes se récoltent brin à brin et feuille à feuille, en prélevant sur l'extérieur des touffes.

Méli-mélo de parfums

Dans une jardinière de 50 cm de longueur, plantez deux pieds d'estragon du Mexique (*Tagetes lucida*), deux pieds de basilic (l'un à petites feuilles avec la saveur du pistou, l'autre parfumé au citron) et ajoutez un pied de piments en choisissant une variété selon vos goûts en matière de piquants. Si le côté brûlant vous dérange mais que vous aimez les saveurs plus poivrées, remplacez ce piment par du cresson de Para ou deux pieds de capucines naines. Toutes ces plantes sont très parfumées et elles fleurissent toutes, ce qui ajoute un côté décoratif qui est appréciable.

Attention, il s'agit d'une composition saisonnière réservée à un emplacement chaud et ensoleillé.

Installée au printemps (en mai ou juin), elle vous donnera des récoltes jusqu'en octobre.

Jardinière tutti frutti

Les fraisiers sont des plantes vivaces qui restent à longueur d'année dans leurs jardinières avec une production printanière et estivale, selon les variétés. Vous pouvez installer une composition encore plus gourmande en leur ajoutant quelques pieds de petites variétés de tomates-cerises. Dans une jardinière de 50 cm de longueur,

prévoyez trois plants de fraisiers et deux plants de tomates. Choisissez un terreau pour potager très riche, avec un apport de compost et un engrais organique pour fraisiers ou tomates, indifféremment. **Quand les plantes seront bien installées, veillez à arroser très régulièrement.** Éliminez les stolons émis par les fraisiers et tuteurez vos tomates pour qu'elles ne s'affaissent pas sur les plants voisins.

Jardinière cocktail

Avec une fenêtre bien ensoleillée, vous pouvez installer des tomates-cerises naines avec des basilics. Une association qui ne nécessite que des arrosages réguliers et qui produit beaucoup ! Ce duo sera bienvenu pour agrémenter vos apéritifs estivaux. En ajoutant des cubes de gruyère ou de mozzarella, vous aurez vite fait de composer des petites brochettes cocktails savoureuses.

Utilisez une jardinière en matière plastique assez volumineuse et remplissez-la avec un bon terreau pour potager. Ajoutez de la corne broyée, du compost et un engrais organique à diffusion lente pour tomates. Pour un contenant de 50 cm de longueur, achetez trois jeunes plants de tomates-cerises et deux plants de basilics. Celui à grandes feuilles est plus facile à utiliser en brochette, mais celui à petites feuilles est très parfumé et peu encombrant.

Jardinière spéciale barbecue

Si votre fenêtre est très ensoleillée (exposition sud ou ouest), vous pouvez accueillir des thyms, du romarin et des sarriettes. Un trio parfait pour aromatiser les grillades et les brochettes à la belle saison ! **Choisissez plutôt une jardinière en terre cuite.** Vous pouvez acheter de jeunes plants en godets de 8 cm de diamètre, mais sachez qu'ils seront plus développés en godets d'un litre. En effet, ces petits arbustes aromatiques ont un développement moins rapide que les fines herbes. Dans une jardinière de 50 cm de longueur, disposez un pied de romarin, un pied de sarriette des montagnes et trois pieds de thym (deux de thym d'hiver et un thym citron). Vous pouvez ajouter sur le rebord du côté extérieur de la fenêtre trois petits pieds de variétés retombantes comme du thym serpolet ou de la sarriette rampante. Prévoyez un drainage dans le fond du contenant avant de remplir avec un terreau pour plantes condimentaires additionné de cornes broyées. Vous devrez bien arroser à la plantation et attendre ensuite que le terreau sèche en surface avant de faire un nouvel apport d'eau.



Thym et romarin pour une jardinière spéciale barbecue !

Jardinière de jeunes pousses

Une jardinière de 50 cm de longueur est suffisante pour vous offrir des récoltes nombreuses de jeunes pousses de salades ou d'épinards. Vous pouvez choisir de ne faire qu'une seule variété à la fois, en prévoyant d'en changer en cours de saison. Pour une plus grande diversité, vous pouvez acheter différents mescluns du commerce, mais vous pouvez aussi acheter plusieurs variétés de laitues à couper, d'épinards et de choux salades pour composer vous-même votre mélange, selon vos goûts et la saison.

Dès le retour des beaux jours, effectuez un premier semis directement dans la jardinière en place, en veillant à ne pas semer trop dru mais en occupant toute la

surface. Avec un sachet de graines, vous avez largement de quoi garnir votre contenant. Veillez ensuite à maintenir le substrat toujours frais. Si le semis est trop dru, arrachez quelques jeunes plants que vous consommerez aussitôt. Les récoltes se font ensuite en coupant les plus grandes feuilles une par une, au fur et à mesure de vos besoins ou envies.

Petits pots, mais belles récoltes

Tout ce qui vient d'être indiqué pour une culture en jardinière peut s'envisager dans des pots individuels disposés à la queue-leu-leu sur le rebord de la fenêtre. Attention, il faut être encore plus vigilant sur la fixation des potées car elles sont plus instables.

L'avantage majeur de cette solution, c'est la possibilité de remplacer une potée sans déranger les autres plantes en cours de culture. Si vous disposez de plusieurs fenêtres, vous pouvez ainsi échanger des potées de place pour réunir sur la fenêtre la plus proche de la cuisine toutes celles où les plantes sont prêtes à être récoltées alors que sur l'autre vous y mettrez celles qui doivent encore pousser ou qui ont besoin de repousser.

L'autre avantage, c'est la possibilité de disposer chaque pot dans un cache-pot, rendant ainsi moins périlleux les arrosages. Il est également possible de faire cohabiter des plantes n'ayant pas les mêmes exigences de culture.

Pour les contenants, l'offre comprend les mêmes matériaux que ceux utilisés pour les jardinières. **J'ai de plus en plus tendance à privilégier les pots en matière plastique à réserve d'eau.**¹⁷ Cela limite considérablement les corvées

d'arrosage pendant la belle saison et évite les soucis de fuite d'eau inopinée.

Idéalement, prenez des pots d'au moins 14-15 cm de diamètre, et de préférence de 20 cm de diamètre pour des tomates ou une menthe, car le volume de substrat sera plus important et les plantes potagères pourront davantage se développer.

Astuce variétés

Dans un contenant de 20 cm de diamètre, vous pouvez réunir trois jeunes plants d'une même variété ou d'un mélange d'espèces potagères : cerfeuil, ciboulette, persil ; thym ordinaire, thym citron, sarriette rampante ; tomate-cerise naine, basilic à petites feuilles, tagète, etc. Attention, prévoyez seulement un seul pied de fraisier ou de menthe par pot, car les deux auront vite fait d'occuper l'espace.



Semis d'aromatiques en jardinière.

chapitre 6

**UN POTAGER DANS LA CUISINE OU LE
SALON, MAIS OUI, ÇA MARCHE !**





Placez vos aromatiques en pot sur le rebord de votre fenêtre

Vous n'avez ni petit lopin de terre, ni terrasse, ni balcon pour installer un coin potager ? Qu'importe, vous pouvez quand même envisager la culture de quelques plantes potagères à l'intérieur de chez vous, dans votre cuisine ou une autre pièce de l'appartement. Bien que les possibilités soient plus réduites qu'à l'extérieur et que vous ne parviendrez pas à des récoltes en quantité, le jardinage indoor n'est plus seulement réservé aux plantes vertes et autres potées fleuries décoratives. Certaines plantes

condimentaires ainsi que quelques légumes donnent d'excellents résultats.

Derrière la fenêtre, ça pousse et c'est fameux

Tous les légumes et les plantes condimentaires ont besoin de beaucoup de lumière pour bien se développer. Sans matériel sophistiqué et high-tech, **le meilleur endroit pour installer un micro-potager d'intérieur, cela reste à proximité d'une fenêtre ou d'une grande baie vitrée.** Cet emplacement est vite occupé et le plus souvent réservé à des plantes d'intérieur purement ornementales. Mais pourquoi ne pas y accueillir de l'ail, du basilic ou quelques espèces aromatiques exotiques ?

Cultiver de l'ail

Avec un vase à jacinthe forcé à col rétréci et de l'eau, vous pouvez cultiver de l'ail frais, **disponible à longueur d'année et notamment pendant toute la mauvaise saison** si vous lancez plusieurs cultures successives. Procurez-vous une belle tête d'ail blanc ou rose bien renflée, sans aucune trace de moisissure, et posez-la dans le contenant rempli d'eau du robinet. La base du bulbe doit à peine affleurer le liquide. Posez votre culture près de la fenêtre et maintenez ensuite le niveau de l'eau régulièrement. Si vous constatez qu'elle semble croupir, n'hésitez pas à la changer complètement. En quelques semaines, de jeunes feuilles vont pousser. Ce sont ces dernières que vous allez récolter au fur et à mesure de vos besoins, car elles ont un goût aillé moins fort qu'une gousse, mais plus puissant qu'un brin de ciboulette. Coupez brin à brin et utilisez aussitôt dans vos plats. La culture

s'arrête quand le bulbe épuisé ne produit plus de nouvelles feuilles. Il suffit alors de recommencer avec une autre tête d'ail. Vous pouvez aussi tenter la culture d'un bulbe d'oignon ou d'échalote de la même façon.



Gousse d'ail dans un vase à jacinthe.

Cultiver du basilic

Le basilic est une des plantes aromatiques les plus faciles à cultiver au chaud dans la maison. Vous pouvez acheter un bouquet très frais sur le marché, avec ou sans aucune racine, et le disposer sans trop attendre dans un vase rempli d'eau placé en pleine lumière derrière une fenêtre. En quelques jours, des racines vont apparaître et chaque tige va se bouturer et se remettre à pousser, moins vigoureusement qu'en pleine terre ou en pot toutefois. Cela permet de conserver plus longtemps ce bouquet parfumé sur lequel vous pouvez à volonté prélever des feuilles pour parfumer vos petits plats. Veillez à changer l'eau régulièrement pour éviter qu'elle ne croupisse.

Vous pouvez également semer quelques graines dans un pot ou une petite jardinière en les répartissant le plus clair possible¹⁸. Avec une forte luminosité, votre semis ou plantation de basilic va vite se développer. Dès que la plante a quelques feuilles, commencez vos récoltes en veillant à prélever l'extrémité des pousses. Pincez au-dessus d'une paire de feuilles, cela permettra au plant de repousser avec un port plus compact, les nouvelles tiges apparaissant à la base des feuilles.

Dans de bonnes conditions **le basilic, qui est une plante vivace mais gélive, peut prospérer plusieurs mois voire d'une année à l'autre**. Les variétés à grandes feuilles donnent de meilleurs résultats pour cette culture forcée et elles peuvent même prendre un volume important si vous ne récoltez pas trop souvent et en faible quantité. Vous obtiendrez alors une belle plante verte, mais avec un parfum incomparable. Aux beaux jours, vous aurez certainement des épis de fleurs blanches qui se formeront.

Pour soutenir la croissance de votre basilic, ajoutez du sang desséché et de la corne broyée dans le substrat quand vous

remplissez le contenant, puis après trois ou quatre mois de culture. Vous pouvez aussi arroser tous les quinze jours avec un engrais organique liquide pour plantes aromatiques ou à défaut pour plantes vertes riche en azote. En hiver, réduisez l'apport à une fois par mois. Dans tous les cas, respectez bien les doses indiquées sur le flacon.



Plantation en pot d'un basilic 'Grand Vert'.

Variez les plaisirs

Le basilic 'Grand Vert' est un classique au parfum puissant, mais les variétés 'Dolly' ou 'Sweet Aroma 2' donnent aussi d'excellents résultats. Variez les plaisirs avec des basilics à grandes feuilles pourpres ('Purple Dark Opal', 'Rubin' ou 'Purple Ruffle') à la saveur un peu plus épicée que les basilics à grandes feuilles vertes, des basilics aux effluves citronnées ('Kiwumbasi Lime', 'Sweet Dany', 'Thai Lemon' ou 'Citriodorum') ou parfumés à la cannelle, la réglisse, l'anis...

Cultiver des poivrons et des piments

Les poivrons et les piments poussent très bien à l'intérieur en pleine lumière. Ceux qui possèdent des potées de ces légumes sur leur balcon ou terrasse pendant l'été peuvent les rentrer dès le mois de septembre. Avant cela, nettoyez les plantes de toutes feuilles fanées et vérifiez qu'il n'y a pas de limaces ou autres indésirables sous le pot ou sur le pied de la plante. Choisissez un emplacement très clair, avec éventuellement du soleil direct le matin ou en fin d'après-midi. Avec des arrosages réguliers dès que la terre du pot sèche en surface et des apports d'engrais liquide pour tomates tous les quinze jours ou trois semaines, la croissance va vite reprendre et vous verrez apparaître de nouvelles pousses et des fleurs.

Vous pouvez également effectuer un semis dès le mois de décembre ou janvier pour obtenir des jeunes plants¹⁹. Semez quelques graines dans un godet rempli de terreau pour semis en les enfouissant sous ½ cm de terreau.

Maintenez le substrat toujours frais par des arrosages réguliers. La germination se fait en quelques semaines. Les jeunes plants poussent ensuite assez lentement en comparaison avec des plants de tomates ou de salades. Dès que les plantules se gênent dans leurs godets, dédoublez-les et transplantez-les chacune dans un pot plus grand, de 10 à 12 cm de diamètre. Utilisez alors un bon terreau pour potager enrichi d'un engrais organique pour tomates. En mai ou en juin, suivant le semis, vous rempoterez une dernière fois vos jeunes plants bien développés pour les installer dans un pot d'au moins 14 cm de diamètre.

Attention avec les potées de piments d'ornement proposées en jardinerie au cours de l'été et en automne. Leurs fruits sont souvent terriblement piquants ! L'offre de variétés de piments et poivrons est considérable. Si vous recherchez des saveurs non épicées et douces, je vous conseille plus particulièrement le poivron 'Cherry Time' aux petits fruits en forme de cerise d'environ 4 cm de longueur, le 'Fushimi' aux fruits fins et allongés, le 'Garden Sunshine' qui ne dépasse pas 40 cm de hauteur ou le 'Miniature Yellow Bell' aux petits fruits jaune vif tirant sur l'orangé. Pour les piments, retenez le 'Nosegay' particulièrement compact et décoratif (mais avec un goût très piquant), le 'Purple Delight' à feuillage vert et violet et aux petits fruits verts devenant violets, puis rouges ou encore le 'Fiesta' aux fruits allongés et érigés, très décoratifs, mais horriblement brulants quand on les consomme. Si vous avez de jeunes enfants, contentez-vous de petits poivrons, car le simple fait de toucher un piment fort et de se frotter ensuite les yeux ou les lèvres entraîne des brûlures insoutenables.

Quel que soit votre mode de culture, **surveillez votre pied de piment car il peut être attaqué par les araignées rouges et les mouches blanches.** Intervenez rapidement pour éviter que ces parasites n'envahissent la plante. Dans

le premier cas, douchez-la plusieurs fois à quelques jours d'intervalle. Dans le second, disposez des plaques jaunes engluées à proximité pour capturer le plus possible d'adultes volants. Pulvérisiez ensuite un insecticide biologique en répétant le traitement deux ou trois fois à quelques jours d'intervalle car les aleurodes sont très résistants. Si la plante réagit en perdant une partie de son feuillage, n'hésitez pas à la tailler pour lui permettre de repousser plus vigoureusement.



Des piments à portée de main !

Astuce fécondation !

Les fleurs du piment et du poivron sont auto-fécondes, mais si vous constatez que la plupart se fanent sans donner de fruit, prenez un pinceau et balayez chaque nouvelle fleur avec la pointe pour améliorer la fécondation.

Bref, jouez de temps à autre les abeilles pour limiter la coulure des fleurs.

Cultiver des aromatiques exotiques

Les épiceries et supermarchés asiatiques ou africains sont des endroits rêvés pour le jardinier curieux ; elles proposent des tubercules de plantes aromatiques qui se cultivent très bien en pot à l'intérieur, près d'une baie vitrée sans soleil direct. C'est le cas par exemple du gingembre (*Zingiber officinale*), du galanga (*Alpinia galanga* et *A. officinarum*) et du curcuma (*Curcuma domestica*). Achetez des fragments de rhizome en choisissant ceux qui ne sont pas desséchés et fripés, sans marques de moisissures ni de blessures. Pour chaque espèce, prenez un pot de 18 cm de diamètre, remplissez-le avec un terreau pour géraniums dans lequel vous aurez ajouté du compost bien mûr et un engrais organique pour rosiers. Disposez trois fragments à plat sur le substrat. Recouvrez-les d'un peu de terreau et arrosez copieusement. Il faut ensuite toujours maintenir le substrat frais par des arrosages réguliers, sans le détremper toutefois. En quelques semaines, vous verrez poindre de jeunes feuilles lancéolées. Si vous lancez votre culture en début d'année, vous pourrez récolter des tubercules en automne, guère avant le mois d'octobre toutefois, quand le

feuillage se met à jaunir, signe que la plante entre en repos hivernal. Veillez à garder quelques beaux rhizomes pour refaire une nouvelle plantation.



La patate douce en intérieur : nouvelle plante phare de votre salon.

Légumes exotiques pour belles plantes vertes

La patate douce, le taro (tubercules), la chayotte (fruits) ou la cardamome verte (vendue en jeune plant) poussent très bien à l'intérieur, mais ne comptez pas récolter quoi que ce soit. Ces végétaux vous donneront des plantes d'intérieur originales, pour certaines très envahissantes, mais vous n'obtiendrez pas de nouveaux tubercules ni des fruits²⁰. Amusez-vous à les mettre en culture si vous avez de la place, beaucoup d'espace même, car la chayotte et la patate douce donnent des pousses de plusieurs mètres de longueur en quelques mois seulement quand les conditions leur conviennent. Beaucoup de feuillage en perspective, mais sans espoir de récolter quoi que ce soit pour agrémenter ou relever vos recettes...

Des mini-potagers high-tech

Les sources de lumière naturelle étant toujours trop limitées dans un appartement, les jardiniers testent depuis plusieurs années des méthodes de jardinage sous éclairage artificiel pour élargir leur zone de culture sous abri. Les pionniers ont d'abord installé des lampes halogènes ou des tubes fluorescents (notamment ceux utilisés pour les aquariums). Cependant, les premiers dégagent une chaleur vite insoutenable et consomment beaucoup trop d'énergie. Quant aux seconds, il faut les disposer très près des

plantes, autrement l'énergie lumineuse est insuffisante. C'est facile pour de jeunes semis, mais pour éclairer correctement un plant de tomate couvert de fruits, c'est pratiquement impossible. Sont alors apparues les chambres de culture proposées par les growshops* et des petits modèles high-tech de potagers d'intérieur, plus adaptés à la culture dans une cuisine ou une salle à manger.

Les chambres de culture

Elles sont très volumineuses et encombrantes et doivent être installées dans une pièce dédiée, dans le garage, le grenier, ou dans un grand placard inoccupé. Le plus souvent cette chambre a l'aspect d'une tente, d'un cube ou d'une armoire en toile qui ne laisse passer ni la lumière ni l'air. On trouve des modèles de 60 cm de largeur et jusqu'à 3 m de longueur avec une hauteur de 2 à 2,10 m. On est presque comme dans une mini-serre, mais les parois sont totalement hermétiques et étanches. L'intérieur de la toile, supportée par une armature en aluminium, est recouvert d'un matériau réfléchissant, souvent du mylar* ou de l'aluminium, éventuellement une bâche blanche réfléchissante. L'installation est complétée par un éclairage artificiel puissant de qualité horticole, un ventilateur pour homogénéiser la température et un extracteur pour assurer le renouvellement de l'air et contrôler l'hygrométrie* à l'intérieur de la zone de culture. Sur la bâche au sol sont disposés les contenants de culture, le plus souvent des modèles de pots ou de tables spécialement conçus pour une culture en hydroponie. Tout ce matériel coûte cher et demande un certain savoir-faire pour mener à bien les cultures sans catastrophe. En effet, il faut tout maîtriser en fonction des besoins des végétaux : arrosage, hygrométrie de l'air, ventilation, températures (avec des différences entre le jour et la nuit), apport d'engrais, contrôle des maladies et des ravageurs... Mais vous pourrez cultiver

365 jours par an, quelle que soit la météo extérieure. À vous les tomates à Noël, les laitues pommées et craquantes à longueur d'année, les fraises hors saison, le basilic 12 mois sur 12, les poivrons et les aubergines bien au-delà de l'été, les concombres jamais amers, les tendres fines herbes à foison et des saveurs tout autant exotiques qu'insolites comme celles du gingembre, du galanga, du curcuma, mais aussi du périlla de Nankin ou de la citronnelle.



Pousses de salade en hydroponie.

Les mini-potagers d'intérieur

Ils sont plus décoratifs et faciles à utiliser, leur mode d'emploi étant très simple. Il existe désormais de nombreux modèles, mais globalement leur fonctionnement est très proche : un contenant pour permettre une culture en hydroponie, des espaces pour insérer les petits godets ou les capsules contenant des semences de plantes potagères ou de condimentaires, voire de quelques fleurs et un éclairage artificiel²¹.

Souvent très design, ces modèles de micro-potagers plus ou moins volumineux s'intègrent facilement dans un intérieur, sur le rebord d'une fenêtre ou derrière une baie vitrée, mais aussi dans des endroits moins lumineux. Dans ce dernier cas, les plantes choisies ne doivent pas trop pousser pour toujours rester dans le cône de lumière dispensé par l'éclairage. Autant dire que ces installations conviennent mieux aux variétés miniatures comme les laitues à couper, le mesclun, le persil, le cerfeuil, la ciboulette, les basilics (de préférence celui à petites feuilles) et les mini-tomates à port très compact. Chaque société propose son assortiment de graines qui reste encore très limité. Mais avec le succès grandissant de ces potagers d'intérieur, les choses devraient vite évoluer pour offrir davantage de diversité. De plus, rien ne vous empêche de tenter de substituer les graines proposées par d'autres qui vous conviennent davantage lorsque vous mettez en place votre capsule ou mini-godet prêt à l'emploi avec le substrat et les graines. Choisissez votre modèle de potager d'intérieur selon vos besoins en plantes condimentaires ou en légumes. Une consommation occasionnelle est satisfaite avec les plus petits modèles car les plantes poussent vite avec ces systèmes. Pour les jardiniers geeks, certains de ces potagers sont associés à une application qui permet de les contrôler avec son smartphone.

Modèles les plus répandus en France

Led Mini et Led de la marque Aerogarden®, Lilo de Prêt à Pousser®, Potager Véritable de Véritable potager®, Genie et Herbie de Tregren®, Basile de Culteev®, NeLIA ou NeSTOR de Kitchen Gardening®, les meubles potagers d'intérieur Kit City ou Fresh Star d'OpenCityGarden® ou bien encore le potager d'intérieur encastrable de Vegidair®.



Plantules de coriandre 7 jours après le semis.

L'armoire potagère, un mini-site de production maraîchère

L'imagination des jardiniers n'a pas de limite. Si vous vous promenez sur la Toile, vous découvrirez des modèles d'armoire de culture à installer dans la maison ou des systèmes de culture potagère qui s'intègrent parfaitement dans le mobilier de la cuisine, au point de ressembler à un placard ou même à un réfrigérateur. Beaucoup ne sont que des prototypes, mais d'autres comme la Natufia Kitchen

Garden de Natufia® ou la Niwa One de Niwa® existent vraiment. Elles ne sont malheureusement disponibles que dans certains pays étrangers et les prix sont faramineux ! Mais les concepts laissent rêveur, car ils associent design, praticité et intégration dans le mobilier de la maison. Ce seront les potagers d'intérieur de demain, beaucoup plus perfectionnés et productifs que les petits modèles disponibles aujourd'hui, mais il faut que leur coût d'achat baisse considérablement pour devenir vraiment intéressants et accessibles au plus grand nombre.

Productions particulières en exclusivité

Le jardinage en intérieur offre des possibilités de productions végétales quasi exclusives. Même avec très peu de place et pas beaucoup de temps pour s'occuper des plantes, vous pouvez lancer des cultures aussi surprenantes que bonnes à déguster et bénéfiques pour la santé.

La culture des graines germées

Elle n'est pas particulièrement récente, mais avec les tendances veggie ou vegan, elle est plus que jamais d'actualité. L'avantage de cette production végétale, c'est que chacun peut s'y adonner tout à loisir car elle ne requiert qu'un minimum d'espace et de savoir-faire, et est de plus parfaitement adaptée à la vie urbaine. Les petits germes obtenus offrent des goûts très variés ainsi qu'une richesse en protéines, vitamines, éléments minéraux, oligo-éléments et antioxydants. Elles sont également hypocaloriques, riches en fibres et très digestes.

Le principe de culture est on ne peut plus simple. Dans un contenant peu profond, ouvert ou fermé, vous disposez une monocouche de graines de plantes condimentaires ou de

légumes et vous les faites germer en quelques jours, après avoir ajouté un peu d'eau. Ce sont les jeunes plantules à peine développées que l'on consomme. La culture et la récolte sont très rapides (seulement quelques jours) et n'exigent pas un matériel important. Vous trouverez une grande diversité de modèles de germoir, des plus simples et rudimentaires à petits prix aux plus sophistiqués et high-tech qui demandent un investissement financier plus conséquent. Cela va de la simple coupelle de germination en céramique, en terre cuite, en verre ou en matière plastique aux modèles fermés à plusieurs étages et, parmi les plus récents, des germoirs « intelligents » comme celui le EasyGreen de Biovie® qui est entièrement automatisé ou celui de HometoNature® qui dispose d'un système de pilotage électronique. Si vous consommez régulièrement et en quantité des graines germées, il est intéressant d'investir dans des modèles plus volumineux et sophistiqués. Autrement, contentez-vous d'un germoir à deux ou trois étages, qui vous permet une production diversifiée et échelonnée. Vous pourrez alors choisir de ne cultiver qu'une seule espèce, en étalant le processus sur plusieurs jours avec des récoltes quotidiennes, ou vous pourrez opter pour la culture simultanée de plusieurs espèces, chacune ayant son étage.

Illusion parfaite

Certaines jeunes pousses ont le même goût que la plante adulte, en plus doux toutefois. C'est le cas pour le persil, le céleri branche, le chou chinois, le chou rouge, l'épinard, l'ail, les oignons, le basilic ou les radis.

Si vous aimez des saveurs plus relevées, voire piquantes, cultivez des graines de raifort, de radis, de navet, de cresson, de moutarde ou de roquette.

Ceux qui aiment un goût plus doux, voire sucré, préféreront les graines de chia, de pourpier, d'alfafa, de kamut, d'amarante ou de millet.



L'offre de variétés de graines est considérable, avec une bonne cinquantaine d'espèces végétales, sans compter les nombreux mélanges proposés.

Les graines doivent obligatoirement être trempées dans l'eau avant la mise en culture proprement dite. Le temps de trempage varie d'une espèce à l'autre, de moins d'une heure pour le cresson, à vingt heures pour le soja. Cette étape permet non seulement de nettoyer les graines, mais aussi de ramollir les semences qui s'imbibent d'eau et germent mieux par la suite. Les graines ainsi traitées sont ensuite épandues dans les étages du germoir. Comptez trois à quatre cuillères à soupe de graines pour une soucoupe. Il faut ensuite les arroser deux fois par jour (matin et soir) avec l'équivalent d'un verre d'eau. Une fois par jour, videz le bac qui récupère l'eau qui s'est écoulée. Les deux premiers jours, laissez votre culture dans un coin sombre, puis installez-la en pleine lumière (sans soleil) le troisième jour. Une température de 20 à 22 °C est suffisante pour les faire germer. En été, laissez donc votre germoir rempli loin de la fenêtre pour éviter toute surchauffe. Au moment de la récolte, faites tremper les graines germées pour les débarrasser de leurs enveloppes souvent peu digestes.



Pensez à tremper vos graines avant le processus de germination.

TABLEAU DE CULTURE DES GRAINES GERMÉES

Espèce végétale	Trempage	Durée de la culture	Qualités gustatives
Ail	12 h	13 jours	Goût d'ail frais plus délicat
Alfafa (ou luzerne)	4 h	6 jours	Goût de noisette et de petit pois
Azuki	12 h	8 jours	
Basilic	2 h	17 jours	Goût de pistou plus doux
Betterave rouge	12 h	7 jours	Goût sucré proche de la betterave rouge
Blé	12 h	3 jours	Goût légèrement sucré
Carotte	10 h	8 à 9 jours	Goût de carotte, en un peu plus amer
Carvi	5 h	9 jours	Goût anisé un peu âcre
Céleri branche	12 h	15 jours	Goût intense proche de celui du céleri
Chanvre	10 h	4 à	Goût de noisette

		5 jours	et de fruits secs
Chia	2 h	5 jours	Goût doux proche de celui du lin
Chicorée	5 h	8 jours	Goût très amer
Chou brocoli	12 h	7 jours	Goût épicé
Chou chinois	5 h	4 jours	Goût de chou vert, mais plus doux
Chou rouge	5 h	4 jours	Goût prononcé de chou rouge
Chou vert	5 h	4 jours	Goût de chou vert mais plus doux
Coriandre	12 h	10 jours	Goût sucré et rafraîchissant
Cresson	1 h	3 à 7 jours	Goût piquant assez prononcé
Cumin	5 h	9 jours	Goût piquant et amer
Épinard	2 h	5 jours	Goût assez proche de l'épinard
Fenouil	10 h	8 jours	Goût anisé
Fenugrec	6 h	6 à 7 jours	Goût de curry avec un peu d'amertume
Kamut	12 h	2 jours	Goût doux et

			sucré de blé germé
Lentilles	12 h	5 jours	Goût doux rappelant la noix et note poivrée
Lin	2 h	6 jours	Goût neutre et texture croquante
Millet	12 h	5 jours	Goût doux assez neutre
Moutarde	2 h	5 jours	Goût fort et piquant de moutarde
Navet	3 h	7 jours	Goût de navet un peu piquant, plus doux que le radis
Nigelle	10 h	7 jours	Goût amer, un peu anisé et poivré
Oignon	10 h	9 jours	Goût d'oignon piquant
Poireau	10 h	12 à 16 jours	Goût d'oignon frais
Pois chiche	12 h	5 jours	Goût très doux
Pourpier	12 h	5 jours	Goût sucré et très fin
Quinoa	12 h	2 jours	Goût très doux, texture croquante

Radis à bout rond	5 h	5 jours	Goût assez relevé
Radis Daïkon	4 h	5 jours	Goût assez relevé
Raifort	5 h	5 jours	Goût assez relevé, poivré et piquant
Roquette	2 h	5 jours	Goût relevé, poivré et piquant
Sarrasin	10 h	5 à 6 jours	Goût légèrement sucré
Sésame	8 h	2 jours	Goût agréable devenant plus amer après 3 jours de culture
Soja vert (ou haricot Mungo)	16 h	5 jours	Goût très doux
Tournesol	12 h	10 jours	Goût de noisette fraîche
Trèfle	4 h	6 jours	Goût doux et neutre

La culture des champignons

Il existe une autre culture très facile à réaliser chez soi tout au long de l'année, sans matériel trop sophistiqué, celle des champignons, plus précisément des pleurotes et des petits champignons de Paris, les grandes vedettes, mais aussi des pholiotés ou des shii-takés. Là encore, il ne faut pas beaucoup d'espace et pour ceux qui ne veulent pas se

compliquer la vie, il suffit d'acheter un kit de culture qui permet de lancer la production de champignons avec un minimum de gestes et de savoir-faire. Les pleurotes et les pholiotés poussent très bien à la température ambiante d'un appartement, sauf peut-être aux heures les plus chaudes de l'été. Les champignons de Paris et les shii-takés préfèrent quant à eux des températures plus fraîches et sont plus à leur aise dans une cave ou un garage où il ne gèle pas.



Kit de culture de pleurotes.

Les kits de culture de pleurotes sont constitués d'une petite boîte en carton peu encombrante qui renferme un sachet de substrat²² avec du mycélium* de champignon. Le plus souvent, un pulvérisateur est compris dans le kit, qui s'utilise assez simplement.

1. Découpez la boîte puis le film plastique selon les indications données par le fournisseur et humidifiez la surface découverte ou les différentes entailles.
2. Après ce premier arrosage, installez la boîte à pleurotes n'importe où dans l'appartement ou la maison, avec un peu de lumière, mais à l'abri du soleil direct et loin des radiateurs ou cheminées en état de marche. Évitez également les endroits où il y a beaucoup de courants d'air.
3. Pulvérisez ensuite de l'eau chaque jour sur la partie qui a été dégagée du sac en plastique ou sur les différentes entailles. Les pleurotes vont se développer rapidement et en une dizaine de jours, vous aurez une belle grappe de champignons.
4. Pour les récolter, il suffit de les détacher avec précaution.

Vous pourrez ensuite recommencer une nouvelle culture en procédant comme la première fois. Avec une boîte, **vous pouvez espérer deux ou trois récoltes successives.**

Variez les cultures et les saveurs en cuisine !

Vous pouvez tester la culture des pleurotes jaunes et des roses. Les premiers sont plus petits, mais très nombreux et les seconds donnent des chapeaux plus volumineux ; les deux sont très décoratifs. Quant aux gris, plus connus et classiques, ils sont très productifs.

Tous trois se laissent cuisiner et dévorer avec gourmandise, chacune des variétés ayant un goût particulier ! Le pleurote gris est légèrement sucré, le rose a une consistance plus charnue avec un goût légèrement boisé et réduit moins à la cuisson. Le pleurote jaune a quant à lui une odeur et un goût qui rappellent la châtaigne ou la noisette.

La culture des champignons de Paris est moins rapide, mais elle n'est pas difficile pour autant. Elle s'effectue davantage dans un garage ou une cave, car il fait souvent trop chaud dans les appartements ou maisons, notamment en plein hiver quand le chauffage fonctionne. Vous en trouverez deux variétés, l'une complètement blanche, l'autre avec un chapon marron. Une fois encore, le commerce propose des kits prêts à l'emploi qui facilitent beaucoup la culture et garantissent sa réussite, mais vous pouvez aussi acheter séparément les différents ingrédients nécessaires (mycélium, substrat, contenant) pour réaliser votre culture. Le kit que l'on vous propose est souvent composé d'une boîte en polystyrène remplie d'une couche

de compostensemencée de mycélium et d'un sachet de terreau dit terreau de gobetage*.

1. Dans un premier temps, placez la boîte ouverte dans une pièce de la maison pendant 3 à 5 jours à une température idéalement comprise entre 20 et 25 °C. Cette étape permet au mycélium de se développer davantage. Attention, pendant celle-ci le substrat ne doit pas se dessécher.

2. À la fin de cette première période, humidifiez le terreau de gobetage et utilisez-le pour recouvrir le substrat contenant le mycélium.

3. Positionnez le couvercle au-dessus de la boîte en piquant quatre cure-dents aux quatre coins pour permettre une meilleure aération. Laissez ensuite votre culture au chaud comme précédemment pendant 6 à 9 jours.

4. Quand le mycélium est visible à la surface du terreau de gobetage, déplacez la boîte pour l'installer dans une pièce plus fraîche et sombre. La température doit être comprise entre 13 et 18 °C. Cave ou garage, l'essentiel est d'éviter tout courant d'air et de pouvoir surveiller rapidement et facilement la culture.

5. Assurez-vous que le substrat ne sèche pas trop. Pour cela, vaporisez de l'eau douce non calcaire à température ambiante une fois par jour, sans détremper le terreau en surface.

6. Après quelques semaines d'attente, les premiers champignons se forment. Ne les touchez pas avant qu'ils aient une taille suffisante pour être récoltés.

7. Prenez alors avec précaution le chapeau entre deux doigts et bougez un peu le champignon en le tournant. Tirez délicatement pour ne pas entraîner la terre de gobetage et

pour permettre d'autres pousses (ou volées). Vous allez pouvoir récolter pendant une petite semaine.

8. Veillez à vaporiser de l'eau sur le substrat pour le maintenir humide, mais jamais détrempé. Réinstallez le couvercle de la boîte sur les cure dents et commencez une nouvelle culture pour obtenir une deuxième volée.

Si les conditions de culture sont bonnes, **vous pouvez espérer entre trois et six volées** avec le même kit de culture.



Cultivez vos champignons dans votre cuisine !

La culture du shii-také,²³ est aussi très facile. Elle se réalise à partir d'un kit de culture constitué d'un bloc de paille de blé pasteurisée, de son de blé, de sciure de chêne et de mycélium du champignon, le tout compressé pour former un cube vendu dans un emballage en carton.

1. Après avoir déballé le bloc, enlevez le film plastique qui l'entoure.
2. Placez-le ensuite sur un plateau en pleine lumière, dans une pièce où la température est comprise entre 14 et 20 °C, idéalement à 15 °C. Il faut éviter toute source de chaleur intense (radiateur, cheminée) et le soleil direct.
3. Pulvérisez ensuite de l'eau douce non calcaire à température ambiante sur l'ensemble du bloc, plusieurs fois par jour²⁴.
4. Comptez une dizaine de jours pour que les champignons apparaissent et se développent. Pendant cette période, continuez vos vaporisations. La culture est ensuite plus longue car le shii-také pousse lentement. Pour la première volée, il faut patienter un bon mois. La récolte consiste à détacher délicatement le champignon sans entraîner le substrat contenant le mycélium.

Quand les premières récoltes sont terminées, nettoyer bien le bloc pour enlever les restes éventuels de champignons laissés après leur arrachage et faites tremper complètement le bloc dans l'eau froide pendant 20 minutes. Puis procédez comme la première fois. Dans de bonnes conditions, **vous pouvez espérer jusqu'à cinq récoltes avec un kit de culture** sur une période de cinq mois.

Les kits de culture

Ceux proposées par Prêt à Pousser® mesure 26 x 13,5 x 13,5 cm et pèse entre 1,1 et 1,5 kg.

Chez La Boîte à Champignons® le kit mesure 25 x 10 x 9 cm pour une capacité d'un litre.

Chez Champi Pousse®, la boîte fait 28 x 24 x 22 cm.²⁵

Peu encombrants, ils trouveront facilement leur place dans votre maison ou votre appartement !

La culture d'endives

Si vous disposez d'une cave ou d'un garage, lancez-vous dans la production d'endives. Même si vous n'avez pas de terrain pour produire vos racines de chicorées pendant l'été et assurer ensuite pour la production de chicons, vous pouvez désormais acheter des racines prêtes au forçage entre décembre et avril.

Le mode de culture est simple :

1. Prenez une boîte en polystyrène, un bac en plastique ou une poubelle et installez le contenant dans votre cave ou dans votre garage²⁶.

2. Procédez ensuite au remplissage du récipient sur une hauteur d'environ 10 cm avec de la terre, à défaut un terreau spécial plantation.

3. Plantez les racines que vous avez achetées dans le contenant en les plaçant la pointe vers le bas. Veillez à bien

les serrer les unes contre les autres.

4. Arrosez la terre une seule fois lors de la plantation, sans excès.

5. Recouvrez le bac avec un sac en jute ou un couvercle. Les racines doivent rester dans l'obscurité.

6. Renouvelez l'arrosage plusieurs fois pendant la pousse des chicons, dès que le substrat sèche en surface.

7. Comptez environ six semaines pour effectuer la première récolte d'endives arrivées à maturité.

8. N'arrachez pas les racines après la récolte. Celles-ci vont donner de nouvelles endives, les endivettes, plus petites et avec une forme moins régulière, à récolter au fur et à mesure de leur formation.



Arrosage d'une culture de jeunes endives.



Culture souterraine de champignons.

La Caverne une ferme parisienne souterraine

Lauréats des Parisculteurs en novembre 2016, les concepteurs de La Caverne® se sont installés dans le parking souterrain du 24, rue Raymond-Queneau dans le XVIII^e arrondissement de Paris, sur une surface d'environ 3 000 m². Leur ferme urbaine a investi le deuxième sous-sol d'un immeuble de 350 logements HLM.

À la Porte de la Chapelle sont désormais produits des micro-pousses (brocolis, cresson, moutarde, poireaux, radis, roquette, etc.), des endives et des champignons (pleurotes, shii-také et champignons de Paris) qui poussent sous terre et sous la ville. Les cultures adaptées à cet environnement souterrain ont été privilégiées : les différents champignons n'ont besoin que de très peu de lumière pour leur croissance et les endives sont forcées dans l'obscurité. Pour les cultures qui exigent de la lumière (jeunes pousses, salades, herbes aromatiques...), celle-ci est apportée par des lampes LED.

Les rendements sont impressionnants : entre 2 kg par mètre carré et par mois pour les herbes aromatiques jusqu'à 300 kg par mètre carré et par mois pour les endives !

chapitre 7

LE POTAGER COLLABORATIF OU PAR PROCURATION





Potager parisien.

Malgré les nombreuses possibilités de jardinage en intérieur, sur le rebord de la fenêtre ou sur le balcon, l'envie de cultiver un véritable petit lopin de terre peut rester très forte, de même que le souhait de découvrir et de mener à bien d'autres cultures difficiles voire impossibles hors-sol. Pour tous les

urbains qui n'ont pas la chance d'avoir une parcelle de terrain, tout espoir n'est pas perdu, bien au contraire !

Les joies du jardin potager partagé

En périphérie des villes, les jardins ouvriers, aujourd'hui appelés jardins familiaux ou collectifs, permettent de s'adonner aux plaisirs du jardinage et plus particulièrement à ceux des cultures potagères. Depuis plusieurs années déjà, des jardins communautaires ont poussé un peu partout dans les grandes métropoles, le plus souvent sur des terrains en friche, abandonnés ou en attente d'un projet immobilier. Le premier jardin communautaire est né en 1973 dans une friche à Manhattan, dans New-York. Il a fallu attendre 1997 pour voir apparaître le premier jardin communautaire à Lille, puis à Paris en 2002. Aujourd'hui, New York compte plus de 600 Community Gardens, Paris plus d'une centaine de jardins partagés²⁷, Lyon une trentaine, Bordeaux plus d'une vingtaine et leur nombre ne cesse de croître.

À l'occasion du Salon International de l'agriculture en 2015, CNRS Le journal s'est intéressé au mouvement des jardins potagers urbains. En Île-de-France, de premiers recensements ont fait apparaître que la surface totale des jardins associatifs pourrait atteindre celle de la surface du maraîchage professionnel. À Marseille, on comptait un millier de petites parcelles où sont cultivés des légumes potagers, sur une trentaine d'hectares. Ces dernières décennies, le nombre des adhérents aux jardins familiaux a beaucoup diminué, mais d'autres jardins associatifs sont

apparus et ont permis aux potagers de s'implanter davantage au cœur des villes.

Un jardin partagé est un jardin conçu, construit et cultivé collectivement par les habitants d'un quartier ou d'un village. Lieu de cultures de végétaux d'ornement et vivriers, c'est aussi un lieu où se crée du lien social. Les jardins partagés sont établis sur des valeurs de solidarité, de convivialité, de lien et de partage entre les générations et les cultures, figurant toutes dans la Charte des Jardins en Partage. Réunis en association, les habitants gèrent le jardin au quotidien et prennent les décisions importantes collectivement. Chaque projet est unique par son aménagement et son fonctionnement. Si l'expérience vous tente, repérez s'il existe un ou plusieurs jardins partagés près de chez vous (plus le jardin est près de son domicile, plus on peut en profiter).

Pour trouver un jardin collectif à Paris

À Paris par exemple, connectez-vous sur le site de la Ville de Paris, puis cliquez successivement sur les onglets « Services et infos pratiques », « Environnement et espaces verts », « Nature et espaces verts » et enfin « Les jardins partagés ». Vous y trouverez le lien vers la liste complète de ces lieux, avec leur adresse et comment les contacter. À vous les joies du potager !



Partagez votre passion au sein de potagers urbains.

Rejoindre les Incroyables Comestibles

Le mouvement des **Incroyables Comestibles** est un concept citoyen et solidaire qui se développe depuis quelques années un peu partout dans le monde. Il vise à se réapproprier l'espace public et à le transformer en jardin potager géant et gratuit. La nourriture à partager devient alors une ressource abondante alimentée par tous et offerte à chacun. Le principe est simple : faire de la ville un immense jardin partagé auquel tout le monde peut contribuer. Il trouve son origine dans l'initiative Incredible Edible née en 2008 à Todmorden²⁸, au nord de l'Angleterre, où deux habitantes désireuses d'agir positivement face à la crise ont réalisé des plantations sur l'espace public et les ont mises en partage. En peu de temps, un collectif d'habitants s'est formé et a peu à peu transformé l'espace public en jardin potager géant, gratuit et accessible à tous.

La ville de Todmorden s'est ainsi mise en marche vers l'autosuffisance alimentaire. En 2011, trois ans seulement après le lancement de cette initiative citoyenne, une grande enquête réalisée auprès de la population révélait que le choix du manger local²⁹ était devenu le critère principal dans 83 % des actes d'achat de nourriture des familles.

La participation à l'expérience des Incroyables Comestibles est ouverte à tous, tout à fait librement et gratuitement, c'est un partage. Pour rejoindre le mouvement, contactez un groupe dans votre ville s'il y est déjà actif. La liste des groupes est disponible sur le site Internet des Incroyables Comestibles.

Dans les villes où il n'y a pas de groupe, il suffit d'en créer un en commençant tout seul ou avec un groupe d'amis.

La méthode est simple et se résume à quatre étapes :

- 1.** Prenez-vous en photo devant la pancarte de votre commune avec les légumes et les fruits à partager, les outils de jardinage utilisés et les documents de communication qui sont proposés sur le site Internet des Incroyables Comestibles.
- 2.** Créez un blog pour échanger et partager vos photos en créant un lien avec la carte mondiale Incredible Edible³⁰.
- 3.** Créez des événements permettant d'aller à la rencontre du public et commencez à bâtir des coopérations solidaires.
- 4.** Associez les journalistes pour faire connaître votre démarche auprès des élus.

Il ne vous reste plus qu'à repérer le lieu où implanter vos prochaines cultures potagères et si la saison est favorable, lancez-vous ! De citadin jardinier, vous deviendrez ainsi

citoyen cultivateur et acteur d'une ville plus solidaire et plus verte.

Un succès planétaire

Le mouvement des Incroyables Comestibles s'est propagé rapidement. Il est présent par des actions engagées dans 29 pays, sur tous les continents, avec notamment des initiatives en Europe, en Russie, en Afrique (Tunisie), en Asie (Japon), en Amérique du Sud (Brésil, Colombie), centrale (Mexique) et du Nord (États-Unis et Canada) et jusqu'en Australie. En France, le mouvement est apparu au printemps 2012. Après deux ans et demi d'existence, il comptait déjà plus de 400 initiatives, y compris en Corse, dans l'Outremer et jusqu'à Nouméa et Tahiti.



Récolte de carottes et d'oignons.

*Monpotager.com et Tomato & Co jardinent
pour vous*

Vous avez envie de légumes frais et cultivés avec des méthodes naturelles, mais vous n'avez pas de terrain, votre emploi du temps ne vous laisse guère de loisirs pour jardiner ou vous n'aimez pas vraiment le jardinage ? Devenez ageekulteur³¹ !

Le site **Monpotager.com**®, conçu par Thierry Desforges en septembre 2013, vous permet de créer votre potager en ligne et d'obtenir de belles et savoureuses récoltes, sans aucun effort ni connaissance particulière en jardinage. Le principe est simple : vous vous connectez sur le site et vous louez une parcelle de potager plus ou moins grande selon vos besoins. Vous choisissez ensuite les légumes que vous souhaitez faire cultiver. L'interface sur le site vous permet alors de suivre en temps réel l'évolution de vos cultures grâce à des notifications et à l'envoi de photographies. Les légumes sont cultivés par un producteur local, le plus près de chez vous possible. Quand les plantes potagères arrivent à maturité, elles sont récoltées et livrées directement chez vous, à votre bureau ou dans un point relais. Vous pouvez également acheter d'autres légumes sur la place du marché de Monpotager.com et si vous avez trop de récoltes d'un légume, vous pouvez les troquer pour diversifier votre panier.

Où le trouver ?

Monpotager.com est disponible dans les départements suivants :

Rhône (69), Paris (75), Seine et Marne (77), Yvelines (78), Essonne (91), Hauts de Seine (92), Seine Saint Denis (93), Val de Marne (94) et Gironde (33).



Culture sous châssis : l'astuce pour garder les plantes au chaud.

Personne vivant seule, couple ou petite famille, il y a un potager pour tous :

- **Le potager Solo** a une surface de 15 m² et assure 8 livraisons par an pour un coût mensuel de 14,90 €.
- **Le potager Duo** occupe quant à lui 40 m² et promet 14 livraisons par an pour un coût mensuel de 30 €.
- **Le potager Trio** a une surface de 75 m² et permet d'obtenir 18 livraisons par an pour la somme mensuelle de 55 €.
- **Le potager Familial**, le plus grand, est installé sur une surface de 150 m². Il assure 32 livraisons par an pour 100 € par mois. Plus de 60 variétés de légumes et plantes condimentaires vous sont proposées lorsque vous choisissez l'implantation de vos cultures.

Pour les habitants de Paris centre, Neuilly sur Seine et Boulogne-Billancourt, le site **Tomato & Co**[®] met à disposition un jardin potager commandé à distance et cultivé localement. Pour cela, rien de plus simple :

1. Inscrivez-vous sur le site Internet de Tomato & Co, puis choisissez votre parcelle bio et la formule que vous préférez. Pour les habitants cités ci-dessus, il s'agira par exemple du potager du château de Courances, dans l'Essonne.

2. Sélectionnez vos légumes à semer ou à planter, parmi une large sélection (plus d'une centaine d'espèces et de variétés), qui tient compte des saisons. Pour ceux qui n'y connaissent vraiment rien, des potagers modèles sont disponibles. Les plus audacieux, eux, pourrons créer un potager 100 % sur-mesure.

2. Supervisez vos cultures grâce aux vidéos et aux photos mises à votre disposition. Des professionnels vont se charger de cultiver et soigner vos parcelles. Vous pourrez même communiquer directement avec eux.

2. Quand la saison des récoltes est venue, vous aurez chaque semaine un panier de fruits et de légumes récoltés et livrés le jour même ou le lendemain.

Tomato & Co® propose trois offres différentes :

- **L'offre découverte** : comprend une parcelle de 15 m² et une livraison hebdomadaire pour 35 €/semaine (frais d'adhésion de 149 €).
- **L'offre premium** : comprend une parcelle de 25 m² et une livraison hebdomadaire pour 45 €/semaine (frais d'adhésion de 199 €).
- **L'offre entreprise** : comprend une parcelle de 100 m², une livraison hebdomadaire et des outils de communication pour valoriser cette démarche pour 149 €/semaine (frais d'adhésion de 599 €).



Potager à distance mais récolte en main propre !

Les associations de jardins familiaux ou collectifs

L'Association des Jardiniers de France a été créée en 1876. C'est une des plus anciennes associations de jardiniers amateurs. Son histoire est celle du partage du savoir et de l'échange entre jardiniers.

La **Fédération Nationale des Jardins Familiaux et Collectifs** est la référence française des jardins familiaux. En 1896, l'abbé Jules Lemire, député du Nord, inspiré par le « terrianisme »*, fonde la **Ligue Française du Coin de Terre et du Foyer**. L'objectif était de mettre à disposition du chef de famille un coin de terre pour y cultiver les légumes nécessaires à la consommation du foyer. En 1916, la Ligue est chargée par le ministère de l'Agriculture de distribuer une subvention d'État destinée à la création de jardins pour répondre aux problèmes de ravitaillement liés à la première guerre mondiale. Les pouvoirs publics s'adressent à nouveau à la Ligue dans les années 39-45 pour développer de manière accrue les jardins potagers, indispensables en cette période de pénurie. En 1920, la Ligue comptait 47 000 jardins ouvriers répartis sur tout le territoire, mais les années 70 ont marqué un net recul du nombre de parcelles. Cependant, depuis les années 90, la demande est redevenue très forte. Si le besoin alimentaire subsiste, la fonction des jardins a évolué. Il s'agit aujourd'hui avant tout de retrouver un lien et un contact physique avec la nature, lutter contre le stress, manger sainement, développer des relations sociales avec les autres jardiniers.

Créé en 1942, **Le Jardin du Cheminot** a pour vocation de transmettre à ses adhérents le goût de la nature, le respect de l'environnement, le sens de l'amitié et de la solidarité en encourageant toutes les formes de jardinage. Longtemps réservé aux travailleurs ferroviaires, Le Jardin du Cheminot s'est désormais ouvert à toute personne souhaitant participer aux activités proposées.

L'association, qui s'appelle aujourd'hui **Jardinot**, regroupe près de 45 000 adhérents. Animée par 3 000 bénévoles, c'est l'une des plus grandes associations de jardiniers de

France. Elle est également membre fondateur du Conseil National des Jardins Collectifs et Familiaux (CNJCF).

Une question d'adaptation

Pour faire face à la demande de jardins urbains, les jardins familiaux s'adaptent : la taille des parcelles diminue et les aménagements évoluent. Il y a 30 ans, elles avaient une surface moyenne de 300 m², aujourd'hui elle est d'environ 100 m². Dans le centre des villes, la surface des jardins peut même être inférieure à 50 m², c'est le cas des parcelles en pied d'immeuble, et les microparcels, tout comme les carrés potagers de 2 m², sont de plus en plus recherchés



Quelques poules pour une production régulière d'œufs et le recyclage des déchets de la cuisine.

Conclusion

Chère lectrice, cher lecteur,

j'espère vous avoir démontré que la vie en ville n'est vraiment pas un obstacle pour cultiver et récolter ses propres légumes, ses fruits et ses plantes aromatiques. Des jardins, et plus particulièrement des potagers, il est possible d'en installer partout, en intérieur ou en extérieur, dans les espaces privés aussi bien que publics. Ainsi, dans la cave, le parking ou sur le toit, dans le salon ou la cuisine, sur les rebords des fenêtres, le balcon, la terrasse ou dans la cour, contre la façade des immeubles ou des maisons, suspendu à un potelet ou à un lampadaire, sur les trottoirs ou les quais piétonniers, au pied des arbres, sur une péniche et pourquoi pas dans des terrains laissés en friche... le potager urbain arrive toujours à trouver une place.

Alors, si l'envie vous titille, ne résistez pas davantage. Choisissez l'une ou l'autre des solutions que j'ai évoquées dans les pages précédentes et commencez, modestement pour ne pas vous laisser déborder. Le potager en ville n'est pas un, mais multiple : vous pouvez très bien associer plusieurs modes de culture à l'intérieur avec d'autres hors-sol à l'extérieur, tout en jardinant dans un jardin communautaire. Chacune des méthodes évoquées n'est pas meilleure que l'autre, elle répond surtout à une problématique particulière en offrant les meilleures possibilités pour un résultat optimal. Vous pouvez aussi vous jouer de la météo et des contraintes saisonnières, car le jardinage à l'intérieur est possible à longueur d'année.

Dans Paris, des fraises et des tomates poussent au-dessus des Galeries Lafayette, plusieurs toits potagers ont été installés avec succès, notamment sur le BHV Rivoli, la Mairie de Paris, l'école AgroParisTech et le Bon Marché.

L'agriculture urbaine ne cesse de se développer avec de plus en plus de productions maraîchères, des vignes, des vergers, des ruches et des poulaillers. Mais les agriculteurs urbains d'aujourd'hui et de demain ne sont pas que des professionnels, chaque citoyen est à même de participer à ce nouvel essor à titre individuel ou collectif. « Si chacun fait un geste, on change la ville, si on s'y met tous, on change le monde. » proclament les Incroyables Comestibles. Alors, lancez-vous ! À vos potagers, citoyens !

Glossaire

Ageekulteur : agriculteur utilisant le numérique et la robotique pour gérer son exploitation.

Bouillie bordelaise : produit à action fongicide obtenu au moyen de la neutralisation d'une solution de sulfate de cuivre par de la chaux éteinte. Il s'applique par aspersion sur les feuillages et les fruits, jamais sur les fleurs.

Drageonner : qui produit des drageons, des jeunes plants copies conformes de la plante mère qui assurent la multiplication de cette dernière.

Gélif(ve) : sensible au gel.

Growshop : magasin spécialisé dans le matériel et les produits pour culture « indoor », notamment en hydroponie et les cultures sous éclairage artificiel.

Hugelkultur : méthode de culture sur une butte ou une planche surélevée réalisée avec une accumulation de matières organiques diverses (déchets verts, feuilles mortes, paille, compost, fumier, branches et branchages, etc.).

Hygrométrie : humidité relative de l'air ambiant.

Lasagna-bed : planche de culture surélevée, installée le plus souvent sur un sol pauvre peu fertile, en accumulant des couches successives de différents déchets végétaux et de compost pour y cultiver légumes et fleurs.

Mention UAB : utilisable en agriculture biologique.

Mildiou : maladie provoquée par des champignons parasites qui attaquent les tiges, feuilles, fleurs et fruits des végétaux contaminés.

Mycélium : ensemble de filaments constituant la partie végétative d'un champignon.

Mycorhizes : symbiose bénéfique entre des champignons microscopiques du sol et les racines d'une plante.

Mylar : film en matériau réfléchissant permettant la réflexion d'un flux lumineux. Employé dans les tentes pour culture « indoor ».

Oïdium : maladie provoquée par des champignons parasites qui attaquent les tiges, feuilles, fleurs et fruits des végétaux contaminés.

Palisser : diriger et fixer les rameaux d'un arbuste ou d'une plante grimpante contre un support (fil de fer, treillage, mur, etc.).

PEFC : Programme de reconnaissance des certifications forestières (en anglais : Pan European Forest Certification).

Rémanence : durée pendant laquelle un produit de traitement épandu sur une plante continue à exercer son action et pendant laquelle il ne faut pas consommer ce végétal.

Rouille : maladie provoquée par des champignons parasites qui attaquent les tiges, feuilles, fleurs et fruits des végétaux contaminés.

Stolon : longue tige avec une jeune plante à l'extrémité qui s'enracine au contact du sol et assure la multiplication de la plante mère.

Terreau de gobetage : terreau non enrichi qui sert à recouvrir le substrat contenant le mycélium du champignon cultivé.

Terrianisme : qui est relatif à la Terre, système social dans lequel chacun serait propriétaire d'une terre.

Thrips : insectes de très petite taille qui parasitent certains végétaux cultivés en les piquant et en provoquant des déformations ou atrophies des feuilles ou des fleurs.

Notes

1. Food 360, « Comprendre les attentes des consommateurs en alimentation et en innovations alimentaires ».
2. « Le marché du jardin amateur 2015 », synthèse et résultats détaillés, Promojardin.
3. Les troncs et les bûches ne doivent pas provenir de conifères, de noyers et de robiniers faux acacias.
4. Notamment jamais deux plantes de la même famille sur deux carrés voisins et successivement sur le même carré, pas deux plantes gourmandes à la suite sur le même carré.
5. Sans oublier les variations saisonnières notables du fait de la position plus basse du soleil sur l'horizon au cours de l'hiver.
6. Ce qui représente un volume d'environ 55 litres de terreau.
7. Choix des espèces, quantités à prévoir, disposition des potées et jardinières.
8. Longueur x largeur x hauteur.
9. Profondeur x largeur x hauteur.
10. Largeur x épaisseur x hauteur.
11. Longueur x profondeur x hauteur.

12. Mais trop lourd et pas assez étanche pour un balcon.

13. Hauteur : 28 cm, longueur : 38 cm, poids : 0,2 kg

14. La stabilité sera meilleure mais vous ne cultiverez que sur une seule face.

15. Par exemple le pot rond ou carré à réserve d'eau Samba de Deroma® d'un diamètre de 22,20 cm, le pot Loft Urban d'Elho® de 20 cm de diamètre ou le pot suspendu de 3 litres de Bacsac®.

16. Comme déjà dit plus haut : vous devez pouvoir insérer deux doigts entre les deux et cela de tous les côtés.

17. Par exemple le pot Loft, de Riviera®, qui a une réserve d'eau avec un voyant de contrôle très pratique.

18. Les plus pressés achèteront un ou plusieurs jeunes plants dès qu'ils sont disponibles dans les jardinerie, au printemps et en été.

19. Les plus pressés achèteront des jeunes plants en jardinerie en avril ou mai, mais sachez que vous aurez moins de choix pour les variétés qu'avec les semences.

20. Sauf peut-être avec la cardamome verte, mais après plusieurs années de culture en pot et sans garantie.

21. À tubes fluorescents ou leds, ces derniers devenant de plus en plus fréquents.
22. Mélange de paille et de rafles de maïs ou de paille et de son de blé ou bien encore de marc de café recyclé et copeaux de bois.
23. Aussi appelé champignon parfumé ou lentin du chêne.
24. D'où l'utilité du plateau pour récupérer l'eau qui ruisselle et pour protéger le parquet ou le carrelage.
25. Hauteur x largeur x profondeur. Les mesures sont identiques pour toutes les couleurs de pleurotes.
26. Dans l'appartement ou la maison, il y fait beaucoup trop chaud en hiver.
27. 117 exactement en septembre 2017.
28. Une petite ville de 15 000 habitants située dans la Yorkshire.
29. Selon un approvisionnement dans un rayon de 50 miles.
30. Commencez chacun par faire vos plantations, par exemple en bac ou au pied d'un arbre près de son habitation. Partagez ensuite les photos de votre potager urbain sur le site www.incredible-edible.info.
31. Comprenez un agriculteur geek !

Page de copyright

Crédits photographiques

Couverture : © Anne Bergeron et Shutterstock

Intérieur : Anne Bergeron, iStockphoto, La Caverne

Rustica : Franck Boucourt, Éric Brencklé, Jean Michel Franck, Christian Hochet, Frédéric Marre, Alexandre Petzold, V. Quéant.

Direction : Guillaume Pô

Direction éditoriale : Élisabeth Pegeon

Édition : Dominique Pérot-Poussielgue

Recherche iconographique : Camille Vue

Correction du texte : Justine Magnain

Création de couverture : Isabelle Mayer

Adaptation de couverture : Julie Mathieu

Réalisation numérique : Noé Design

© 2018, Éditions Rustica, Paris

ISBN papier : 978-2-8153-1112-0

ISBN numérique : 9782815312776

www.rustica.fr

Dépôt légal : avril 2018

Rustica éditions