

### **Lettre d'information du mois de février**

**Dans nos jardins.....**

par

Robert

#### **Quels sont les jardiniers ou jardinières qui ne souhaitent pas avoir un beau décor autour de leur maison ?**

Pour cela, il est important de connaître les noms des arbustes et des vivaces déjà en place.

Leur date de taille sera fonction de leur date de floraison.

Le changement de la couleur des feuilles sera un atout supplémentaire ainsi que la couleur des branches et de l'écorce, pour équilibrer le décor pour l'année complète.



Un arbuste, un peu haut et fuyant, placé sur le devant donnera de la profondeur à votre terrain.

Il ne faut pas trop d'arbustes regroupés ou seulement sur un grand terrain.

Dans le cas où des changements de décors soient prévus, vous pouvez réaliser un petit plan du terrain, soit avec un papier et un crayon, soit à l'ordinateur.

Si vous envisagez d'acheter des arbustes, cherchez d'abord sur internet et reportez vous à la fiche de culture. Soyez très compétitif en face du

vendeur et faites le rapprochement entre ses conseils et vos connaissances acquises.

Pour acheter plusieurs sujets, faites différentes jardineries mais acheter les sujets présents et non sur commande.

Les trous de plantation seront réalisés quinze jours avant la mise en place. Si la température est négative, attendre le retour du soleil.

Rangez vos arbustes dans le garage et mettez les racines ou la motte dans du papier journal ou dans un sac en toile.



Parfois, les graminées ou les fruitiers nains peuvent devenir décoratif

## Les semis de la saint Antoine

A la saint Antoine, les jours rallongent de la durée d'un repas des Moines. Les semis des premières salades peuvent commencer, soit des semis en caisse polystyrène sous tunnel plastique, soit directement en pleine terre. La graine de salade ne craint pas le gel, seul la germination sera plus longue mais la salade poussera.

Semez avec des graines de radis, quand les radis seront récoltés, cela donnera de la place aux salades.

Quand elles auront quatre feuilles, vous pourrez les repiquer individuellement.

Nous sommes le quinze janvier, la terre n'est pas vraiment refroidie, je vais tenter de mettre en place les fèves, les petits pois, les échalotes, les oignons et l'ail.

Je conseille à ceux qui souhaitent faire comme moi de construire des buttes et repiquer les bulbes sur le sommet pour bien drainer la terre en cas de pluie. La neige est moins gênante, elle forme une couche de protection contre le froid.

Voici les températures minimales du sol à respecter au moment du semis pour les principales espèces :

8 à 10° C épinard, oignon, radis

10 à 12°  
C carotte, chicorée, chou, laitue, petit pois

15 à 18°  
C céleri, cornichon, haricot, melon, tomate

18 à 20°  
C aubergine



### **Des semis à la bonne profondeur.**

Pour obtenir une bonne germination, il faut placer la semence à la bonne profondeur. A retenir : plus une graine est petite, plus elle doit être placée en surface.

Si la terre est légère (sableuse), il est conseillé de semer à une profondeur égale à trois fois l'épaisseur de la graine et en sol lourd (argileux) à une profondeur égale à l'épaisseur de la graine.

En règle générale, il ne faut pas semer trop profond.

Voici les profondeurs de semis à ne pas dépasser pour les principales espèces potagères :

de 0,5 à 1 cm aubergine, carotte, céleri, cerfeuil, chicorée, laitue, mâche, navet, persil, poireau, poirée, radis rond, tomate

à 2 cm betterave, chou, concombre, cornichon, courgette, épinard, melon, oignon, potiron, radis long, salsifis

à 3 cm petit pois, haricot, fève

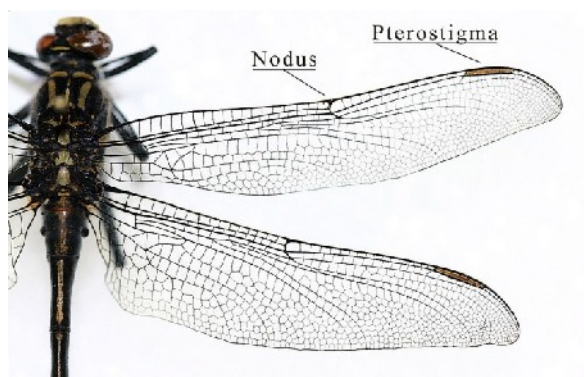
## Quand on aime la nature et les animaux, ils vous aiment aussi....

Je savais, depuis plusieurs années que dans le jardin de Denise, on pouvait admirer :

- des arbustes de toutes sortes : Skimia, Choysia, Cornouiller, Nandina, Orne tortueux et encore bien d'autres...
- Des vivaces partout.
- des grenouilles tout autour de la mare, des libellules de diverses couleurs et même une libellule déprimée.

### Pour vous dire à quel point j'observe !!!

Mais qu'appelle-t-on une libellule déprimée ?



La libellule déprimée possède un abdomen particulièrement large et aplati, auquel elle doit son nom. Chez les mâles il est bleu pâle, et chez les femelles il est verdâtre. Les côtés présentent des taches jaunes,

surtout visibles chez les femelles.

Le thorax est brun

sombre, avec de larges bandes antéhumérale blanches.

La base des quatre ailes présente une grande tache noire bordée de blanc sur la bordure postérieure.

La base des pattes est brune. Leur extrémité, à partir du tibia, est noire.

Les ptérostigmas (courte zone étroite d'épaississement du bord antérieur des ailes) sont noirs à l'apex (extrémité) des ailes.

La visite chez Denise ne s'est pas terminée au jardin.

Voilà ce que j'ai découvert quand la propriétaire des lieux a ouvert

délicatement la fenêtre de sa maison : **Une chauve souris accrochée à l'intérieur du volet.**



Ce n'est pas évident de prendre une photo car la couleur est presque identique.

La chauve souris fait partie des espèces protégées et là, pas de problème, protection assurée.

- La plus petite chauve-souris d'Europe



© Jean-Michel Douche / ONF

A la recherche de discrétion et d'obscurité, la pipistrelle sait utiliser les cavités dans les arbres.

*Pipistrellus pipistrellus* en latin, un nom chantant pour une charmante bestiole, la pipistrelle commune.

Quoi, vous ne connaissez pas la pipistrelle ? Mais si, voyons, la plus petite chauve-souris d'Europe et la plus commune en France.

Allons, ne faites pas la moue, les chauves-souris n'ont rien à voir avec Dracula ! Les 31 espèces décrites en France ne mangent que des insectes.

Avec ses 36 à 51 mm de long pour le corps et 23 à 36 mm pour sa queue, la pipistrelle tient dans la main : elle tient même sur un pouce !

Un petit museau sombre, un pelage brun-roux sur le dos, brun-jaunâtre à gris-brun sur le ventre, de petites oreilles courtes, triangulaires, à l'extrémité arrondie, n'est-elle pas charmante ?

**Légumes, fruits ou plantes du mois.**

par

**Robert**

L'artichaut est un légume bien connu, mais la plante étant volumineuse, elle est réservée aux grands jardins.

Son origine date de la fin du moyen âge.

Son entrée en France serait due à Catherine de Médicis qui en raffolait.

**Le nom artichaut est la plante en totalité, l'artichaut que l'on mange est en fait le capitule.**

L'artichaut fait partie de la famille des astéracées ; à son état premier, c'était un très gros chardon.



Au mois de mars 2014, je prends l'initiative de planter quatre pieds d'artichauts dans mon jardin. De ces quatre plants poussent quatre grandes tiges avec des grandes feuilles dentelées, plusieurs capitules prennent formes et restent bien fermées. Nous sommes heureux de manger nos premiers artichauts.

Sur le quatrième plan, les capitules restent plus petits et de grandes épines se développent dessus. La semaine suivante, il s'ouvre pour laisser apparaître une touffe. Cette touffe bleu /violet est formée d'une multitude de poils (appelés aigrettes) portant chacun en leur sommet un ovaire pour assurer la fécondation.

Moralité de l'histoire un de mes artichauts était redevenu sauvage.

Nous connaissons, à ce jour, différentes variétés de couleur verte et puis l'artichaut violet de Provence.

80 % de la production française provient de Bretagne.

La culture, qu'elle soit à partir d'un plan ou d'un œilleton, reste relativement simple.

Si vous plantez au mois de mars, vous récolterez au mois de juillet suivant.

Vous plantez vos plants espacés de 80 cm à 1

JNAC- Lettre d'information

mètre entre les rangs, pour assurer une bonne ventilation et éviter les maladies.

Au départ en végétation, il sera souhaitable de faire une pulvérisation de bouillie Bordelaise et de la refaire après une période de pluie.

En cas d'attaque de l'oïdium, faire une pulvérisation de soufre.  
Mettre au pied des plants des pièges à limaces.

Pour récolter les capitules, il faut les sectionner à 15 cm du pédoncule.

Pour l'hiver, couper les tiges à la base et buter de terre et de feuilles mélangées .

Au mois de mars, débiter et ça repart.

La première année, on peut avoir 3 à 4 capitules par plant et la seconde année, 6 à 8 et même plus.

Les plants pourront rester quatre ans à la même place.



**La Halle Fermière**  
produits fermiers & équitables

**OUVERT  
DU MARDI  
AU SAMEDI**

- volailles (poulet, pintade, canard)
- oeufs
- viandes (boeuf, veau, porc, agneau)
- fromages (vache, chèvre, brebis)
- yaourt
- fruits & légumes de saison
- jus de fruit
- fruits au sirop
- légumes secs
- vins & spiritueux
- miel (pain d'épices, bonbon)
- pain de campagne bio
- escargots
- infusions
- sirops
- confitures
- huiles (colza, noix)
- produits du commerce équitable



**VENTE DIRECTE  
DU PRODUCTEUR  
AU CONSOMMATEUR**

tel : 04 76 06 25 53

**37, Av. F. Mitterrand 38500 Voiron**

**De vous à nous...**  
**Partageons nos savoirs, bons plans,  
recettes,.....**

**Recettes :**

par Sylvie

**Fonds d'artichauts farcis**

- 6 gros artichauts
- 250 g de champignons
- 200 g de jambon
- 100 g de gruyère râpé
- 1/3 de l de lait
- 2 c. à soupe de farine
- 60 g de beurre
- 1 citron
- 2 c. à soupe de crème
- sel
- Poivre
- Muscade

Préchauffez le four th.8 (200°C).

Épluchez les fonds d'artichauts crus au couteau en les citronnant au fur et à mesure pour qu'ils ne noircissent pas.

Cuisez-les à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'une pointe de couteau les traverse aisément.

Hachez le jambon, réservez-le.

Hachez les champignons, mouillez-les de quelques gouttes de citron pour qu'ils ne noircissent pas.

Faites-les fondre dans une noix de beurre juste pour faire évaporer leur eau.

Mélangez-les au jambon que vous avez haché.

Avec le beurre, la farine et du lait, faites une béchamel peu salée, poivrée, muscadée.

Ajoutez 3 ou 4 c. à soupe de cette sauce et 2 c. à soupe rases de gruyère râpé dans la farce.

Remplissez les fonds d'artichauts, disposez-les dans le plat à gratin.

Allégez le reste de béchamel avec la crème, ajoutez le reste du gruyère sauf une cuillerée à soupe.

Arrosez-en les fonds d'artichauts, saupoudrez du reste de gruyère, mettez à four chaud th.8 (200°C) pour chauffer à fond et faites gratiner sans hâte.

### **Fricassée de cœurs d'artichauts aux fèves**



- 800 g de fèves
- 4 cœurs d'artichauts
- 10 olives vertes dénoyautées
- 10 olives noires dénoyautées
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- thym, laurier
- persil
- sel, poivre

Ecosser les fèves, les plonger dans une casserole d'eau bouillante pendant 1 min, puis égoutter. Rafraîchir sous l'eau froide puis ôter la pellicule qui les enveloppe. Remettre dans la casserole, couvrir d'eau froide, ajouter le thym et le laurier, saler, poivrer et laisser cuire à feu doux 30 mn.

Egoutter les cœurs d'artichauts et les couper en quatre.

Lorsque les fèves sont cuites, les égoutter et rafraîchir sous l'eau froide.

Faire chauffer l'huile dans une poêle avec les fèves, les cœurs d'artichauts et faire revenir 5 mn à feu vif.

Ajouter alors l'ail émincé, le persil et les olives, bien mélanger.

Servir aussitôt avec une viande blanche.

### **Recette de Velouté d'artichauts à l'huile de sésame**

- 6 artichauts
- 1 blanc de poireau
- 5 cl de jus de citron
- 20 cl de crème liquide entière
- 2 échalotes Huile de sésame : 3 cl
- 3 cl d'huile d'olive
- 20 g de [graines de sésame dorées](#)
- 1 [branche de thym](#)
- Sel, poivre

Éplucher l'échalote puis l'émincer finement.

Tourner les artichauts, c'est-à-dire enlever les premières feuilles avec les doigts, puis avec un couteau, ôter toutes les feuilles et la tige pour donner une forme arrondie à votre fond d'artichaut. Enlever ensuite le foin à l'aide d'une cuillère, puis émincer les artichauts en fines lamelles et les mettre

aussitôt dans de l'eau citronnée.

Laver et émincer finement le blanc de poireau.

Dans une casserole avec un filet d'huile d'olive, faire suer les échalotes avec une pincée de sel pendant 1 min. Ajouter le poireau, les artichauts et la branche de thym. Faire suer le tout avec une pincée de sel

pendant 3 min. Couvrir ensuite d'eau et laisser cuire durant 15 min.

Après cuisson, ajouter la crème et porter à ébullition, puis mixer le tout au blender en prenant soin d'enlever la branche de thym. Rectifier l'assaisonnement.

Verser le velouté dans une assiette creuse, puis le parsemer de graines de sésame et de quelques gouttes d'huile de sésame

## Pêle-mêle

par Françoise

Neige de février vaut fumier.

Février bon mois pour semer carotte et pois.

Février sans neige, saison d'été sèche.

Février trop doux, printemps en courroux.

Si le crapaud chante en février, il a l'hiver derrière lui.

### Atelier du 21 février avec Jean Coudour.

Présentation de l'intervenant par **Joèle Renaud** :

Jean Coudour est ardéchois, il s'est formé en pharmacie. C'est un passionné de plantes aromatiques et sauvages.

Il nous apprend leurs propriétés, pour se soigner ou prévenir de petits maux (rhume, fatigue, stress, troubles digestifs ou musculaires).

Se faire une pharmacie familiale avec les « simples » que l'on cueille au jardin ou dans la nature, des herbes, des bourgeons, des écorces, des feuilles...

Il peut aussi nous faire un cours sur les huiles essentielles, leurs propriétés, leurs compositions et comment les utiliser. C'est un sujet vaste et très technique.

Restons prudent dans l'usage de ces substances.

Le thème devrait porter sur les plantes médicinales en Isère et la trousse familiale.

J'ai rencontré Jean Coudour à l'occasion de différents stages, en week-end ou en semaine. Il nous fait découvrir la plante depuis la graine, puis la fleur jusqu'au petit baume que nous pouvons élaborer ensemble.

Sa gentillesse et sa patience sont un réconfort pour le petit élève que nous sommes, jamais fatigué à écouter un professeur passionné...

## Programme

Date	heure	lieu	thème	intervenant
<b>Février 2015</b>				
7 février	14h00	Vourey	Commande de graines + présentation produits bio pour le jardin+ vidéo sur le carpocapse.	
14 février	14h00	Voiron RDV parking Mac DO 14h00	Cours de taille des pommiers (chez Mr Fabre René)	Mr Rosset
21 février	14h00	Vourey	Les plantes médicinales en Isère et trousse familiale	MrCoudour
<b>Mars 2015</b>				
7 mars	14h00	Coublevie	Taille des rosiers et arbustes à floraison précoce. (Chez Mme Bordenet)	

21 mars	14h00	Vourey	formation et démonstration compostage, broyage et B R F (avec les habitants de Vourey et le Pays Voironnais)	
---------	-------	--------	--	--

**Contacts :**

Jardin Naturel, Astuces & Conseils (JNAC)

185, route de Cerveloup, 38210 VOUREY

Renseignements sur les fruitiers:  
**rosset.claude@free.fr**

Renseignements sur le jardin naturel:  
**famille.lions@wanadoo.fr**