

Lettre d'information du mois d'octobre.

Dans nos jardins...

par Robert

Les travaux d'octobre au jardin.

Les jours ont déjà raccourci et les nuits sont fraîches, les semis ne tarderont pas à se terminer.

Les épinards géants d'hiver peuvent encore être semés, les salades rougettes de Montpellier, les radis de 18 jours, la mâche à grosses graines, la roquette ou encore les choux de printemps.

Vous pouvez planter sur buttes ou billons, à condition que la terre soit meuble, les ails, les échalotes grises ou normales et les oignons rouges.

Mettre en place les asperges et les plants d'artichaut.



Vous trouverez les modes de culture de ces légumes dans les articles déjà publiés visibles sur notre site internet.

La courtilière.

En raison de sa morphologie et de ses mœurs, elle fait penser à la taupe mais toutefois ses dimensions sont plus réduites que celles de la taupe. Elle mesure quatre à cinq centimètres de long et elle a, comme la taupe, quatre pattes mais à l'avant une paire de pinces impressionnante.



Sa couleur est semblable à celle d'un grillon, elle est souvent nommée taup-grillon.

Elle est complètement inoffensive pour l'homme.

Elle vit sous terre mais seulement à quelques centimètres, ses galeries forment comme des petits tunnels de terre que l'on peut observer avec un peu d'attention.

Elle pourrait être considérée comme un auxiliaire du jardinier, elle se nourrit de vers de taupin, de larves de hannetons, de limaces et de fourmis.

Sa présence dans le jardin est tout de même négative car elle bouscule les semis, casse les racines.

On la trouvera particulièrement dans les terrains humides ou dans le tas de compost.

La lutte préventive :

Les oiseaux, les chouettes, les merles, les pies et les hérissons.



Pie



Merle

La lutte directe :

En suivant ses galeries, vous trouverez dans les parties qui descendent verticalement sur 25 à 30 cm au fond une cavité de la grosseur d'un œuf de poule, ceci est le nid où elle pond.

La ponte a lieu au mois de juin, faites un mélange d'huile et d'eau et versez dans le trou, les œufs seront détruits et la courtilière sortira du trou. Restez vigilant avec une pelle à la main (je n'ai pas envie de vous dire le geste à faire !!!!!)

Une autre solution, avant l'hiver : faites des trous de la largeur d'une pelle à 15 cm de profondeur, remplissez ces trous de compost ou de fumier, mettez sur le dessus un morceau de planche et quand la courtilière sera dans le trou, la supprimer.

Le Persil

Origines :

Plante herbacée de la famille des apiacées.

Cette plante viendrait du bassin méditerranéen dans le sud de l'Europe méridionale. Pour de nombreux peuples, le persil était associé à des superstitions et notamment à la mort.

Les Grecs et les Romains le cultivaient déjà, les Grecs qui le tenaient en très haute estime, couronnaient les vainqueurs des jeux Isthmiques de chapelets de feuilles tressées et ils fabriquaient avec le restant de la plante des couronnes pour leurs morts.

A Rome, on le consommait abondamment pour cacher toutes les odeurs après les orgies.

Au moyen âge, le persil avait son statut de plante médicinale, Charlemagne fût l'un des premiers à l'apprécier comme plante aromatique dans la cuisine.

Au XV et XVI siècles, sa culture s'est répandue dans l'ensemble de l'Europe puis très rapidement aux pays tempérés du monde entier.

Il traverse l'Atlantique avec les colons et deviendra l'herbe aromatique la plus employée en cuisine.

On trouve encore à ce jour trois variétés; le persil tubéreux, le persil plat et le persil frisé.



Persil tubéreux



Persil plat



Persil frisé

Le persil et ses bienfaits sur la santé :

Les feuilles fraîches du persil sont riches en vitamines et en minéraux. Leur pouvoir antioxydant en fait un excellent assaisonnement santé, luttant contre l'apparition des maladies cardiovasculaires, de certains cancers et d'autres maladies liées au vieillissement des cellules.

Le persil est reconnu pour ses vertus diurétiques et apéritives. Il est alors particulièrement efficace en décoction (50 g de feuilles de persil par litre d'eau) à boire au fil de la journée.

Le persil offre une action bénéfique sur le foie, la rate, les intestins et l'ensemble du système digestif. Il traite les troubles intestinaux (ballonnements, constipation, indigestions), calme les coliques néphrétiques et lutte contre les infections urinaires.

Culture :

Le persil se sème de mars à septembre, la levée est très longue vingt jours environ. Vous pouvez accélérer la levée en mettant vos graines à tremper dans un verre d'eau pendant une journée entière. Suite à la levée, il faudra éclaircir le semis.

Le sol doit être riche en humus, les graines juste recouvertes mais tassées avec une planchette et le sol tenu au frais. Il aime le soleil mais un demi-ombrage lui conviendra aussi.

Ne pas le laisser monter en fleurs la première année, mais coupez les tiges en cas de besoin la première année. Au printemps suivant, laissez les tiges monter, elles fleuriront et vous pourrez récolter vos graines pour les années à venir.

Pour le persil laissé au jardin, prévoyez un abri en cas de gel.

De vous à nous...

Partageons nos savoirs, bons plans, recettes...

Recettes :

par Françoise

Et me voilà avec la difficile tâche de trouver des recettes à base de persil. Je vais faire au mieux !!!



Commençons par une soupe, c'est de saison.

Velouté de persil

(http://www.marmiton.org/recettes/recette_veloute-de-persil_36419.aspx)



Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 litre de bouillon de volaille (ou aux légumes, si l'on souhaite faire végétarien)
- 1 botte de persil plat
- 10 g de beurre
- 6 portions de fromage de type vache qui rit (ou 20 cl de crème fraîche)
- 3 gousses d'ail

Temps de préparation : 5 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Faire revenir dans le beurre la botte de persil plat hachée pendant quelques minutes à feu vif. Ajouter le bouillon chaud.

Faire bouillir pendant 15 à 20 min. Mixer en ajoutant le fromage (ou la crème) et les 3 gousses d'ail hachées. Saler et poivrer.

Servir chaud.

Petit flan au persil

(<http://www.lesfoodies.com/choupettet/recette/petit-flan-au-persil>)



Temps de préparation: 30 minutes

Temps de cuisson: 1h

Difficulté: Facile

Ingrédients (4 personnes):

2 œufs, 15 cl de crème liquide, 1 bouquet de persil plat, 100 gr de ricotta, 2 càs d'huile d'olive, 1 càc de cumin, 10 gr de beurre, 1/2 citron, sel, poivre du moulin.

Pour le coulis de tomate : 1 petite boîte de tomates concassées, 1/2 oignon jaune, 1 c à s d'huile d'olive, herbes de Provence, sel et poivre du moulin.

Préparation:

Préchauffer votre four à 180 °c.

Dans un saladier, battre les œufs en omelette. Saler et poivrer.

Ajouter la crème, la ricotta, le persil ciselé, l'huile d'olive, les zestes du 1/2 citron et le cumin. Bien mélanger.

Répartir le tout dans 4 ramequins beurrés jusqu'aux 3/4. Couvrir d'une feuille d'aluminium et cuire au four au bain marie 25 à 30 min environ.

Pendant ce temps, mettre à chauffer l'huile d'olive dans une casserole et y faire revenir l'oignon haché.

Ajouter le concassé de tomates, saler, poivrer et laisser mijoter 30 min environ.

Ajouter les herbes de Provence et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Sortir les flans du four. Laisser tiédir le coulis de tomate.

Au moment de servir déposer le coulis sur les flans et servir sans attendre.

Programme

Attention : Erreur d'horaires pour l'AG sur la lettre précédente : Elle aura lieu à 17h.

Changement de programme pour le 8 octobre, l'art floral est remplacé par une visite au lycée horticole de Saint-Ismier qui ouvre ses portes pour proposer une journée sur les techniques de jardinage sans pesticides le samedi 8 octobre de 10h à 18h (<http://www.lycee-horticole-grenoble-st-ismier.educagri.fr>)

Date	Heure	Lieu	Thème	Intervenant
OCTOBRE 2016				
Dimanche 8 octobre	10h/18h	St Ismier	« Jardiner sans pesticides, c'est possible »	
15 octobre	17h	Vourey	Assemblée générale + troc aux graines+ repas partagé	
22 et 23 octobre		Réaumont	Fête de l'arbre à 16 H Conférence sur le B R F (Bois raméal fragmenté)	Robert Lions
NOVEMBRE 2016				
5 novembre	14h30	Vinay	Visite du musée de la noix	
19 novembre	14h30	Vourey	Soins et protection du jardin pour l'hiver + division des vivaces	

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:

jnacvourey@gmail.com

Site internet :

jnac.e-monsite.com