

Lettre d'information du mois de mars.

Dans nos jardins...

par Robert

Jardinières-jardiniers, le printemps ne saurait tarder et toute la faune du sol va se réveiller. Les travaux du jardin vont commencer, il serait souhaitable que nous connaissions un maximum de petites bêtes rencontrées.

Les auxiliaires du jardinier.

Cet article va nous permettre de mieux connaître les auxiliaires du jardinier.



Voici **le staphylin** semblable à un scorpion, c'est un redoutable carnassier. Son corps mesure deux à trois centimètres, il a une paire d'ailes repliées sur le dos et de grandes antennes.

Il chasse ses proies en courant jour et nuit sur le sol, il détruit les différentes larves et tous les œufs de limaces ou autres.

Quand il se trouve en face d'une grosse proie, il relève l'abdomen, il dégage une odeur fétide et ouvre grand ses mâchoires. Ses ailes lui permettent des déplacements dans les herbes plus hautes pour capturer les chenilles, les acariens, les cochenilles. Il est inoffensif pour l'homme, il peut mordre s'il se trouve coincé.



Le carabe doré est sympa pour l'homme mais c'est un terrible guerrier, il s'attaque aux proies plus grosses que lui : des limaces, des escargots, des doryphores et aussi des cadavres de différents petits animaux. Il peut se déplacer dans les herbes hautes, il se nourrit aussi végétarien mais ne cause pas de mal aux légumes.

L'épeire Diadème.

Un corps long de 15 mm, des dessins blancs en forme de croix sur le dos, un abdomen relativement arrondi.

Sa toile est relativement simple, elle lui permet d'attraper les mouches, les acariens, les thrips, les pucerons et d'autres insectes suceurs de sève. Elle est fragile, elle se trouve souvent trouée par les insectes les plus lourds. A ce stade, elle mange sa toile et la refait.



Ces trois insectes dont je viens de parler seront toujours présents dans les jardins, pour la seule raison qu'ils se nourrissent d'une multitude de choses (cadavres divers, débris de végétations ou de bois pourri). Contrairement à nos chères coccinelles qui se nourrissant seulement de pucerons quittent facilement les lieux lorsqu'ils viennent à manquer.

Il serait indispensable que chaque jardinier connaisse les insectes de son jardin. Il ne faut pas déclencher la guerre aux ravageurs mais veiller à faire un équilibre entre tout ce petit monde.

Dans les mois suivants, je continuerai la liste des auxiliaires.

Les ravageurs :

J'ai travaillé à rechercher tous les articles que j'ai écrits depuis 2012.

Voici un tableau récapitulatif. Il manque des dates alors faites comme moi, recherchez et complétez.

Insectes ravageur	Parution dans la revue
Acariens	
Altises	Avril 2018
Aleurodes	Février 2019
Cochenilles	Novembre 2014
Courtilière	Décembre 2018
Criocère	Juin 2016
Doryphore	Mars 2018
Escargots	
Hanneton	Janvier 2018
Larve de la carotte	Juin 2013
Larve de hanneton	Décembre 2012
Larve de noctuelle	Mai 2005
Limaces	Mai 2018
Louvette	Avril 2012

Mouche de la carotte	Juin 2015
Mouche de l'oignon	
Mouche des semis	
Mouche du chou	Juin 2014
Mouche de poireau	Septembre 2012
Noctuelle adulte	Mai 2012
Piérade du chou	Février 2019
Puceron Noir /vert	
punaie verte	Juin 2018
Pyrale du Buis	Février 2018
Rat taupier	
Taupin	
tenthède	juin 2014
Thrip	
Tipule	
vers des framboisiers	octobre 2019
Zeuzère du Poirier	mars 2017

Je vous conseille de retrouver les ravageurs les plus connus.

Où se cache la différence ?

Extraits fermentés (purin autrefois)

Décoctions

Infusions

Je pense avoir fait des articles sur le sujet mais souvent la même plante peut être utilisée de différentes façons ou à différents dosages.

Comment préparer un extrait fermenté :

On prend en général 1 kg de plantes fraîches pour 10 litres d'eau de pluie. On choisit le type de plantes en fonction de l'extrait à réaliser. Couper ces dernières en petits morceaux pour faciliter l'extraction des substances actives.

Toujours prendre des récipients en plastique teinté ou en verre, jamais métallique.

Mettre dans le contenant les orties coupées en morceaux après avoir pesé 1kg, ajouter 10 litres d'eau de pluie, brasser le tout avec un bâton.

Il sera bien de mélanger une fois par jour.

La fermentation peut durer de 6 à 12 jours, plus il fait chaud et plus l'extrait sera fait rapidement. Quand les bulles ne montent plus en surface, la fermentation est terminée.

A ce stade, prendre un entonnoir, un vieux bas de votre femme (ou de la voisine) fera parfaitement l'affaire, remplir des bouteilles opaques d'1 litre et les ranger au frais.

Préparation de la décoction :

On parle de décoction lorsque l'on met à bouillir la plante pendant une certaine durée.

Récolter 100g de feuilles fraîches de prêle (ou 25g de feuilles sèches), immerger les feuilles dans 1 litre d'eau pendant 24h à température ambiante dans une casserole en inox de préférence. Ensuite, faire bouillir pendant 30 mn avec un couvercle, puis laisser infuser pendant une nuit sans enlever le couvercle.

Filtrer avec une passoire fine (ou un filtre à café) et conserver la décoction dans un récipient hermétique : bouteilles opaque ou en plastique (surtout pas de métal). Stocker au frais et à l'abri de la lumière (bas du réfrigérateur).

Préparation des infusions :

A la différence de la décoction, où le mélange plantes /eau doit macérer avant d'être porté à ébullition, on plonge directement les plantes dans l'eau que l'on fera bouillir une trentaine de minutes pour obtenir une infusion. Le temps de l'ébullition ne doit pas être trop long au risque de rendre inefficace les principes actifs des plantes. Puis, on laisse infuser 12 à 24 heures.

On peut utiliser de la coriandre, de la rhubarbe de la camomille du thym ou du persil.

Pour les personnes qui n'ont pas le temps de réaliser tout ce travail, on trouve maintenant tous ces produits en jardinerie.

Il y a un marchand sur la foire aux plantes de Réaumont qui aura lieu les 13 et 14 avril.

Comme chaque année, il y aura un stand JNAC et aussi une conférence, nous aurons besoin de vous.

Voici un article de **Brigitte Lapouge-Déjean sur le potager fleuri et les différentes associations.**

Repousser les ravageurs :

Le mélange fleurs/légumes complique l'existence des insectes envahisseurs car les fleurs brouillent leur sens du repérage (odeurs, textures, hauteur des plantes).

- **Usez et abusez des aromatiques, la plus "redoutable" étant la sauge sclarée**, au parfum de camphre poivré ; autres possibilités : l'armoise annuelle et des basilics aux arômes variés.
- Plantez des œillets d'Inde, des roses, de la tanaïsie.
- **La capucine et l'armoise blanche sont de véritables pièges à pucerons** : elles s'y agglutinent, laissant tranquilles les autres plantes. Ne reste qu'à les cueillir ou à laisser les coccinelles s'en délecter !

Attirer les insectes auxiliaires:



🔍 Le fenouil (inflorescence vert pâle) attire de nombreux auxiliaires. © Jean-Jacques Raynal

Pour bénéficier des services des insectes auxiliaires - syrphes, punaises prédatrices, coccinelles, chrysopes, petites guêpes -, qui luttent contre les insectes nuisibles, il faut pourvoir à leur gîte et à leur couvert.

- Les ombellifères et les composées sont les familles de plantes qui attirent la plus grande diversité d'insectes : **on a observé jusqu'à 52 espèces d'auxiliaires différents, en quelques jours, sur une inflorescence de fenouil !** Semez entre les légumes aneth, coriandre et cerfeuil, complétés par des légumes que vous laisserez grainer, comme le panais, la carotte ou le poireau.
- **En hiver, au lieu de faire place nette, gardez des tiges sèches en place**, qui serviront d'abris, ou coupez-les en tronçons que vous laisserez en bottes sur le sol.

Favoriser la pollinisation :

Pour fructifier, les légumes ont besoin de l'intervention des pollinisateurs, abeilles, bourdons et tous ceux qui se nourrissent de pollen et de nectar. Afin de les fidéliser au jardin, il ne faut pas ménager les floraisons.

- Favorisez les floraisons hâtives comme le pissenlit, le doronic ou la pulmonaire.
- Pour ne pas monopoliser trop de place dans le potager, vous pouvez installer des vivaces en bordures : achillées, anthémis, asters, eupatoire, gaillarde, helenium, rudbeckia, sauges, vipérine...

- **Semez aussi, entre les légumes, quelques rangs d'annuelles mellifères qui attirent les abeilles :** sarrasin, belle-de-jour, bourrache, cosmos, echium, souci, sauge hormine, centaurée.

Fleurs pare-soleil :

L'évolution du climat nous confronte de plus en plus souvent aux brûlures du soleil sur les concombres, tomates, bettes, melons... Les fleurs annuelles les plus légères font office de parasol, sans gêner la croissance des légumes.

- **La meilleure fleur "pare-soleil" est le cosmos sulfureux**, qui progresse à la même vitesse que les principaux légumes d'été.
- On peut choisir aussi l'aneth, l'amarante, le coréopsis tinctoria, le tournesol à petites fleurs, la lavatère. Autre solution, faire grimper des ipomées sur un treillage.
- **Attention aux faux amis comme le tournesol géant, le maïs ou le tabac qui risquent de s'approprier toute l'eau !**

Améliorer les sols :

Quand on pense "**engrais verts**", ces plantations qui enrichissent le sol, on ne pense pas forcément à leurs fleurs. Pourtant, la plupart d'entre eux font double usage, pour le plus grand plaisir des yeux et des insectes, car ce sont aussi des mellifères (ils attirent les abeilles).

- Moutarde, phacélie, sarrasin sont parmi les plus connus des engrais verts.
- **Soucis et tagètes désinfectent le sol.**
- Onagre et lin décompactent le sol grâce à leurs racines.
- Les légumineuses, qui produisant de l'azote, enrichissent les sols tout en offrant une ravissante floraison. **Plantes conseillées : gesse, vesce, trèfle incarnat, lotier, mélilot et lupin.**

De vous à nous...

Partageons nos savoirs, bons plans, recettes...

Recettes :

par Françoise

Recette de soupe aux ravioles (Valérie Cupillard)



Pour 4 personnes :

1 pomme de terre

1 poireau

1/2 c. à café de curcuma

1 carotte

1 poignée de chanterelles ou autres champignons

2 plaques de ravioles (120 g)

10 à 15 cl de lait de coco

Facultatif : 1 pincée de thym

Faites cuire à l'eau la pomme de terre coupée en dés.

Faites revenir le poireau émincé avec le curcuma et 1 c. à soupe d'huile d'olive.

Ajoutez la carotte coupée en dés, les chanterelles, le thym et 50 cl d'eau. Salez, couvrez et maintenez à feu doux.

En fin de cuisson, ajoutez la pomme de terre (je l'ai fait cuire à part afin que le bouillon de la soupe soit dépourvu d'amidon et plus digeste) et plongez les plaques de ravioles qui cuisent en moins d'1 minute.

Ajoutez le lait de coco, ajustez l'assaisonnement à votre goût et versez la soupe dans des bols.

Cette entrée peut se transformer en soupe-repas en doublant les proportions. Les ravioles sont généralement farcies au fromage et au persil.

Compote potimarron/pommes légèrement vanillée. |

Ingrédients

200 g de potimarron

2 pommes (Fuji, Idared)

1/4 de gousse de vanille

1 cc de jus de citron pressé

Recette

1. Eplucher et couper le potimarron en petits morceaux.

Laver, peler et couper les pommes en cubes.

2. Cuire les morceaux de potimarron et de pommes avec la vanille, à la vapeur pendant 25 min, jusqu'à ce qu'ils soient fondants.

3. Egoutter, ôter la vanille puis ajouter le jus de citron, mixer. Servir à température ambiante des portions adaptées à l'âge et à l'appétit de bébé.

Salade d'endives, pommes vertes, kiwi.

Pour 4 personnes :

La sauce verte

125 g d'avocat

125 g de yaourt végétal ou fromage blanc
de chanvre

2 c. à soupe de jus de citron

La salade

2 endives

1 pomme verte

1 kiwi

6 brins de ciboulette

Mixez l'avocat, le yaourt et 3 c. à soupe d'huile de tournesol avec le jus de citron.

L'émulsion prend comme une mayonnaise. texte

Salez et poivrez légèrement, répartissez au fond de chaque verrine.

Émincez les endives après avoir ôté la base (souvent cause d'une certaine amertume), coupez la pomme et le kiwi en cubes.

Mélangez, terminez de remplir les verrines et parsemez de ciboulette ciselée.

L'idée gourmande Ajoutez quelques cranberries et noix de pécan.

Programme

Date	Heure	Lieu	Thème	Intervenant
mars 2019				
9 mars	14h00	Vourey	Semis et plantation chez Robert	
30 mars	14h00	La Buisse	Taille des rosiers chez Marie-Anne	
Avril 2019				
13 et 14 avril	14h00	Réaumont	Fête de l'arbre : le jardin au naturel	
On essaie de trouver une sortie à effectuer courant avril, nous vous tiendrons au courant.				
Mai 2019				
Le troc aux plantes aura lieu le dimanche 5 mai				

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:

robertlions38@gmail.com

Site internet :

jnac.e-monsite.com