

Lettre d'information du mois d'octobre.

Dans nos jardins...

par Robert

Une fin d'été difficile à gérer

Les semis, à faire à cette saison, sont difficilement réalisables. Quant aux cucurbitacées, elles manquent d'eau et ont tendance à sécher au lieu de grossir et mûrir.

Nous devons pourtant prendre des décisions. Pour les semis de radis noir, navets et mâches, j'ai semé ce matin dix septembre. Arroser deux fois avec un intervalle de dix minutes et avec une pomme très fine pour ne pas déplacer les graines.

Les navets sont semés en ligne à une profondeur d'un centimètre, sur le dessus un épandage de terre fine juste pour recouvrir les graines. Ensuite, bien tasser le semis avec le dos du râteau. Surtout, tenir la raie de navets toujours humide, sans quoi ils ne sortiront pas. Il est indispensable de dédoubler le semis qui est toujours trop serré. Laisser les plus beaux plans espacés de huit centimètres et tenir la rangée propre.

Pour les graines d'épinards, je ratisse avec le râteau, je sème à la volée sur toute la surface. Ils seront plus longs à germer contrairement aux navets. Vous laisserez pousser la totalité du semis en tenant toujours arrosé. Les petites feuilles du départ peuvent être mélangées à de la salade avec deux œufs durs (super bon).

Ensuite, la récolte. Prendre soin de mettre un voile d'hivernage à partir des nuits froides. Les épinards vont couvrir le sol pendant l'hiver et apporteront de l'azote au printemps suivant. Vous les couperez et les enfouirez dans les premiers dix centimètres du sol, ajouter à cela 1 boîte de cendre de bois au m² et voilà un sol prêt à recevoir des plants de tomates ou autres.

Les mâches seront semées à la place des courges Butternut dans 15 jours entre les courges si ces dernières ne sont pas encore récoltées. Je pose les courges en hauteur sur une tuile pour éviter qu'elles ne pourrissent au contact de la terre. Je donne un coup de râteau au sol et je sème à la volée les graines, en prenant soin de les recouvrir légèrement et surtout bien tasser.

Epinard : Viroflay

Variété de mâches : Coquilles de Louviers et mâche à grosses graines.

Voici un article intéressant trouvé sur le site de la ferme de Sainte Marthe concernant les plantes compagnes et répulsives.

[Le pouvoir des plantes compagnes ou répulsives](#)

| March 22, 2018 at 5:37 pm | Short Link: <http://blog.fermedesaintemarthe.com/?p=2806>

Le compagnonnage, c'est simplement une technique utilisée depuis la nuit des temps par les jardiniers, qui consiste à donner le meilleur environnement possible aux plantes en choisissant avec soin leur voisinage. Les plantes compagnes, qu'elles soient fleurs, aromatiques ou légumes, ont en effet le pouvoir de favoriser ou déséquilibrer le bon développement des plantes qui les entourent.

Les associations de plantes permettent aussi d'optimiser la surface de culture. Si les substances qu'émettent certains végétaux expliquent parfois leurs bienfaits ou nuisances, la plupart des raisons de ces effets reste encore un grand mystère !

Une chose est certaine dans tous les cas : l'importance de la diversité au jardin !

Pour bien associer les plantes, quelques principes sont à connaître :

Les **Apiacées** (comme la carotte, le panais, le persil, la coriandre, le cumin ou l'angélique pour les plus connues), **se protègent réciproquement**.

L'association des **légumineuses**, qui enrichissent le sol en azote, à **des plantes comme la tomate ou les cucurbitacées**, qui ont besoin de cet apport, est aussi conseillée.

Les **Liliacées** (comme l'oignon, l'ail, l'échalote et le poireau) **et les légumineuses doivent être séparées** car elles ne font pas bon ménage.

À chaque plante sa force !

Les associations les plus anciennes sont celles des **fleurs** avec les légumes...

La **capucine** éloigne les punaises des courges. Elle peut aussi servir de piège à pucerons ! Elle s'accommode avec les radis, courgettes, choux, tomates.

- La lavande éloigne les pucerons et attire les abeilles.
- La bourrache attire les abeilles, fait fuir les limaces, et éloigne les vers des tomates. Elle est appréciée des pommes de terre, courgettes, choux, fraisiers, tomates.
- Les œillets d'Inde protègent la plupart des plantes (pommes de terre, tomates, asperges, haricots, choux) des insectes nuisibles.
- Les géraniums protègent les rosiers des insectes,
- Les jolies fleurs bleues de la chicorée sauvage repoussent les altises,

- Le [tournesol](#) favorise le développement des concombres.

Les aromatiques ont toutes un pouvoir répulsif sur les nuisibles

- Le [basilic](#) est un fort répulsif des mouches et moustiques. Il s'associe parfaitement avec les tomates, asperges, poivrons, piments, aubergines,
- La bourrache attire les abeilles, fait fuir les limaces, et éloigne les vers des tomates. Elle est appréciée des pommes de terre, courgettes, choux, fraisiers, tomates,
- Le thym éloigne les mouches blanches, protège les choux et brocolis,
- Le cerfeuil réduit l'invasion des limaces,
- Le basilic et le persil sont des défenseurs de la tomate contre le mildiou,
- [Menthe](#), thym, sarriette et absinthe éloignent les pucerons,
- La menthe attire les abeilles et favorise la pollinisation des plantes. La menthe poivrée est la meilleure variété à utiliser grâce de son odeur très forte. Et comme la nature est bien faite, **les plantes aromatiques s'associent bien en cuisine avec les plantes qu'elles protègent au jardin** : les tomates avec le basilic, ou l'aneth avec le concombre par exemple...

Les bonnes associations des légumes comme insecticides naturels :

- Les carottes peuvent être semées entre les rangs de céleri pour lutter contre la **teigne** du poireau. Leur odeur repousse également les **mouches**.
- La mouche de la carotte est repoussée par les oignons et le poireau,

Quelques autres bonnes associations ou au contraire celles qu'il faut éviter !

L'ail s'accorde avec les carottes, betteraves, laitues, fraisiers et tomates (ne jamais planter d'ail près des choux, haricots et pois,

- L'[aneth](#) aide à la levée des carottes et participe à la croissance saine de ses voisins,
- L'aubergine n'aime pas le haricot vert,
- La betterave aime le fraisier, l'oignon, le chou-rave, le concombre, le haricot nain,
- Le céleri planté avec du chou-fleur permet une meilleure récolte pour les deux plantes,
- Le chou profite particulièrement de l'association avec des tomates ou du céleri.
- L'échalote aime : betterave, fraisier, laitue, tomate mais n'aime pas : pois, haricot, fève, lentille
- L'épinard aime betterave, fraisier, laitue, ou encore haricot à rame,
- La laitue n'aime pas les carottes et les choux,
- L'[origan](#) repousse les parasites de la vigne,

Rappelons que, pour éviter la multiplication des nuisibles et l'appauvrissement du sol de votre potager, [la rotation de vos cultures](#) est une bonne solution.

L'insecte du mois.

Les punaises vertes et les punaises arlequin.

Le grand retour des punaises vertes dans nos jardins. Ces dernières sont originaires de l'Afrique de l'Est, c'est très certainement le réchauffement climatique qui les dirige vers nous. Elles sont souvent appelées punaises des bois ou *Palomina présina*.

Il faut savoir que leurs légumes de prédilection sont très souvent les aubergines, les tomates, les poivrons et même, les concombres et les haricots.

Elles passent souvent inaperçues de par leur couleur. Elles peuvent être vertes, brunes ou arlequin rouge et noire. En fonction de leur âge, les vertes deviennent marron.



Au sommet des légumes, leur rostre leur permet de piquer la plante pour en sucer la sève.

La présence d'un être humain les dérange, leurs glandes odoriférantes vont émettre des odeurs horribles ce qui est leur seul moyen de défense.

Mais aucune n'est dangereuse pour les hommes. Elles sont seulement très dérangeantes de par leur odeur.

Elles passent l'hiver dans les débris du jardin. Elles ressortent au printemps suivant. Elles pondent entre trois cents et quatre cents œufs sur le revers des feuilles au moment de la floraison. Les œufs éclore au bout de cinq à six jours et deviendront

des nymphes qui seront des punaises adultes à cinq semaines.



Comment se débarrasser des punaises :

- Mélanger 400 ml d'eau avec 4 cuillères à thé d'ail en poudre. Pulvériser sur les rebords de fenêtres ou tout autre endroit où les punaises sont présentes. L'odeur de l'ail les fera fuir.
- mettre 10 gouttes d'huile essentielle de menthe dans 500 ml d'eau et pulvériser. Tout comme l'ail, la menthe fera fuir vos hôtes indésirables.

De vous à nous...

Partageons nos savoirs, bons plans, recettes...

Recettes :

par Françoise

Tiramisu aux figues et raisins

Ingrédients

400 g de figues fraîches	60 g de miel
200 g de raisin vert	3 dl de nectar de figues
200 g de boudoirs	2 œufs
250 g de mascarpone	

Préparation

ÉTAPE 1 : Dans une casserole, portez à ébullition pendant 10 min à feu doux, le nectar de figues et le miel préalablement mélangé.

ÉTAPE 2 : Lavez et épongez le raisin. Lavez et nettoyez les figues.

ÉTAPE 3 : Prenez-en 250 grammes et découpez chaque figue en 6 lamelles.

ÉTAPE 4 : Pendant 4 min, plongez les lamelles dans le nectar bouillant et laissez-les pocher. Retirez-les alors, égouttez-les et laissez-les refroidir.

ÉTAPE 5 : Au bout de 10 min de cuisson, retirez le nectar au miel du feu. Laissez refroidir.

ÉTAPE 6 : Écrasez ensuite grossièrement les boudoirs et répartissez-les dans 4 coupes.

ÉTAPE 7 : Disposez dessus les lamelles de figues enrobées du mélange, les raisins et répandez du sirop encore tiède au-dessus.

ÉTAPE 8 : Répétez l'opération encore une fois.

ÉTAPE 9 ; Utilisez juste la moitié du sirop et réservez la moitié restante.

ÉTAPE 10 : Mélangez dans une terrine, le mascarpone avec le sucre, les jaunes d'œufs et 1 c. à soupe de sirop.

ÉTAPE 11 : Dans un saladier, montez les blancs en neige et incorporez-le au mélange précédent.

ÉTAPE 12 : Arrosez les tiramisus de ce mélange et placez au réfrigérateur, le temps que votre tiramisu prenne.

ÉTAPE 13 : Au moment de servir, décorez vos verrines des tranches de figues (4 tranches par figue) et de sirop froid.

Friand mi-figue mi-chèvre:

Ingrédients :

1 rouleau de pâte feuilletée

1 bûche de fromage de chèvre

4 grosses figues fraîches

4 tranches de lard fumé

1 oeuf

Préparation

ÉTAPE 1 : Préchauffez le four à th.6 (180C).

ÉTAPE 2 : Etalez et coupez la pâte feuilletée en 4.

ÉTAPE 3 : Déposez sur chaque partie 1 figue coupée en 2 entourée de lard fumé avec un morceau de fromage de chèvre au milieu.

ÉTAPE 4 : Rabattez la pâte sur son contenu et fermez hermétiquement en soudant les bords avec un peu d'eau.

ÉTAPE 5 : Badigeonnez le friand avec l'œuf battu et enfournez pour 25 min.



Dimanche 14 octobre, de 14h à 15h30

à la ferme de l'Espinasse à Montaud.

Conférence sur le BRF

(Bois Raméal Fragmenté : procédé mis au point au Canada en 1970)

Robert LIONS, ex intervenant des Jardiniers de France

vous propose une vidéo réalisée dans son jardin, une technique de jardinage qui utilise le broyat frais de branches d'arbres pour créer un sol vivant.

Comment le préparer et quels sont les bienfaits sur vos cultures, légumes, fruits et fleurs.

Cette conférence sera suivie d'une discussion.

Robert utilise ce procédé depuis plus de 10 ans, il ne retourne plus la terre et arrose très peu. Son jardin, à Vourey, est magnifique.

Participation Libre

Programme

Date	Heure	Lieu	Thème
Octobre 2018			
Samedi 13	17h00	Vourey	Assemblée générale + repas partagé
Dimanche 14	14h00	Montaud	Conférence : comment faire du BRF et l'utiliser ? par Robert. A la ferme de l'Espinasse.
Samedi 27 et dimanche 28	14h00	Réaumont	Fête de l'arbre
Novembre 2018			
Samedi 3	14h00	coublevie	Atelier composte au jardin du sourire.
Samedi 17	14h00		Présenter les auxiliaires et les abris que l'on peut faire.

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

Site internet :

jnac.e-monsite.com