

# Les Semis au Potager

## Quelques conseils pour des récoltes plus abondantes :

### 1 - PRATIQUEZ UNE BONNE ROTATION DES CULTURES :

Les légumes n'ont pas tous les mêmes besoins en éléments nutritifs. Si l'on laissait toujours les mêmes légumes au même endroit, le sol s'appauvrirait et les rendements deviendraient de plus en plus faibles. Pour éviter ce risque, il est conseillé de pratiquer une rotation des cultures. Concrètement, cela consiste à diviser le potager en quatre parties qui accueilleront les

différents groupes de légumes :

● **Les légumes variés vivaces** (Exemples : asperges, artichauts, certaines plantes aromatiques et condimentaires...) qui resteront au même emplacement pendant plusieurs années,

● **Les légumes feuilles**, (Exemples : laitue, chicorée, choux...),

● **Les légumes racines ou bulbeux**, (Exemples : carotte, navet ou ail, oignon),

● **Les légumes fruits ou graines**, (Exemples : tomate, melon ou pois, haricots).

Ensuite, il suffit de faire tourner chaque année ces 3 derniers groupes de légumes pour qu'ils ne reviennent au même endroit que la 4<sup>ème</sup> année. Cette rotation des cultures évite l'épuisement du sol en éléments nutritifs et permet une exploitation des couches de sol par les racines différentes chaque année.

### 2 - ÉCHELONNEZ VOS SEMIS :

Semez des petites quantités à plusieurs reprises, toutes les 2 à 3 semaines par exemple. C'est ainsi que vous obtiendrez des légumes au meilleur stade de récolte tout au long de l'année.

### 3 - N'HÉSITEZ PAS À ÉCLAIRCIR :

L'air et la lumière sont essentiels au bon démarrage des jeunes plantes. Pour des récoltes de qualité, les plantes ne doivent pas être trop serrées ; semer clair et éclaircir dès que les plantes atteignent 2 à 3 cm. N'oubliez pas de désherber rapidement après la levée pour éviter la concurrence des mauvaises herbes. Vos légumes n'en seront que plus beaux.

### 4 - RESPECTEZ LE MODE DE CULTURE FIGURANT SUR CHAQUE SACHET

GRAINES POTAGÈRES	Époque de semis	Époque de récolte	Quantité de graines en grammes à utiliser pour		Nombre de graines dans 1 gramme
			Semer 10 m <sup>2</sup>	repiq. 10 m <sup>2</sup>	
Arroche	Mars-Sept.	Mai-Oct.	2		250
Artichaut	Fév.-Mars	Juil.-Sept.		3	220
Asperge	Fév.-Avril	Mai-Juin		2	50
Aubergine	Janv.-Mars	Avût-Oct.		2	250
Basilic	Avril-Mai	Juin-Sept.		2	800
Betterave	Mars-Juil.	Juil.-Nov.	15	2	50
Bourrache	Fév.-Mars	Oct.-Nov.	10		70
Camomille	Mars-Mai	Juil.-Sept.		1	17 000
Cardon	Avril-Mai	Oct.-Déc.		1	25
Carotte	Fév.-Sept.	Juin-Janv.	10		95
Céleri	Mars-Juil.	Sept.-Janv.	20	1	2 500
Céleri-rave	Mars-Mai	Sept.-Janv.		1	2 500
Carfeuil	Fév.-Sept.	Avril-Oct.	50		450
Chicorée frisée	Mars-Août	Sept.-Nov.		5	600
Chicorée scarole	Juin-Août	Août-Nov.		5	600
Chicorée sauvage	Mars-Août	Août-Nov.	20		700
Chicorée endive	Juin-Juil.	Déc.-Mars	10		600
Chou	Mars-Sept.	Juil.-Hiver		2	320
Chou de Bruxelles	Avril-Juil.	Aut.-Hiver		2	300
Chou-fleur	Mars-Juil.	Juin-Déc.		1,5	550
Chou brocoli	Mai-Août	Fév.-Mai		1,5	600
Chou fourrager	Avril-Juin	Oct.-Fév.		2	300
Chou-navet	Mai-Juin	Oct.-Mars	8	2	350
Ciboule	Mars-Oct.	Avril-Nov.	50		300
Ciboulette	Fév.-Juil.	Juin-Nov.	10		850
Citrouille	Avril-Mai	Aut.-Hiver	5		3
Concombre-Cornichon	Mars-Mai	Août-Oct.		4	40
Coriandre	Mars-Juil.	Juin-Nov.	10		90
Courge	Avril-Juin	Avril-Nov.		5	10
Cresson-fontaine	Mars-Juin	Juil.-Hiver		2	4 000
Épinard	Fév.-Oct.	Juin-Déc.	25		110
Estragon de Russie	Fév.-Juil.	Avril-Nov.		2	7 000
Fenouil	Mars-Juil.	Sept.-Aut.	4		125
Fève	Oct.-Fév.	Avril-Juil.	100		1
Fraisier	Mars-Juin	Toute l'année		1	3 100
Gombo	Fév.-Avril		10		20
Haricot	Fév.-Juil.	Mars-Oct.	100		3 à 5
Laitue	Fév.-Sept.	Mai-Oct.		6	800
Lavande	Mars-Juin	Été-Aut.		2	950
Mâche	Août-Oct.	Nov.-Mars	10		1 000
Maïs	Avril-Juin	Août-Aut.	20		5
Marjolaine	Mars-Mai	Automne		2	4 000
Melon	Fév.-Mai	Juin-Oct.		3	35
Menthe	Mars-Juil.	Août-Nov.	10		100
Navet	Fév.-Oct.	Avril-Déc.	25	6	300
Oignon	Fév.-Mars	Sept.-Oct.		6	500
Oseille	Août-Sept.	Avril-Mai			1 000
Panais	Fév.-Oct.	Avril-Nov.	3		220
Panais	Fév.-Avril	Été-Aut.	10		10
Pâtisson	Avril-Juin	Automne		5	10
Persil	Avril-Juin	Automne		5	600
Pe tsai	Mars-Oct.	Mai-Déc.		2	350
Piment	Mars-Juil.	Août-Déc.		2	150
Pisgarnit	Janv.-Mars	Juil.-Oct.		2	150
Poireau	Mars-Août	Nov.-Fév.	15		1 000
Poireau	Fév.-Juil.	Août-Fév.	25	6	400
Poirée	Fév.-Août	Juil.-Mars	20	2	75
Pois	Fév.-Mai	Mai-Juin	100		7 à 12
Pomme de terre	Janv.-Avril	Juil.-Oct.			1 700
Potiron	Avril-Mai	Sept.-Nov.		5	5
Pourpier doré	Avril-Août	Août-Hiver	5		3 000
Radis-Raisfort	Fév.-Sept.	Avril-Nov.	30		120
Rhubarbe	Mars-Sept.	Été-Aut.		10	45
Romarin	Avril-Juin	Été-Aut.		2	900
Roquette	Mars-Juil.	2 ms ap. sem.	10		500
Rue	Avril-Juil.	Été-Aut.		1	1 800
Salaïsse	Fév.-Sept.	Oct.-Fév.	20		100
Sarrisette	Fév.-Avril	Mai-Juin		2	2 500
Sauge officinale	Fév.-Juil.	Juin-Oct.		2	250
Scorsonère	Fév.-Sept.	Oct.-Fév.	20		90
Tétragone	Avril-Juin	Juil.-Nov.	50		10
Thym	Fév.-Juil.	Mai-Oct.		1	5 000
Tomate	Janv.-Avril	Juin-Oct.		2	350