

**À FAIRE
CETTE SEMAINE**

* Semer des melons sous abri et des pavots * Préparer et utiliser
le thé de compost * Planter 3 vivaces pour remplacer le gazon

Rustica

Rustica

Le magazine n°1 du jardinage au naturel

PLAN-PATRON

Un écrin de
verdure pour un
deutzia blanc

HABILLER MURS, FAÇADES...

Bien installer les PLANTES GRIMPANTES

Fruits, fleurs et légumes : les plantes
à palisser ou à faire grimper

BOUQUETS ET MASSIFS



Planter des dahlias
pompons très florifères
et faciles à cultiver

RECETTES

Cuisiner le lait
et les fromages
du Jura

Du 24 au 30 mars 2023

CPPAP

L 11850 - 2778 - F: 2,50 €



Belg.: 2,80€




**JOURNÉES
DES PLANTES
& ART DU JARDIN**

**1^{er} et 2
avril
2023**

FÊTE DU PRINTEMPS

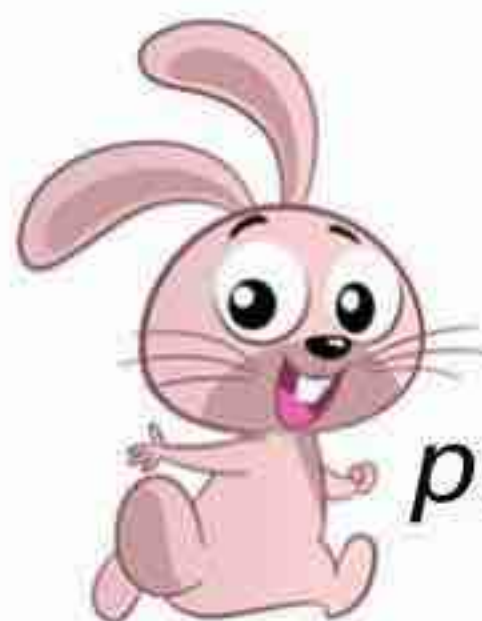

**Blandy
-les-Tours**
SEINE-ET-MARNE

www.journeesdesplantesblandy.fr



7-12 ANS
**Rustica
junior**
La nature
c'est le futur !

 **TRUFFAUT
SERVON**



proposent

Une **animation** destinée
aux jeunes jardiniers en herbe,
lors de la
Fête des Plantes
de Blandy-les-Tours 77115

A cette occasion,
chaque participant obtiendra le
**Brevet du jardinier
Rustica Junior**





ÉDITO

La grande diversité des plantes grimpantes permet de les installer en pleine terre ou dans des contenants, aussi bien dans les très petits jardins que les plus grands, sur les terrasses ou les balcons. Il en existe pour tous les climats, toutes les expositions, tous les types de sol, pour des usages saisonniers ou pérennes et pour tous les styles de jardin. Certaines de ces plantes poussent et grimpent toutes seules, d'autres ont besoin de l'aide de la jardinière ou du jardinier. Mais pour les utiliser au mieux, il est important de faire le bon choix car chaque espèce a ses exigences de culture et parfois des besoins bien particuliers. Le début du printemps étant la période idéale pour mettre en place la plupart d'entre elles, nous vous avons concocté un grand dossier pour mieux les découvrir et obtenir le meilleur d'elles-mêmes. Bonnes plantations! **Alain Delavie**



SOMMAIRE

4 ACTUALITÉS

8 AGENDA

9 À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE

Potager • Je sème les melons au chaud et les betteraves en pleine terre • Je divise la ciboulette
Fleurs • J'installe des pavots de Californie et somnifères • J'adopte des alternatives au gazon • **Fruits** • Je teste le thé de compost

17 DOSSIER : recourir aux espèces grimpantes

• Vêtue de vert, la maison est mieux protégée du soleil

24 PLAN-PATRON

Écrin pour un deutzia royal

28 DEMAIN AU JARDIN

Les dahlias ont le pompon

32 EN CUISINE

• Le lait de printemps
 • Vos menus de la semaine
 • 7 recettes de saison

36 DOSSIER RECETTES

• Les fromages du Jura

39 BIEN-ÊTRE

Médecines douces toujours cotées

40 VIE PRATIQUE

Les aspirateurs sans fil

42 ANIMAUX

Vétérinaire en téléconsultation

43 TERROIR

Les soieries Bonnet

46 COURRIER

48 CARNET D'ADRESSES

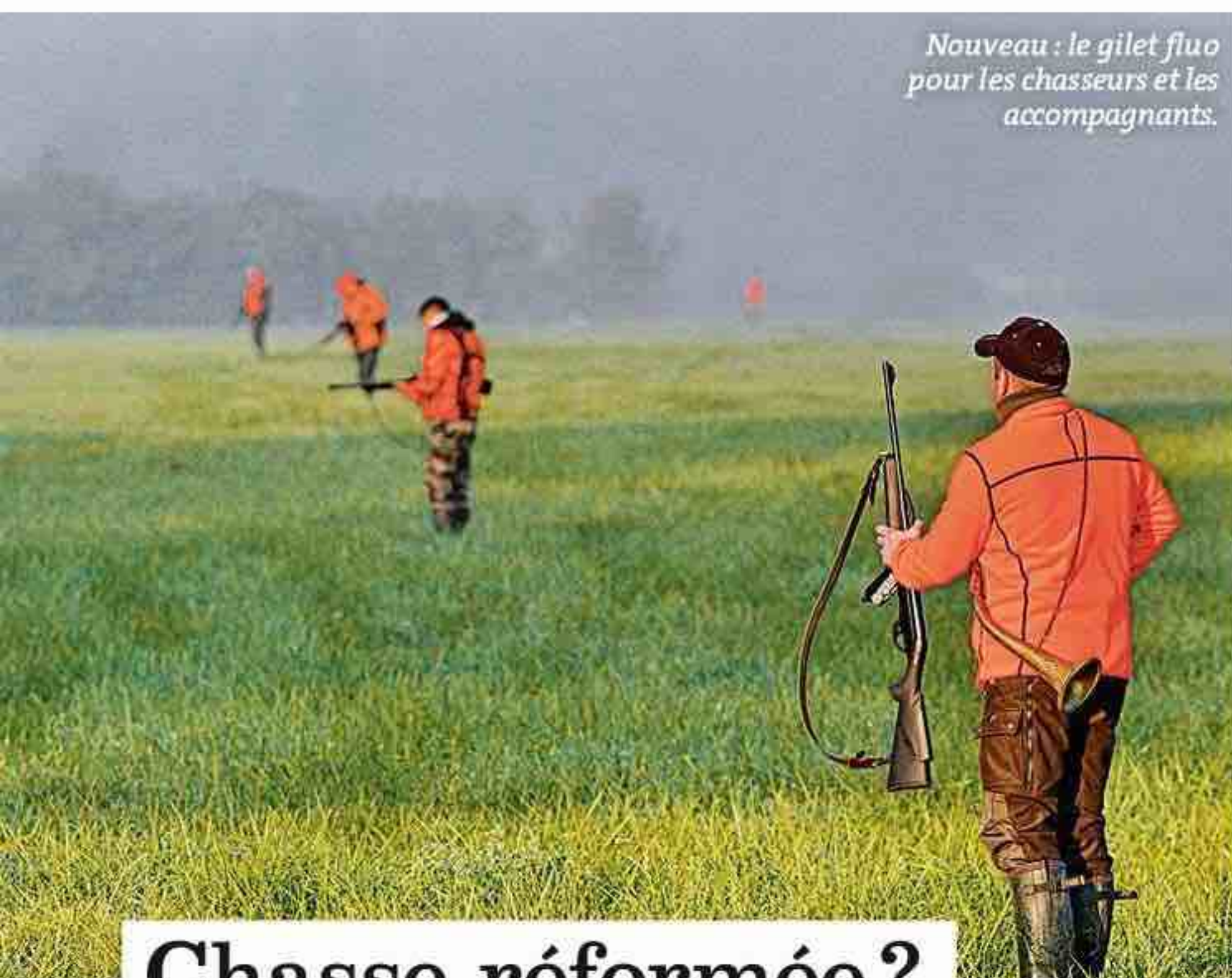
50 JEUX



Dans le cadre de la loi sur l'économie circulaire, nos magazines sont imprimés avec des encres "blanches".

ABONNEZ-VOUS VITE ! RENDEZ-VOUS p. 27

Photos couverture : R. Mabic/GAP Photos (glycine) - Visions Pictures/Biosphoto (Vignette : dahlia 'Franz Kafka').
 Ce numéro comporte un encart abonnement de 4 pages broché sur l'ensemble des exemplaires destinés aux kiosques.



Nouveau : le gilet fluo pour les chasseurs et les accompagnants.



ABEILLES VACCINÉES

Un "vaccin", conçu par un laboratoire américain et visant à protéger les abeilles domestiques contre la maladie de la loque américaine, a été autorisé aux États-Unis. Il est composé de bactéries mortes, responsables de cette loque (*Paenibacillus larvae*), et mélangé à de la gelée royale, dont les abeilles "nourrices" alimentent la reine. En France, cette maladie est classée danger de 1^{re} catégorie (DS1). À terme, ce vaccin pourrait être utilisé contre d'autres maladies, comme la loque européenne.

Chasse réformée ?

Les annonces du gouvernement pour tendre vers le zéro accident ont été plutôt bien accueillies par les chasseurs.

En janvier dernier, des mesures ont été prises visant à une meilleure formation des chasseurs. Elles comprennent des règles de sécurité améliorées (interdiction de chasser sous l'emprise de l'alcool ou de stupéfiants, respect de l'angle de tir de 30° et du tir fichant, généralisation des gilets fluo...) et une meilleure information (panneaux et application numérique identifiant les zones chassées). L'idée d'une journée sans chasse pour empêcher les "conflits d'usage" avec les promeneurs, cyclistes, cavaliers, cueilleurs, n'a pas, en revanche, été retenue au grand dam de ses opposants, la Ligue de la protection des oiseaux en tête.



Muséum en expansion

L'année 2022 restera hors norme pour le Muséum d'histoire naturelle, qui a réuni 3 591 622 visiteurs. L'établissement comprend 13 sites, dont 11 ouverts au public à Paris (75), avec le Jardin des plantes (Grande Galerie de l'évolution en photo), le musée de l'Homme, le parc zoologique..., ou en région : l'arboretum de Versailles-Chèvreloup (78), la station marine de Concarneau (29), etc. Un record ! Début 2022, l'institution a annoncé vouloir délocaliser une partie de ses collections dans de nouveaux locaux. Trois villes sont encore en lice : Dijon (21), Villeneuve-d'Ascq (59) et Ris-Orangis (91).



La fibre verte

Après quatre ans de recherche, la start-up française Neoplants propose la première plante biotechnologique Neo P1. Ce végétal, dont l'ADN a été modifié, capte le CO₂ et les principaux polluants de l'air intérieur. Il sera proposé d'abord au marché américain.

ENVIRONNEMENT : POLICE RENFORCÉE

L'Office français de la biodiversité et les ministères de la Transition écologique et de l'Intérieur relèvent le défi de l'environnement en métropole et dans les outre-mer. Ils ont signé, le 5 janvier dernier, une convention autour de la police de l'environnement. Parmi les actions, on peut citer un renforcement de la lutte contre la délinquance environnementale, ainsi que la montée en compétences des hauts fonctionnaires en la matière. Ce texte prévoit aussi la poursuite du travail engagé sur les plans nationaux d'action concernant les grands prédateurs terrestres (loup, lynx, ours).


**Princesse
Amandine®**

légère • fondante • savoureuse




**Plants
certifiés**
de pommes
de terre


**Faites pousser
les princesses!**



Une variété de pommes de terre
très précoce



Facile à cultiver



À cuisiner selon
vos envies



Découvrez la gamme
Princesse Amandine® dans
votre jardinerie habituelle

princesseamandine-aujardin.com



Étretat, en péril suite au tourisme de masse.

N. MELINDA/ROBERT HARTING/PHOTONISTOP

Où ne pas passer ses vacances

Le site de la maison d'édition américaine de guides touristiques Fodor's a publié, en novembre dernier, son "antilliste" des destinations touristiques à éviter pour protéger l'environnement. Elles sont classées selon trois critères : les sites naturels qui ont besoin d'une pause pour se régénérer ; les endroits touchés par les crises de l'eau et les points chauds culturels en proie à la surpopulation et à l'épuisement des ressources. En France, les falaises d'Étretat (76) et le Parc national des calanques de Marseille (13) ont été épinglés.

GROS PÉPIN POUR LES AGRUMES

Selon une étude publiée fin 2022, dans la revue suisse *Frontiers*, les agrumes européens sont menacés par une épidémie de huanglongbing (HLB). Cette maladie est provoquée par différentes espèces de la bactérie *Candidatus liberibacter*, qui sont inoculées par deux insectes, les psylles *Diaphorina citri* et *Trioza erytreae*. Ce dernier est observé depuis cinq ans en Espagne et au Portugal. Il est donc primordial, comme le rappelle l'étude, de veiller au respect de la réglementation en matière d'importation de végétaux et de renforcer la surveillance et les stratégies de lutte biologique.

Sur le front de la processionnaire

Dans le Sud-Ouest, pour lutter contre la chenille processionnaire du pin, des opérations de destruction de cocons et d'installation de pièges ont commencé depuis la mi-janvier. La faute à un automne 2022 doux, qui laisse présager un niveau élevé de populations.

Thaumetopoea pityocampa est présente dans les trois quarts de la France et son front de migration remonte chaque année de quelques kilomètres.



Les poils de la chenille sont urticants pour l'homme et les animaux domestiques.

M. BOUMMEISTER/PUTEN-BEELD/BIOPHOTO



F. SOMMA/REVA/IMAGE BROMER/BIOSPOTO

LE DÉLAI DES LAIES

Selon une étude, parue dans le journal *The American Naturalist*, une alternance d'années de fortes et de faibles productions de glands a un effet positif sur la fécondité des sangliers, à l'inverse des années homogènes. Ce cycle, tous les deux ans, correspond à l'âge moyen de reproduction des laies. Espèce invasive depuis 1970 environ, le sanglier a connu une hausse de 5,2 % de ses prélèvements en 2022, avec un total de 842 802 animaux (record historique).

Les mutuelles misent sur l'écologie

La société d'assurance française Maif vient d'annoncer qu'elle allait allouer 10 % de ses dividendes annuels à des projets de solidarité climatique et de régénération de la biodiversité. Quant au Crédit mutuel, il s'est engagé à reverser 15 % de son bénéfice net chaque année pour soutenir des projets environnementaux et solidaires. Cette initiative pourrait être adoptée par d'autres entreprises.

Psylle africain des agrumes (*Trioza erytreae*).



SHUTTERSTOCK



Du 25 mars au 9 avril, soyons **TOUS AU COMPOST** **ET REDONNONS VIE À NOS SOLS !**

Tous au Compost !, quinzaine nationale dédiée au compostage de proximité des déchets organiques, revient pour sa dixième édition avec des événements dans toute la France. Par Pauline Annoni

A l'heure d'un retour de flamme pour les principes d'économie circulaire, le compostage a le vent en poupe. Et pour cause : selon l'ADEME, les déchets organiques représentent près de 40% de nos poubelles. Composés à 80% d'eau, ils sont incinérés ou enfouis, alors que leur compostage permettrait un enrichissement des sols en matière organique. Un principe de bon sens qui deviendra bientôt la norme : à partir du 1er janvier 2024, la mise en application de la loi AGEC (Anti-Gaspillage pour une économie

circulaire) impliquera que l'ensemble des Français aient accès à une solution de tri à la source des biodéchets. Le compostage de proximité s'inscrira ainsi dans les modes de vie de tous les Français.

Apprendre en s'amusant avec Tous au Compost !

Se préparer au changement dans la convivialité, c'est possible avec Tous au Compost ! Cette grande manifestation nationale vise à valoriser les différents

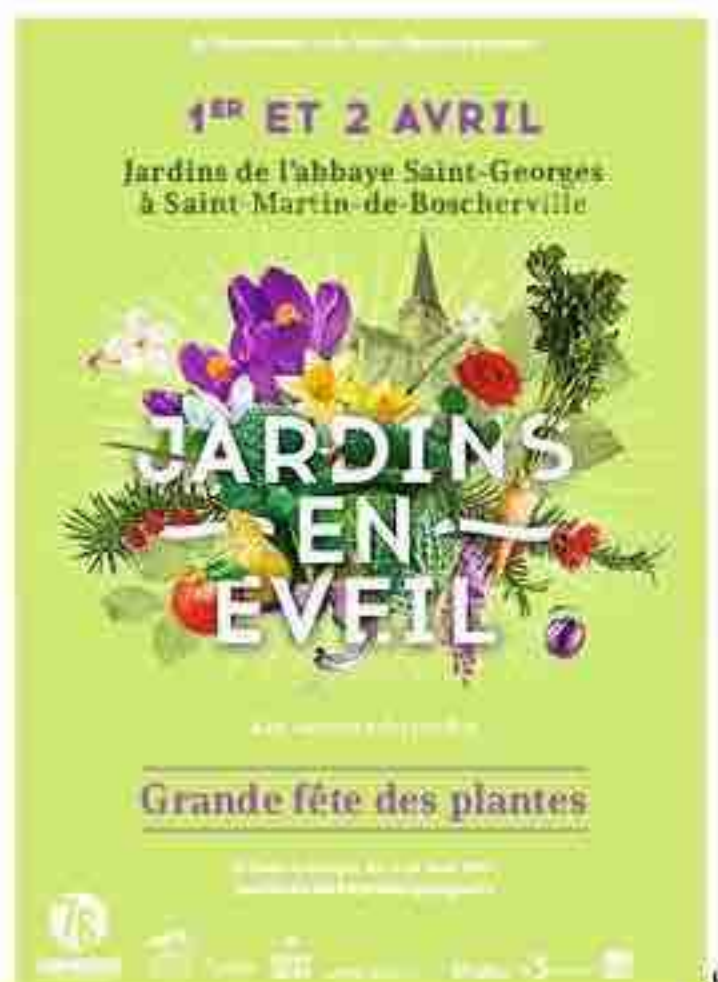
modes de compostage : le compostage domestique (en composteur individuel ou lombricomposteur) ; le compostage partagé mis en place dans des immeubles, des quartiers ou des plateformes collectives ; et enfin le compostage en établissement (en restauration collective, en restaurants...). Du 25 mars au 9 avril, pour sa dixième édition, Tous au Compost ! propose des animations conviviales, des initiations et formations. Elles permettent à qui le souhaite d'aller à la rencontre de professionnels de l'environnement, bénévoles engagés, maîtres et guides-composteurs, pour mieux comprendre les principes de base du compostage et ses atouts pour notre planète.

L'initiative est organisée par le Réseau Compost Citoyen, une association loi 1901 qui œuvre pour la prévention et la gestion de proximité des biodéchets. Elle est soutenue par l'ADEME, la Fondation pour le Progrès de l'Homme et la Fondation d'entreprise Rustica.

Vous souhaitez participer à l'initiative ?

L'objectif phare de Tous au Compost ! est d'intéresser le grand public aux joies du compostage, aux enjeux du cycle des matières, et de lui donner goût au faire ensemble. Vous pouvez :

- Participer à l'événement en ligne : <https://tinyurl.com/456d9r8s>
- Trouver toutes les infos sur www.tousaucompost.fr pour enregistrer un événement (et télécharger le kit de communication de l'opération), ou bien trouver un événement près de chez vous !



Saint-Martin-de-Boscherville (76).

Jenzat (03)

La Fête des plantes se tient, les **1^{er} et 2 avril**, sur la place de l'Église et dans la cour du prieuré. Tarif: 3 €. <https://comitedesfetesjenzat.fr>

Simiane-la-Rotonde (04)

Jean-Yves Meignen dispense un stage, du **31 mars au 2 avril**, sur le potager en permaculture, à l'abbaye de Valsaintes. Tarif: 410 € (repas du midi inclus). www.valsaintes.org

Saint-Lys (31)

Découvrez Floralys les **1^{er} et 2 avril**. Des producteurs régionaux vous accueillent sur ce marché aux plantes, avec de la décoration et de l'outillage de jardin. De 9 h à 18 h 30. Entrée libre. www.saint-lys.fr

Rainans (39)

Les Journées des plantes réunissent, le **3 avril**, les spécialistes français et belges des hydrangéas. Ouvert de 9 h à 18 h. Tarif: 2 €. Rens.: <https://fleurirrainans.wordpress.com>

Jarnioux (69)

Au cœur du Beaujolais, le Manoir de la garde ouvre ses portes, les **1^{er} et 2 avril**, aux pépiniéristes régionaux pour les Journées des plantes rares. De 9 h à 19 h. Tarif: 6 €. www.journeesdesplantes.fr

La Motte-Servolex (73)

Pour leurs 25 ans, les Journées des plantes quittent le lac d'Aiguebelette pour déménager de l'autre côté de la montagne de l'Épine, au domaine Reinach. Les **1^{er} et 2 avril**.

De 9 h à 18 h. Le tarif est de 4 €. www.plantes-aiguebelette.com

Paris (75)

La pelouse est au programme de l'Association des auditeurs des cours du Luxembourg, le **3 avril**. Tarif: 25 € les 5 cours. À 14 h 30. Tél.: 01 43 25 43 03 ou www.aacl.fr

S'-Martin-de-Boscherville (76)

L'abbaye Saint-Georges fête les plantes avec Rustica, partenaire de la 2^e édition de Jardins en éveil, les **1^{er} et 2 avril**. Ouvert de 10 h à 18 h. Tarif: 4,50 €. Renseignements: www.abbayesaintgeorges.fr

Avantage lecteur: 1 place achetée = 1 entrée gratuite sur présentation magazine

Montfort-l'Amaury (78)

Une cinquantaine de pépiniéristes et de paysagistes ainsi que des artisans vous donnent rendez-vous pour la Fête des plantes et des jardins, les **1^{er} et 2 avril**. Sur la pelouse du Palais. De 9 h 30 à 18 h. Tarif: 3 €. Tél.: 01 34 86 87 96.

Cucuron (84)

Au cours du stage "Démarrer son potager bio", le **1^{er} avril**, Blaise Leclerc vous délivre les bases et les techniques. Les jardins de Blaise Leclerc, chemin de Pie-Caud. De 9 h à 17 h. Tarif: 50 €. Tél.: 06 01 32 73 65 ou www.parcduluberon.fr



Blandy-les-Tours (77)

Sur le thème "S'il te plaît, dessine-moi un jardin!", les Journées des plantes et art du jardin vous invitent, les **1^{er} et 2 avril**, autour du château, en compagnie des meilleurs horticulteurs et artisans d'art. De 10 h à 18 h. Tarif: 7 €. www.journeesdesplantesblandy.fr

Avantage lecteur: 1 place achetée = 1 place offerte sur présentation du magazine



Jenzat (03).

À FAIRE AU JARDIN

cette semaine

C'EST D'ACTUALITÉ

C'est la pleine saison de production des plantes vivaces. Dès la sortie de l'hiver, tous les jardiniers ont une folle envie de planter des fleurs. Mais attention aux végétaux qui sont trop avancés vendus en godet !

Le risque qu'ils subissent un gel tardif est grand, comme en avril 2022. Fin mars, les pousses de bon nombre de vivaces n'ont pas encore percé le terreau. Les bulbes printaniers sont encore en feuilles, mais non fleuris. Respectez les saisons et leur cycle végétatif. Ne vous laissez pas éblouir par les étalages de godets débordant de fleurs. Vous payeriez cher un engouement précoc. **Karin Maucotel**



Mise à l'abri
des bulbes forcés.



DE L'ENGRAIS AUX FRAISIERS

Après avoir redonné une belle allure à la planche de fraisiers, étalez entre les pieds des plants un engrais qui leur est propre ainsi qu'une couche de compost bien décomposé. Enfouissez ces deux éléments en surface avec une griffe, sans abîmer les racines superficielles. Vous récolterez de belles fraises.



LA VIE REPREND AU BASSIN

Avec le réchauffement de la température de l'eau, les poissons se montrent plus actifs et sont visibles. Vérifiez leur état sanitaire. Reprenez les apports de nourriture une fois par semaine, puis plus souvent. La quantité d'aliments donnée doit être absorbée dans les 5 min pour ne pas polluer l'eau du bassin.

Les bons gestes DÉPART EN PLAQUES ALVÉOLÉES



1 Choisissez des graines dont le pouvoir germinatif n'est pas affaibli. Vérifiez bien la date de péremption sur le sachet.



2 Semez en plaques alvéolées dans un substrat bien humidifié. Une pince à épiler s'avère très pratique pour cette opération.



3 Arrosez en fines pulvérisations après avoir recouvert les graines de substrat. Maintenez la culture au chaud jusqu'à la levée.

Dès la première feuille, les plantules doivent recevoir beaucoup de lumière.



SEMIS DE MELON AU CHAUD

Amoureux du soleil et de la chaleur, les melons se développent sous abri, tant que les risques de gels ne sont pas écartés.

Les semis de melon s'effectuent au chaud, avec une température ambiante maintenue entre 15 et 25 °C et une température du substrat à 18 °C. Dans ces conditions, vous obtiendrez des plants prêts à planter en pleine terre après 6 ou 8 semaines.

Installez la culture dans une serre ou une véranda très lumineuse, qui fournira beaucoup de clarté aux végétaux dès la formation des premières feuilles. Une source de chaleur est en effet nécessaire pour obtenir la bonne température de jour comme de nuit. N'oubliez pas en outre d'aérer l'abri lors de

journées ensoleillées pour ne pas voir la température monter excessivement. Le substrat dans lequel les graines vont germer doit lui aussi être chaud. Pour cela, placez-le dans la serre chauffée quelques jours avant de semer.

Laissez tremper les graines pendant 12h dans une eau à 20 °C pour favoriser une germination rapide. Semez sur plaques alvéolées (voir ci-contre) en mottes de 6 cm de côté, à raison d'une seule graine par alvéole, ou bien en godets de 10 cm de côté ou diamètre, à raison de deux graines – qui seront conservées si elles germent toutes. Enfin,

surveillez vos plantules qui sont sensibles à la fonte des semis et aux limaces. Pour les protéger de ces deux fléaux, qui peuvent anéantir vos cultures après la levée, recouvrez celles-ci de vermiculite. Arrosez avec une eau à température ambiante.

Au sud

Dans les régions du Sud, dont les températures nocturnes sont plus rapidement positives, le semis peut être réalisé en pleine terre, sans passer par la case "sous abri". Pour autant, il faudra attendre la mi-avril.

CIBOULETTE EN ÉCLATS

Avec l'arrivée du printemps, les pieds vivaces de la ciboulette ne vont pas tarder à repousser. Cette plante condimentaire est formée d'une touffe de bulbes serrés les uns contre les autres. Vous pouvez les diviser pour les multiplier. Pour cela, sortez la touffe de terre en la soulevant avec une bêche. Éclatez-la en plusieurs morceaux à la main ou à l'aide d'une lame de couteau. Coupez légèrement l'extrémité des racines, avant de replanter quelques brins. Enfin, arrosez copieusement.



Secouez la terre pour découvrir les bulbes situés à la base.



FAITES UNE PLACE À LA BETTERAVE

Désormais, la terre se réchauffe suffisamment pour démarrer de nombreux semis. C'est le cas des betteraves. La semence de cette plante est un glomérule, c'est-à-dire une enveloppe contenant plusieurs graines fines. Tracez un sillon dans une terre ameublie et amendée de compost. Déposez les semences en les disséminant pour limiter les éclaircissements futurs. Couvrez le semis d'un peu de terre.

ET AUSSI...

Semer au chaud les aubergines, poivrons, piments, physalis et tomates. **Planter** sur butte, en sol humide, l'ail, l'échalote et les oignons. **Récolter** les choux de Bruxelles, les endives, les épinards, les laitues d'hiver, les mâches, l'oseille et la roquette. **Repiquer** les brocolis et les tomates quand elles ont déjà été semées. **Dégager** le bulbe des échalotes, sous climat doux, pour accélérer la maturité.

Conseil de pro GRAINES DE CHOU SOUS ABRI

Sous un châssis froid, semez les choux brocolis en ligne ou à la volée et enterrez légèrement les graines. Les pieds obtenus seront repiqués à racines nues.



La bonne technique TOUTES GRIFFES DÉPLOYÉES

Plantez les griffes d'asperge à un emplacement ensoleillé. Cette culture vivace a besoin d'une terre drainante de type sableuse. Creusez des trous de 30 cm de largeur pour pouvoir étaler ses longues racines charnues bien à plat au fond.



Les bons gestes

COUP DE JEUNE POUR LES BERGÉNIAS

Après quatre ou cinq ans de culture, les touffes d'origine des bergénias se dégarnissent au centre. De jeunes rosettes de feuilles se sont formées en périphérie, à l'extrémité des rhizomes charnus et souvent dénudés. Ce sont autant de nouveaux pieds à prélever. Déterrez ces éclats en plantant une fourche-bêche à divers endroits. **Séparez les rhizomes du pied mère** à l'aide d'un solide couteau, en en conservant 5 cm munis de fines racines. Arrachez et jetez les parties centrales qui sont épuisées. Retirez les feuilles abîmées par l'hiver. Préparez un nouvel emplacement à la mi-ombre, dans un massif ou pour former une bordure. Ouvrez des trous espacés de 30 à 40 cm en tous sens ou en ligne. Ajoutez du compost bien décomposé à la terre et installez les éclats. La base des pétioles doit se trouver au niveau du sol. Rassemblez la terre, tassez à la main et formez une cuvette d'arrosage. Versez environ 5 l d'eau par éclat. Poursuivez les arrosages par temps sec pendant quelques semaines jusqu'à l'apparition de nouvelles feuilles, signe de la reprise des plantes.



Les pavots de Californie forment de belles touffes florifères.

F. MARRE / RUSTICA

CRAQUEZ POUR DEUX PAVOTS ANNUELS

Semez une fois les pavots de Californie et pavots somnifères, ils reviendront fidèlement tous les ans si vous les laissez grainer.

Adeptes des sols secs et plutôt pauvres, les pavots de Californie (*Eschscholtzia californica*) sont parfaits en bordure, dans un massif, une rocaille ou un jardin de graviers.

Les plus courants sont à fleurs simples, orange vif, avec un joli feuillage découpé grisâtre, mais d'autres variétés sont disponibles, comme 'Strawberry Fields', rouge à cœur jaune d'or, 'Peach Strawberry', pêche striée de framboise, 'Thai Silk Field Grown Mix', panachée ou striée de jaune,

orangé, rose, rouge, 'Jelly Beans', en mélange, blanc, rose, jaune, orange, unie ou bicolore, 'Red Chief', rouge. Leurs fleurs se renouvellent de juin à septembre. Plus grands, les pavots somnifères (*Papaver somniferum*) se glissent entre les plantes vivaces ou les petits arbustes. On apprécie surtout 'Drapeau danois' arborant une croix blanche sur des pétales frangés rouges, 'The Giant' blanc à macules pourpre, rose et blanc, 'Pink Fizz' aux pétales très découpés,

'Flemish Antique' avec des stries blanches sur un fond framboise, et enfin 'Black Peony' et 'Purple Peony', qui sont doubles.

Après la floraison, les capsules vertes ou sèches sont décoratives dans les bouquets secs. Semez maintenant ces deux pavots annuels à la volée ou en poquets. Couvrez un peu les graines, tassez et arrosez en pluie fine. Éclaircissez ensuite les plants en sur-nombre. Vous les laisserez se ressemer naturellement à la fin de l'été.

ET AUSSI...

Semer, sous abri, les pétunias, cosmos, verveines, capucines, ancolies et sauges. **Apporter** du compost au pied des iris et des pivoines. **Semer**, en pleine terre, des centaurées, nigelles de Damas, pois de senteur, delphiniums et des mélanges mellifères. **Protéger** les plantes fragiles des limaces grâce à des paillages et des colliers de cendre, à renouveler après les pluies.

Notre sélection

DES TAPIS DE SOL AU PIED LEVÉ



1 Les petites feuilles rondes du **sedum blanc 'Coral Carpet'** rougissent en hiver. Il fleurit blanc aux mois de juin et de juillet.

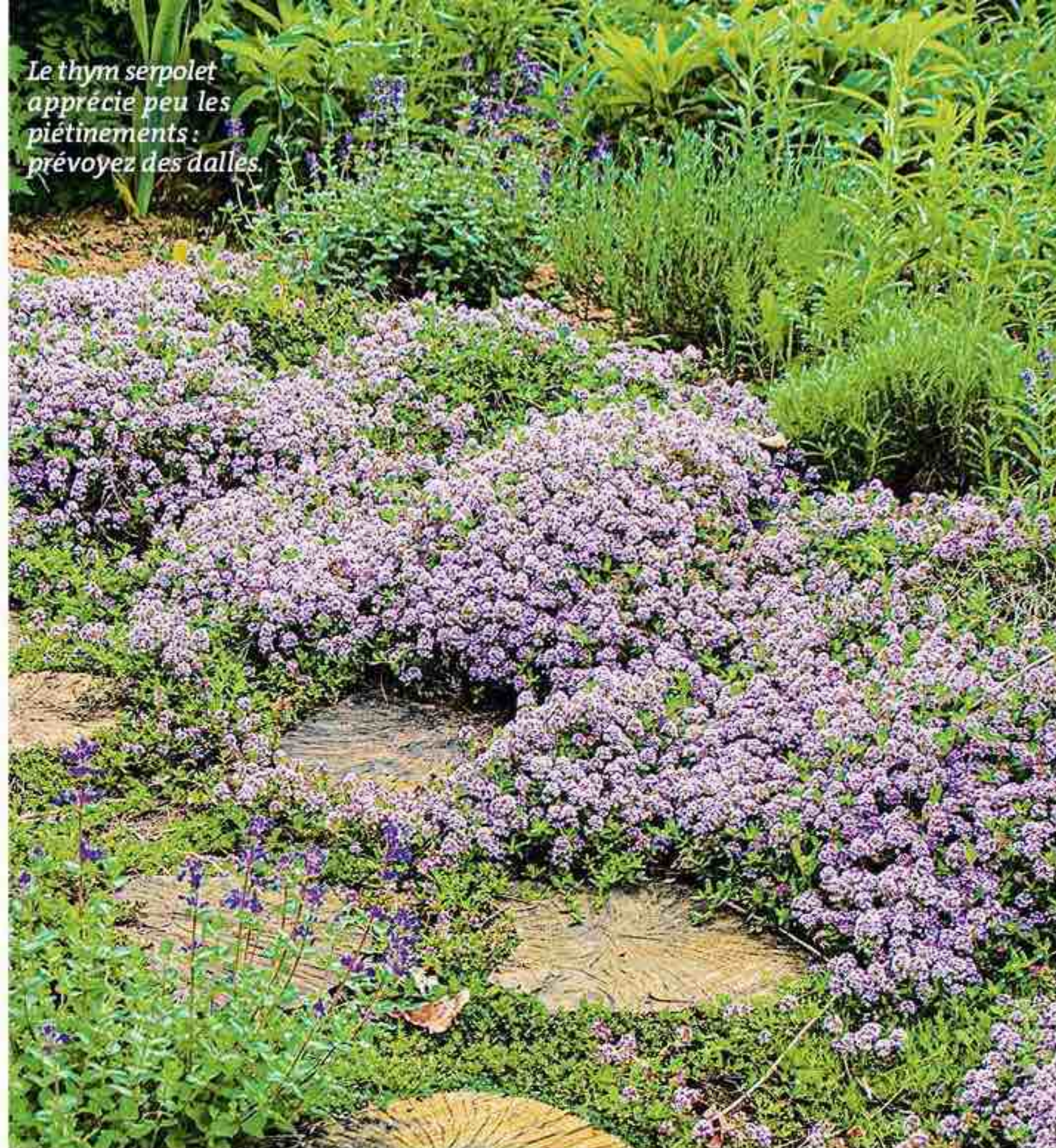


2 La **verveine nodiflore** convient en sol sec. Son feuillage est semi-persistant et ses fleurs blanc lilas éclosent en été.



3 Persistante, la **camomille romaine 'Treneague'** s'étale sans dépasser 10 cm de hauteur. Cette plante n'a pas de floraison.

Le thym serpolet apprécie peu les piétinements : prévoyez des dalles.



F. BOUQUET/ISTOCK/ARND BRONKHORST

DES VIVACES AU CHEVET DU GAZON

Un gazon plus souvent jaune que vert en été ou qui disparaît incite à trouver des solutions de remplacement plus esthétiques.

Les raisons de remplacer un gazon sont multiples : des sécheresses de plus en plus fréquentes en été, des restrictions d'arrosage, des coins difficiles où il ne pousse pas... ou simplement réduire le temps passé à tondre. Des alternatives existent grâce à des plantes vivaces qui couvrent le sol et sont adaptées aux petits jardins. **Ne vous attendez pas à obtenir une surface rase** et uniforme comme une pelouse. La plupart de ces végétaux supportent un piétinement modéré, mais pas des allées et venues toujours aux mêmes endroits ou des activités sportives. Dans les endroits au

terrain frais, à la mi-ombre, adoptez la camomille romaine 'Treneague' au feuillage parfumé ou le dichondra rampant en région douce. Si le sol est plus sec et que l'endroit est au soleil, préférez des thym (laineux, hirsute), des achillées (*A. crithmifolia*, *A. odorata*) ou encore le gazon des Mascareignes en région douce. Les plantes de chacun de ces groupes peuvent être associées.

Ces végétaux peuvent s'installer au mois de mars. Préparez l'emplacement comme pour un gazon, désherbez, affinez la terre et nivelez-la. Ouvrez des trous espacés de 20 à 40 cm en tous sens. Hydratez les

mottes avant de les mettre en place. Arrosez aussitôt et jusqu'à la reprise. Gardez le sol propre tant que les végétaux ne se rejoignent pas. Arrosez de temps en temps, au moins le premier été. Une ou deux tontes annuelles peuvent être nécessaires.

Mariez-les

Pour remplacer le gazon, associez plusieurs plantes ayant les mêmes besoins, en variant les ports, les couleurs, les floraisons, comme dans un massif. Si une plante disparaît, ses voisines combleront alors les vides.

En pratique

TEA TIME POUR LE COMPOST MÛR

Employez un compost très mûr. Il ne doit dégager aucune mauvaise odeur sans quoi ses propriétés seraient négatives pour les cultures. **Placez-le dans un vieux tissu assez serré** pour ne pas laisser fuir la matière, auquel cas il faudra à nouveau filtrer la macération, comme pour un purin végétal classique. Mettez-le à macérer dans un seau et attachez solidement le tout avec une longue ficelle pour le sortir facilement. Le thé de compost peut être employé sitôt la fin de la macération, directement en pulvérisation ou en arrosage. Il se garde trois semaines environ et s'utilise en prévention des maladies. Ses vertus fertilisantes sont préservées plus longtemps s'il est gardé à l'abri (au frais et sans soleil direct), mais son activité biologique s'appauvrit. C'est donc un extrait à préparer au fur et à mesure des besoins, souvent pour effectuer des pulvérisations, le reliquat étant employé en arrosage pour ne pas gâcher ce précieux liquide. Il peut aussi être utile au potager, en particulier pour les courges. Le reste de compost, lui, peut être placé au pied des cultures.

Débutez par un apport en arrosage au printemps.



LE THÉ DE COMPOST, REMÈDE MÉCONNU

Cet extrait est aussi fertilisant que protecteur pour tous les arbres fruitiers. Avec un peu d'expérience, profitez de ses vertus.

Le thé de compost est un extrait de compost mûr dont l'usage est né aux États-Unis. Sa fabrication est simple : une poche de 2 kg de compost très mûr est mise à macérer dans 30 l d'eau fraîche, pendant deux ou trois jours. Au bout de ce temps, l'eau a pris la couleur d'un thé très infusé. On devrait plutôt parler de café de compost ! Cet extrait est un engrais liquide stimulant la vie du sol et qui peut être apporté sans modération, ni dilution au pied des arbres. Il les

fortifiera, surtout les jeunes sujets et agira aussi au moment où les nouveaux rameaux se forment.

Mais les bienfaits du thé de compost ne s'arrêtent pas là. Dilué à 10 %, il peut être employé en pulvérisation, comme un purin, pour entraver le développement de pathogènes. Il agit par relations antagonistes et compétition : les germes que le thé de compost contient inhibent le développement d'autres germes, nocifs. L'extrait de compost ne doit pas être

appliqué moins de trois semaines avant récolte.

Il est utile de remuer souvent l'eau lors de la macération, voire d'y plonger un bulleur d'aquarium. Cette précaution empêche le développement de bactéries anaérobies, qui peuvent poser un risque pour la santé humaine chez les personnes au système immunitaire affaibli. Le thé de compost, bien préparé et employé en prévention, peut ainsi juguler efficacement les maladies des parties aériennes.

ET AUSSI...

Paillez les cassissiers, groseilliers et framboisiers et les fraisiers en godet. **Traitez** les groseilliers à maquereau contre l'oïdium. **Traitez** la taille des arbres à pépins, des citronniers et de la vigne. **Éclaircissez** les fruits momifiés qui seraient restés sur les branches. **Éclaircissez**, dans le Sud, les amandiers, abricotiers, néfliers et grenadiers. **Arrosez** les agrumes et les figuiers. **Arrosez** en cas de printemps sec.





VOTRE CALENDRIER LUNAIRE

"Au mois de mars, ne veille pas tard."

Ne jardinez pas 5 h avant et 5 h après
le nœud lunaire ascendant.

Vendredi 24 S ^{te} Cath. de S.	Samedi 25 Annonciation	Dimanche 26 S ^{te} Larissa	Lundi 27 S ^t Habib	Mardi 28 S ^t Gontran	Mercredi 29 S ^{te} Gwladys	Jeudi 30 S ^t Amédée
lever 6 h 47 coucher 19 h 08	lever 6 h 45 coucher 19 h 09	lever 7 h 43 coucher 20 h 11	lever 7 h 41 coucher 20 h 12	lever 7 h 39 coucher 20 h 14	lever 7 h 37 coucher 20 h 15	lever 7 h 35 coucher 20 h 17
lever 7 h 59 coucher 22 h 54	lever 8 h 20 -	coucher 0 h 12 lever 9 h 45	coucher 2 h 26 lever 10 h 18	coucher 3 h 33 lever 11 h	coucher 4 h 29 lever 11 h 53	coucher 5 h 13 lever 12 h 54

Ω
NŒUD LUNAIRE
ASCENDANT
●
PREMIER QUARTIER

Les heures sont données en heures légales.
Pour plus d'informations reportez-vous à *Jardinez
avec la lune 2023* par Céleste, Rustica éditions,
ainsi qu'à notre calendrier paru 20 janvier 2023.

Jours-fruits

Semer trois graines de melon
par godet. Les placer dans une
miniserre et à la lumière, à 20 ou
25 °C jusqu'à la germination.



Jours-racines

En lignes distantes de 30 à 40 cm,
semer clair des graines de panais.
Les couvrir de 1 cm de terre fine,
tasser au râteau et arroser.

Jours-fleurs

Planter les choux-fleurs semés
du 23 au 25 janvier. Les arracher
avec une motte et enterrer leur
base. Tasser fortement et arroser.



Jours-feuilles

Tous les 50 à 60 cm en tous sens,
installer les choux cabus semés
le 27 janvier. Arroser et maintenir le
sol frais jusqu'à la reprise.

JARDINER avec la lune

Le bon geste

DÉMARRER LES DAHLIAS AU CHAUD

Opérez en lune descendante
devant les constellations
de la Balance et des Gémeaux.

Les bonnes dates:

les 29 et 30 (avant 19 h 05) mars,
les 8, 9 (avant 14 h 45),
25 (après 7 h 52) et 26 avril.

Comment faire ? Pour avancer
la floraison des dahlias, faites-les
pousser à l'intérieur avant de
les planter après les dernières
gelées. Choisissez des pots
ou des caissettes assez grands
pour accueillir chaque souche.
Bouchez les trous de drainage
et versez une couche de terre
ou de terreau au fond du pot.
Les tubercules doivent être
recouverts de 3 à 5 cm de
substrat. Plongez rapidement
les dahlias dans un seau d'eau
et **déposez-les au centre du
contenant**. Couvrez de substrat
jusqu'à la base des tiges.
Arrosez et placez à la lumière,
sans soleil direct, à 18 ou 20 °C.
Arrosez ensuite à mesure de
l'apparition des pousses. Ne les
cassez pas lors de la plantation.



Posez le dahlia
à plat sur le substrat.



Menthe du Nil



**PLANTE
AROMATIQUE VIVACE**
Lamiacées

Mentha x niliaca

Hauteur : de 1 à 2 m
en fonction du terrain.

Étalement : 1,50 m.

Croissance : rapide.

Feuillage : semi-
persistant vert, de 15 cm
de longueur environ.

Floraison : bleue, fleurs
semblables à celles
du romarin en été.

Mellifère : oui.

Plantation : en avril
et mai de préférence.

Sol : drainé et frais,
humifère ou enrichi.

Rusticité : - 20 °C.

Arrosage : tout l'été
au besoin pour favoriser
la croissance.

*Cette menthe géante a reçu
le Grand Prix de Saint-Jean
de Beauregard l'année passée.*

UTILISATION Grâce à sa grande taille,
elle peut être utilisée comme une vivace
d'ornement. En effet, elle arbore des
tiges épaisses comme un doigt,
capables de grimper jusqu'à 2 m et des
feuilles grandes comme la main. Il lui
faut un terrain frais pour rester attractive
en été. Si le climat est doux, elle reste
verte en hiver. Cette plante à l'odeur
camphrée s'utilise en infusion.

PLANTATION Ameublissez le sol et
réalisez un apport de terreau dans le
trou de plantation. Enfin, créez une
cuvette d'arrosage.

ENTRETIEN Coupez-la au ras du sol
en fin d'hiver. Gardez le sol frais en été.

MULTIPLICATION Bouturage, prélè-
vement de racine ou division de souche.

Secret de jardinier

**Les menthes préférant une terre
lourde, n'allégez pas le sol pour que
la plante étende ses rhizomes.**



Échinacée 'Sunseekers Red'



**PLANTE VIVACE
À FLORAISON ESTIVALE**
Astéracées

Echinacea purpurea

Hauteur : 50 à 60 cm.

Étalement : 40 cm.

Croissance : implantation
lente.

Feuillage : caduc vert
foncé, dense.

Floraison : grosse fleur
de type marguerite rouge
vif, au cœur en pompon,
de mai à octobre.

Mellifère : attire abeilles
et papillons.

Semis : de mai à juillet.

Plantation :
au printemps ou en
début d'automne.

Sol : tous drainés.

Rusticité : - 20 °C.

Arrosage :
lors de la reprise et si la
sécheresse sévit.

*Cette vivace nous gratifie
d'une floraison estivale
ininterrompue, rouge vif.*

UTILISATION Elle illumine massifs et
bordures. Mais attention au voisinage,
car elle supporte mal la concurrence!
Elle réussit très bien en pot. Cette plante
mellifère et médicinale est également
appréciée en bouquet.

SEMIS/PLANTATION Les semis s'ef-
fectuent au printemps en caissette, les
plants sont installés en automne. Réalisez
un trou de plantation de 30 cm en tous
sens. Enrichissez le sol avec du compost.

ENTRETIEN Arrosez lors des sèche-
resses pour favoriser une floraison
soutenue de cette échinacée. Laissez
les dernières fleurs d'automne pour le
décor d'hiver et les pollinisateurs.

MULTIPLICATION La division de ses
touffes régénère la plante.

Secret de jardinier

**Taillez les premières fleurs fanées
pour provoquer des ramifications et
obtenir une floraison plus longue.**



PLANTES BIEN ÉLEVÉES ET SECOURABLES

Les raisons de recourir aux espèces grimpantes ne sont pas qu'esthétiques : vêtue de vert, la maison est en effet mieux protégée du soleil estival. Sachez associer vivant et bâti car, selon sa nature et son orientation, un mur convient mieux à certaines plantes. 🌸 ANNIE LAGUEYRIE

Une maison
embellie et plus
fraîche en été.



En colonisant le moindre muret à sa portée, le lierre a sans doute inspiré le jardinier avant que, dans les monastères, on apprenne à utiliser les murs réchauffés pour cultiver la vigne. Puis ce furent les poires, pêches, pommes et roses : exposées au soleil et à l'abri du mauvais temps, les plantes pouvaient profiter d'un microclimat favorable à leur épanouissement. Installées sur des espaliers, des treillages, elles avaient fière allure, bien conduites dans les règles du style à la française. Le procédé a aussi des côtés pratiques, car l'accès aux fleurs et aux fruits est facilité, pour autant qu'on ne les laisse pas monter trop haut... Dans les jardins de tailles modestes, tous les supports verticaux offrent un gain de place pour ajouter des plantes : de la façade de la maison au pignon de l'abri de jardin, en passant par toutes les clôtures, vous disposez d'un grand choix de végétaux pour vous aider à atteindre vos objectifs. Il faut juste bien les définir.

Climatisation

L'actuel changement climatique devrait-il nous faire hésiter à exposer aux rayons toujours plus brûlants du soleil des végétaux palissés sur des murs exposés au sud ? Les canicules ont montré que nos constructions en pierres ou en béton, accumulant la chaleur du jour, tardaient à la restituer le soir venu, à une heure où l'on espère enfin un peu de répit... Ne nous privons donc pas de ces végétaux climatiseurs. Avant, on réchauffait les plantes contre les murs. À présent, nous comptons sur elles pour nous rafraîchir...



Des lianes créatrices de fraîcheur

Hauteurs proportionnées

De nombreuses grimpantes poussent avec vigueur. Ne négligez pas le travail de taille qui peut s'ensuivre, les quantités de déchets qui vont tomber, la nécessité de protéger ce qui est en dessous, la difficulté de travailler en hauteur ou de manier un écheloir, si vous le préférez au maniement d'une échelle... Le choix du végétal est donc déterminant : si sa vigueur est en rapport avec la surface qu'il doit couvrir et le type de bâtiment, vous n'aurez que peu de tailles. Entre un rosier classique de 2,50 m de hauteur et un autre de type liane qui peut atteindre 10 m, on imagine la différence. Avec une glycine ou une vigne vierge, il n'est pas question de se relâcher : c'est chaque année qu'il faut les raccourcir avant qu'elles ne se faufilent sous les tuiles du toit. Sinon, choisissez de les laisser libres d'envahir un garage en béton ou bien un abri de jardin.



Élévation avec ou sans support

Les plantes grimpantes sont, pour beaucoup, forestières, disposées par l'évolution à l'escalade des arbres pour aller chercher de la lumière au moyen de leurs tiges volubiles (chèvrefeuille, clématite), vrilles (vigne) ou épines (rosier). Pour en habiller un mur, il faut, la



une base pour le surmonter d'un support (photo 2) et augmenter ainsi la hauteur d'un écran brise-vue. Grâce à leurs crampons (photo 3) ou ventouses, les lierres, bignonnes, hydrangéas grimpants et vignes vierges "à trois pointes" (*Parthenocissus tricuspidata*), se fixent aux murs, d'autant mieux s'ils sont rugueux.



Mur végétalisé

Arrivé à la belle saison, ce kiwi d'ornement (*Actinidia kolomikta*) se couvre de feuilles aux pointes roses assorties, ici, aux fleurettes d'une clématite. L'ensemble forme un habillage dense et rafraîchissant. L'effet n'est pas seulement visuel, mais bien réel, et se produit avec toutes les plantes. Durant la journée, quand le feuillage absorbe du gaz carbonique, il libère de l'eau par évaporation ce qui rafraîchit l'air. On peut ressentir cette fraîcheur comme on en fait l'expérience en forêt. De plus, le mur étant bien abrité du soleil par la végétation, il n'absorbe pas la chaleur du jour et ne la réverbère pas, non plus, la nuit. La température baisse donc plus vite le soir. Le mur végétalisé agit comme un climatiseur : l'érable du Japon planté en pot juste devant en profite pleinement.



Passage guidé

Tout aussi important que la taille, le palissage permet de diriger les rameaux, en répartissant, tout d'abord, de manière régulière, les branches principales sur le support.

Attachez-les avec des liens souples. Ensuite, en été, faites de même avec les branches secondaires au fur et à mesure de leur croissance, parfois très rapide, de 2 à 5 m/an pour la vigne de Coignet par exemple (photo 1). Maintenez-les bien à l'écart des ouvertures et, à ces endroits, taillez l'excédent. Pour une floraison abondante, par exemple des rosiers, **courbez les tiges principales, voire jusqu'à l'horizontale** (photo 2), afin de ralentir le flot de sève. De nombreux rameaux florifères naissent dans les zones inclinées, alors qu'un rameau vertical ne fleurira surtout qu'à son extrémité.



Pas si sages, la vigne de Coignet (ci-dessus) ou le rosier grimpant 'Vendée Globe' (ci-contre)... il faut les palisser !



Aspirateurs

Habiller un mur de plantes change son apparence, fait oublier un matériau ordinaire, monotone, son effet de bloc, parfois triste ou étouffant, parfois aussi sert de "cache-misère"... Il contribue toujours à créer une ambiance apaisante et intime. Il absorbe aussi une partie du bruit et des poussières en ville.

Installation d'une vigne vierge



Ouvrez un trou deux ou trois fois plus grand que la motte. Réservez la terre la plus sombre, ajoutez du terreau de plantation, mélangez et faites-en une légère butte au fond du trou. **Posez-y la motte de la vigne** (photo 1) sans la défaire ni ôter les tuteurs et ajustez sa surface au niveau du sol. Pour en

reboucher le trou, **ajoutez du compost** au mélange de terre précédent (photo 2). Le compost améliore aussi bien les sols trop sableux que lourds et argileux ou parfois médiocres et très secs au pied d'un mur. Il est surtout important que le terrain soit perméable. **Tassez la terre** (photo 3) d'un pied léger ! Arrosez autour de la

motte plutôt que directement sur les tiges puis couvrez le sol d'un paillis de feuilles, de tonte de pelouse, d'écorces... Dirigez doucement les tuteurs vers le mur. Disposez-les en éventail s'il y en a plusieurs et attachez-les au support. La plupart en ont besoin mais pas les différentes variétés de *Parthenocissus tricuspidata*.



Un revêtement actuel (béton brut ou enduit) en bon état n'a pas à redouter l'accrochage d'une plante munie de crampons comme ceux de la bignone, du lierre et de certaines vignes vierges. Si l'enduit est friable ou fissuré, fixez un support dans les parties saines, et choisissez des plantes à palisser ou qui ont des vrilles (comme la vigne, ci-dessus).



E. BRENCHE/RUSTICA POTAGER RIGAUD

Vigne murale

La vigne était déjà cultivée sur les murs par les moines au Moyen Âge afin de bien ensoleiller les grappes de raisin et d'obtenir un grain mûr, sucré, et du bon vin plutôt qu'une piquette acide... La chaleur accumulée par les pierres permet aussi d'avancer la récolte de variétés tardives.



E. BRENCHE/RUSTICA POTAGER DE LA BORDE

Palissée en cordons horizontaux, la vigne se prête aux formes les plus savantes de conduite d'arbustes fruitiers que l'on peut imbriquer afin de recouvrir de grandes surfaces de murs. Les branches sont guidées sur de simples fils de fer tendus entre des pitons. Si le mur est surmonté d'un toit, veillez à l'équiper de gouttières car la vigne redoute l'excès d'eau.

Des fruits, par-dessus le marché



E. BRENCHE/RUSTICA JARDIN BRESAN

Une remise à la fois mur végétal et verger vertical.

Duo d'alpinistes hors pair

Les plantes grimpantes gagnent à être associées, comme ici l'**actinidia** et la **passiflore**. Volubile et vigoureuse (jusqu'à 10 m), celle-ci couvre vite une grande surface. L'actinidia peut alors profiter de la chaleur accumulée par le mur mais tempérée par la masse végétale de la passiflore. En hiver, il est caduc alors que la passiflore garde mieux ses feuilles. Pour une production de kiwis, il faut choisir une variété autofertile ou associer mâles et femelles. *Passiflora incarnata* supporte -15 °C, donne de belles fleurs et des fruits que l'on peut manger, à condition de planter deux pieds. Portant les vrais fruits de la passion, *Passiflora edulis* est, hélas, des plus frileuses.

Expositions & régions

Un mur reçoit plus ou moins de chaleur selon son **orientation par rapport au soleil**, mais les différences sont notables en fonction des régions. Dans la moitié nord de la France, si un mur au sud permet, par exemple, d'abriter l'actinidia en cas de gelées printanières, il est beaucoup trop chaud dans le Sud. En cas de canicule, les grandes feuilles se dessèchent et brûlent. Mieux vaut choisir une exposition à l'ouest et réserver le plein soleil aux plantes les plus résistantes à la chaleur comme la vigne ou le grenadier. Par ailleurs, les murs en pierres ont tendance à **absorber l'humidité**, asséchant le sol à leur pied, ce qui accentue encore l'effet



F. MARRE/RUSTICA

de la chaleur. En revanche, dans une région humide au terrain argileux, le bâti constitue un avantage pour toutes les plantes grimpantes, lesquelles doivent être préservées des excès d'humidité.



F. MARRE/RUSTICA

Tressage à la française

Si vous entrelacez les tiges d'une liane volubile comme la passiflore **entre les mailles d'un treillis**, cela vous dispense de les attacher. Les mailles doivent être assez larges pour y passer les doigts, mais pas trop, sinon les rameaux s'en échapperaient. Quand les tiges dépassent du support, ne pouvant courir plus loin, elles retombent. En les taillant tout autour, on obtient une forme nette et géométrique qui se détache sur le mur. En hiver, les feuilles tombent et le treillis est au jour : c'est lui qui fait alors le décor.

Figuiers en palmette

Il ne craint pas la chaleur et l'abri d'un mur exposé au sud lui épargne les gelées printanières. Alors qu'un figuier bien installé peut survivre jusqu'à -16°C , les plus petites figues-fleurs des variétés bifères (deux récoltes dans l'année) sont détruites dès -1°C . Plantez de préférence un figuier de vigueur modérée, comme 'Pastilière' ou 'Brunswick', à 30 cm du mur dans un sol meuble, bien drainé, enrichi en compost. Sur le mur, installez des fils ou un treillis et choisissez un jeune plant à 2 ou 3 branches non ramifiées. Quand les rameaux sont jeunes, ils sont encore souples : attachez-les sur le support avec des liens larges afin de ne pas blesser l'écorce. La forme



qui convient le mieux est celle de **l'éventail libre ou palmette à la diable**. Dirigez autant de branches à droite et à gauche et, la deuxième année, taillez-les de moitié. Palissez les nouvelles branches toujours en éventail.



Mur à pêches

Spécialité de la ville de Montreuil (93) ou, comme ci-dessus en photo, du potager de Saint-Jean de Beauregard (91), cette technique consiste à palisser les pêchers sur des murs pour abriter les fleurs des gelées printanières, y compris au moyen de rideaux tirés le soir devant eux. Le support est fait de **lattes en bois assez serrées** pour pouvoir attacher les branches partout, "à la diable". Il s'agit d'accompagner la croissance vigoureuse des pêchers sans les contraindre à une forme régulière telle que la palmette en U (plus adaptée aux poiriers et pommiers).



Poire délicate

Si le poirier a besoin de soleil, sa culture traditionnelle (guidé le long des murs) devient délicate dans le Sud. Même au Nord, le changement climatique conduit à une trop forte insolation, cause de brûlures. À 40 ou 50°C en plein soleil, les fruits ne résistent pas.

Installez, guidez et taillez l'actinidia



Réservez-lui un terrain de qualité : perméable, souple et ameubli sur au minimum 1 m^2 et 40 cm de profondeur. Mélangez à la terre du terreau de plantation et un engrais organique pour arbres fruitiers. **Écartez le plant de 30 cm du mur au moins** (photo 1). Une exposition au sud convient dans les régions fraîches. En climat



plus chaud, préférez l'ouest. Placez la motte au ras du sol et montez autour un cordon de terre afin de **former une profonde cuvette d'arrosage** (photo 2). Arrosez tous les 8 à 10 jours s'il ne pleut pas et paillez autour du pied. Avec ses très grandes feuilles, l'actinidia supporte mal la sécheresse. Dans de bonnes conditions,



il pousse très vite ! Il faut installer un support très solide. Guidez la tige principale sur un piquet ou un **gros fer à béton** (photo 3). Palissez ensuite à l'horizontale deux ramifications (droite et gauche) à 1 m du sol, puis tous les 50 cm, jusqu'à 2 m au maximum, soit sur trois étages. Prévoyez une taille chaque hiver et, au moins, deux en été.



Groseille haute

Réservez des murs pas trop chauds (offrant une situation de mi-ombre) au groseillier à grappes, arbuste qui peut fructifier même au nord. Éliminez toutes les branches qui s'éloignent du mur et maintenez les autres simplement entre deux fils tendus l'un près de l'autre, mais pas trop près du mur, afin de laisser circuler l'air entre les feuilles.



SAP PHOTOS

Cobée envolée

C'est une solution efficace s'il faut cacher un mur disgracieux en été car la cobée pousse très vite, de 3 à 6 m dans la saison, à condition d'attendre que les gelées soient passées pour l'installer en pleine terre. Espacez plusieurs plants de 80 à 100 cm environ selon la largeur du support à végétaliser.



REDA & CO/ALAMY/PHOTOL2

Offrez un support à la cobée qui grimpe à l'aide de vrilles sur de simples fils. Laissez de la place à l'arrière de la structure car elle produit une épaisse végétation. Au soleil ou à la mi-ombre, dans une bonne terre de jardin, ses belles et larges clochettes vont se succéder de juillet jusqu'aux gelées, passant du vert au violet. Paillez le sol et arrosez par temps sec.

Des parements naturels et chics



J.-M. GROUT/BIOSPHOTO

Pois de senteur 'Cupani'

Pois de senteur en apesanteur

Faites disparaître des murs et des palissades jusqu'à 2 m de hauteur ! C'est le moment idéal pour semer des pois de senteur à leur pied. Préférant la fraîcheur au grand soleil, ils fleurissent mieux à la mi-ombre, à l'est ou à l'ouest en climat frais. Si le sol est très argileux, ajoutez du sable et du terreau, mélangez bien. Semez 5 ou 6 graines tous les 25 cm dans de larges trous, peu profonds dont vous aurez arrosé le fond. Les pois s'accrochent seuls à des fils ou un grillage mais vous pouvez les diriger. Cueillez souvent les fleurs pour faire des bouquets et stimuler la formation de nouveaux boutons au lieu de graines. Faites ainsi durer la floraison jusqu'aux fortes chaleurs.

Houblon pour les yeux

Bien qu'il soit vivace, *Humulus lupulus* 'Aureus' possède une partie aérienne qui se dessèche totalement en hiver. Au printemps, de nouvelles pousses de houblon doré sortent du sol, toujours plus nombreuses. Au fil des ans, contrôlez-les. Doré, puis vert clair en été, il se développe avec vigueur et de façon dense jusqu'à 3 ou 5 m de hauteur, parfait pour apporter clarté et fraîcheur sur un mur à la mi-ombre ou même à l'ombre. Il constitue ainsi un fond idéal pour des



F. MARRE/JUSTICA/GLOBE PLANTER

hydrangéas. Au soleil, son feuillage risquerait de brûler. Ses tiges volubiles s'accrochent en s'enroulant autour de fils ou d'un treillage. Il se montre d'autant plus luxuriant en terre riche, profonde, même argileuse où il peut implanter fortement sa grosse racine charnue pour rester au frais en été. Les plants mâles et femelles produisent des inflorescences distinctes, parties utilisées pour parfumer la bière.



SHUTTERSTOCK

Concombres accélérés

L'abri d'un mur ensoleillé vous permet d'installer un peu plus tôt, en mai, voire dès avril, des concombres et, pourquoi pas, des cornichons, pour récolter des fruits rapidement. Selon les variétés, l'accrochage à l'aide de vrilles est plus ou moins efficace et il vous faudra peut-être en attacher certains pour les faire grimper sur des fils ou un grillage. Ainsi suspendus, les fruits s'allongent, poussent bien droits et sont faciles à récolter. Apportez du compost, ensuite couvrez d'un paillis pour conserver le terrain frais.



NOVA PHOTO GRAPHIC/SHUTTERSTOCK

Ipomoea purpurea.

Volubilis en rideau

Ils ne sont jamais aussi beaux que lorsqu'ils retombent en guirlandes. Sur une façade très ensoleillée, c'est un bon moyen d'habiller une étroite pergola pour apporter de l'ombre tout l'été devant une fenêtre ou une baie vitrée, surtout si elle ouvre sur un vis-à-vis. Semez des graines d'ipomée en place à partir de mai ou **élevez des plantes en godets en mars ou avril à l'abri du froid**. Faites tremper les graines durant une nuit avant le semis. Les différents coloris (bleu, rose, pourpre) vont bien ensemble. Plantez-les au pied de la pergola en sol ordinaire, juste bien ameubli et dirigez-les sur des fils, d'abord vers le haut, puis à l'horizontale. Pincez l'extrémité des tiges et laissez retomber les ramifications.



2. GRANIT/ALAMY/PHOTOL2

Allez chouchou

La chayotte s'échappe aisément de son support car ses vrilles sont très accrocheuses et d'une vigueur qui surprend, les tiges poussant de plusieurs mètres de mai aux gelées ! Offrez-lui, comme ici, un pignon au soleil, afin de hâter la maturité de ses fruits tropicaux (chouchous).



E. BRENCHEL/PIRUSTICA/JARDINS DE CATHY BABAU

Cucurbitacées en cascade

Les murs de soutènement, comme ici dans ce potager en terrasses, peuvent être habillés de haut en bas avec des plantes installées au sommet. C'est autant de surface gagnée pour **accueillir des légumes, comme les courges**, dont les tiges courent sur plus de 2 m (courge 'Butternut', melon, potimarron) qui demandent de la chaleur et sont assez solides pour supporter les lourds fruits suspendus.



Courges retombant sur le mur.

E. BRENCHEL/PIRUSTICA/JARDINS DE L'ABBAYE DE VALSAINTES

Aristolochie géante

Elle surprend par ses fleurs en forme de pavillon, mesurant de 20 à 30 cm de diamètre, qui se forment sur des plantes âgées de 3 ans au moins. Vous pouvez installer l'aristolochie dehors, **à partir de mai ou juin, dans un grand pot (de 6 à 10 l)** au pied d'un treillage près d'un mur chaud, sans l'exposer au soleil du zénith. Laissez-la grimper et fleurir : exotisme garanti ! Avec les premiers froids, taillez court et rentrez le pot à l'abri du gel.



F. MARRE/PIRUSTICA



M. RAUCH/VEIDSPHOTO

Panneaux sonores

Comme les fleurs de pois, celles de **la gesse (pois carré)** sont mellifères. N'hésitez pas à en semer parmi vos grimpantes. L'effet de masse des floraisons a le don d'attirer les pollinisateurs et d'ajouter du son à vos compositions.

La récolte peut débuter dans le courant du mois d'août. À l'abri au pied d'un mur, un plant de chayotte peut vivre durant plusieurs années et produire des dizaines de kilos ! Pour conserver les fruits plusieurs semaines, cueillez-les quand la peau commence à durcir et gardez-les bien au sec, au frais, dans le noir sinon ils s'ouvrent, germent et se mettent à pousser.

Comptez environ 125 € pour ces plantes



ÉCRIN DE VERDURE pour un deutzia royal

Le roi deutzia domine en majesté sa cour d'hostas, digitales, sedums et thyms. Ses fleurs d'un coloris blanc pur émergent de la guirlande de feuillage qui décore son pied en beauté. 🌸 THÉRÈSE TRÉDOULAT

Achat

Vous trouverez le deutzia commercialisé en pot de 3 à 5 l et les plantes vivaces vendues en godets dans les jardinerie, chez les horticulteurs et les pépiniéristes. Observez le dessous des contenants et vérifiez que les racines ne sortent pas par les trous de drainage, ce qui est le signe d'un séjour trop long dans le même pot.

Préparation

Ce massif est implanté à l'angle de deux passages dans un petit jardin. Il peut aussi former l'arrondi d'un grand massif. Le devant est orienté au nord ou à l'est car les hostas préfèrent la

mi-ombre. Ameublissez la terre sans la retourner et enrichissez-la avec du compost bien décomposé, sauf à l'emplacement des thym et des sedums.

Plantation

Plongez les contenants dans une baignoire d'eau jusqu'à la disparition des bulles d'air en surface. Les mottes souvent sèches s'hydrateront en profondeur. Laissez-les s'égoutter. Ouvrez de grands trous, plus larges et profonds que les pots, pour le deutzia et les digitales et arrondissez la cavité, sur le côté extérieur de la scène, pour les hostas, dont les racines pourront s'étendre facilement dans une terre meuble.

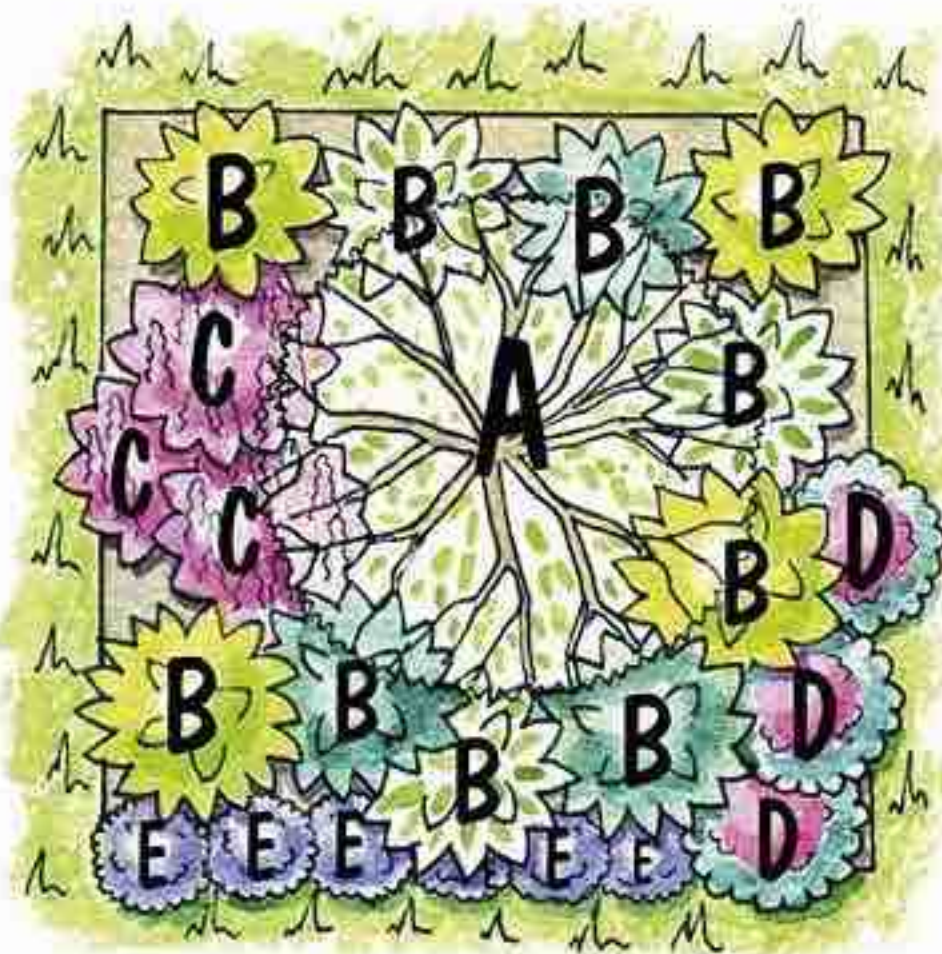
Réalisation

Déposez ces plantes et mettez-les en place, le haut des mottes devant se situer 1 à 2 cm sous le niveau du sol. Pour cela, rebouchez les trous avec une partie de la terre en ajustant selon la hauteur des mottes. Comblez les vides et tassez à la main. Plantez de la même manière les thym et les sedums sur le devant. Ménagez des cuvettes de terre autour des plantes et arrosez. Ajoutez un peu de terre si quelques mottes deviennent visibles.

Entretien

Protégez les hostas des limaces dès maintenant, même si leurs feuilles ne sont pas complètement déroulées (voir encadré page suivante). Par temps sec, au cours des deux premiers étés, arrosez le deutzia et les hostas une ou deux fois par semaine. Taillez les fleurs fanées des vivaces, sauf celles des digitales pour qu'elles se ressèment. À partir de l'an prochain, vous récolterez le thym pour la cuisine. Coupez l'extrémité de ses rameaux, mais pas trop bas sur le bois ancien car de nouvelles pousses ne se formeraient pas.

Schéma de plantation



- A. Deutzia magnifique (*D. magnifica*)
- B. Hosta 'Wide Brim' (*Hosta*)
- C. Digitale pourpre (*Digitalis purpurea*)
- D. Sedum 'Iceberg' (*Hylotelephium spectabile*)
- E. Thym officinal (*Thymus officinalis*)

L. 1,50 x l. 1,20 m

Les plantes qu'il vous faut



A. DEUTZIA MAGNIFIQUE

Deutzia magnifica

De croissance rapide, cet arbuste fleurit en mai et juin en bouquets de fleurs blanches doubles. Il atteint 2,50 m de hauteur et 2 m d'étalement.



B. HOSTA 'WIDE BRIM'

Hosta

Les feuilles cordiformes de l'hosta 'Wide Brim', de 60 cm de hauteur, s'éclairent d'une bordure jaune, puis crème. Les fleurs sont mauves.



C. DIGITALE POURPRE

Digitalis purpurea

À partir de juin, des hampes florales portent des fleurs pourpres aux gorges mouchetées. Laissez se ressemer cette plante bisannuelle.



D. SEDUM 'ICEBERG'

Hylotelephium spectabile

Très décoratif depuis le printemps, le feuillage charnu de ce sedum est rehaussé par des inflorescences blanches en août et septembre.



E. THYM OFFICINAL

Thymus officinalis

Aromatiques, ses petites feuilles d'un ton gris-vert s'utilisent en cuisine. Plante vivace, ce thym forme une bordure persistante durant l'hiver.

Plus touffu

Taillez le deutzia juste après sa floraison car les fleurs du printemps suivant se forment sur les rameaux de l'année. Avec un sécateur, aérez le centre de l'arbuste en éliminant les branches les plus âgées: coupez au-dessus d'une ramification plus jeune, orientée vers l'extérieur. Retirez les tiges qui se croisent et le bois mort. Gardez toute la longueur des branches du tour, qui produiront beaucoup de fleurs.



BIÈRE À VOLONTÉ POUR LES LIMACES

Les limaces adorent les pousses d'hostas, parfois même quand elles sont à fleur de terre – les feuillages épais sont toutefois moins appétissants. Attirez ces indésirables dans un piège. Enterrez un pot non percé à proximité des plantes. Ouvrez un trou (photo) un peu plus grand que le contenant, dont le haut devra

se trouver au niveau du sol. Placez le pot dans la cavité et versez-y de la bière. Pour qu'elle ne soit pas diluée par les pluies, piquez autour du pot trois tuteurs plus hauts que celui-ci et retournez par-dessus une soucoupe plus large. Les limaces se glisseront dans l'interstice, tomberont au fond et ne pourront pas remonter.

PRÉPAREZ VOTRE POTAGER AVEC RUSTICA



38% DE RÉDUCTION

**ABONNEZ-VOUS
SANS ENGAGEMENT**

7,49 € PAR MOIS
au lieu de 12,16 €* en kiosque

Recevez chaque semaine **Rustica** le magazine
n°1 du jardinage au naturel

BULLETIN D'ABONNEMENT

Complétez le bulletin ci-dessous et retournez-le accompagné
de votre règlement dans une enveloppe SANS L'AFFRANCHIR à :

Rustica - Libre réponse 23102 - 60647 Chantilly Cedex

+ SIMPLE + RAPIDE

Par internet sur abo.rustica.fr/ABORU2778

0 806 000 465 Service gratuit * prix appel indiquez le code **PRU2778T**

Oui, je m'abonne à Rustica

☐ **OFFRE SANS ENGAGEMENT - 7,49 € / MOIS**
au lieu de 12,16 €* en kiosque soit 38% de réduction.
Je recevrai Rustica chaque semaine en versions
papier et numérique + 1 carnet pratique par mois

- Je m'abonne sur abo.rustica.fr/ABORU2778
- Ou je remplis le mandat de prélèvement ci contre
et je joins mon RIB

☐ **OFFRE 1 AN - 89,90 €**
au lieu de 146 €* en kiosque soit 38% de réduction.
50 numéros dont 2 doubles + 14 carnets pratiques
(versions papier et numérique)

- Je règle par **chèque bancaire** à l'ordre de Rustica
- Ou par **carte bancaire / PayPal** sur le site internet
abo.rustica.fr/ABORU2778
(4x sans frais possible avec **PayPal**)

VOS AVANTAGES ABONNÉS

Version
numérique incluse

Accès illimité aux
anciens numéros
numériques sur 3 ans

Gestion de votre
abonnement en ligne
à tout moment

Frais de port offerts en
France métropolitaine

Mes coordonnées : ☐ M ☐ Mme

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe : Mobile :

POUR ACCÉDER À LA VERSION NUMÉRIQUE INCLUSE DANS VOTRE ABONNEMENT, renseignez votre e-mail ci-dessous :

E-mail :

☐ Je souhaite recevoir les newsletters du site Rustica.fr et les meilleures offres du moment.

☐ Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans des partenaires de Rustica.

MANDAT DE PRÉLÈVEMENT À REMPLIR ET RIB À JOINDRE POUR L'OFFRE SANS ENGAGEMENT A 7,49€ / MOIS.

En signant ce formulaire de mandat, j'autorise Rustica à envoyer des instructions à ma banque pour débiter mon compte, et ma banque à débiter mon compte conformément aux instructions de Rustica. Mon premier prélèvement sera effectué dès la mise en place de mon abonnement. Je bénéficie du droit d'être remboursé par ma banque selon les conditions décrites dans la convention que j'ai passée avec elle. Toute demande de remboursement doit être présentée dans les 8 semaines suivant la date de débit de mon compte pour un prélèvement autorisé, sans tarder et au plus tard dans les 13 mois en cas de prélèvement non autorisé. Mes droits concernant le présent mandat sont expliqués dans un document que je peux obtenir auprès de ma banque.

1. TITULAIRE DU COMPTE

Indiquez ici les nom, prénom et adresse correspondant exactement à l'intitulé du compte à débiter :

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

2. LES COORDONNÉES DE MON COMPTE

Je recopie mon RIB

IBAN : Numéro d'identification international du compte bancaire

BIC : Code International de Banque

Paiement : récurrent

ORGANISME CRÉANCIER : RUSTICA SERVICE ABONNEMENTS
B200 - 60643 CHANTILLY CEDEX

DATE ET LIEU OBLIGATOIRES :

A :

le :

SIGNATURE OBLIGATOIRE :

Identifiant Créancier Seps : FR41RUS412977

Référence Unique de Mandat (ne pas remplir)

Offres valables jusqu'au 31/12/2023 pour les nouveaux abonnés en France métropolitaine. *12,16€ x 12 = 146€ = prix de vente au numéro. Le prix de l'abonnement par prélèvement bancaire mensuel est susceptible d'augmenter à date anniversaire. Vous en serez informé préalablement par écrit. Conformément aux dispositions légales et réglementaires en matière de données personnelles, les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par RUSTICA pour la mise en place et le suivi de l'abonnement souscrit ainsi que pour l'envoi des courriers ou e-mails de réabonnement. Elles sont destinées à être utilisées par RUSTICA et les prestataires techniques de RUSTICA afin de permettre la bonne réception du magazine et d'assurer le service client. Ces données peuvent être transmises à des tiers pour de la prospection commerciale par voie postale. Vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en adressant un courrier à RUSTICA - Service Abonnements - B200 - 60 643 Chantilly cedex. L'ensemble des informations relatives au traitement des données personnelles que nous effectuons se trouve dans notre Charte pour la Protection des Données Personnelles accessible sur le site www.rustica.fr/chartepdp



1



LES DAHLIAS ont le pompon

Très graphiques, les fleurs des dahlias pompons se distinguent par leur beauté, mais aussi par leur floribondité et leur facilité de culture. 🌸 THÉRÈSE TRÉDOULAT

De forme régulière, aux pétales en nid d'abeille, les fleurs des dahlias pompons font beaucoup d'effet dans les massifs, mais aussi dans les bouquets. Les variétés présentées possèdent de longues et solides tiges appréciées pour ces utilisations. On distingue les dahlias "balles" de ceux dits "pompons", les fleurs de ces derniers étant un peu plus petites. Leur aspect, toutefois, est identique. Si la période d'achat des tubercules se situe en février

et mars, la plantation s'effectue après les fortes gelées, de la mi-avril à la fin mai, selon les régions. Conservez-les en attendant dans un local aéré et sombre ou, mieux, faites-les démarrer au chaud. Vous avancerez de quelques semaines la floraison (de juillet aux gelées).

Tubercules originels

Remplissez des pots ou des caisses de terre ou de terreau jusqu'à mi-hauteur. Étalez les faisceaux de tubercules et couvrez-les. Placez à la lumière à 18°C et arrosez. Identifiez les variétés. Pour les plus hautes, préférez une place ensoleillée, à l'abri du vent. Ouvrez de larges trous, assez profonds pour couvrir les racines de 5 à 10 cm de terre. Enrichissez le fond avec du compost mûr et de la corne broyée. Pour stimuler la floraison, apportez de l'engrais et ôtez les fleurs fanées. Arrachez-les aux premiers gels. Stockez-les à l'abri jusqu'à l'an prochain.

1. Boules idéales

Très régulières, les nombreuses fleurs d'un ton rose à mauve de 'Franz Kafka' sont portées par un pied bien ramifié.

2. Tiges solides

Orange vif, le dahlia 'Sylvia' illumine les massifs ou les bouquets pendant tout l'été.



F. MAHRE / RUSTICA / BULBES ERNEST JURE



A. KUBACKI / BID SPHOTO

En vase ou au jardin, ces fleurs joyeuses durent longtemps.

3. Pétales serrés

D'un violet profond, les fleurs de la variété 'Othello' contrasteront avec d'autres dahlias de teintes plus claires.

4. Alvéoles teintées

Sur de longues tiges, 'Genova' affiche des tons pastel rose clair aux bords des pétales artistement pourprés.

5. Cœur lumineux!

Blanc à cœur jaune clair, 'Orage blanc' s'accorde avec toutes les autres couleurs.

6. Effet velouté

Vigoureux et bien ramifié, 'Cornel' émet de nombreuses tiges se terminant par des fleurs d'un rouge très intense.

7. Soleil en fleur

De forme parfaite avec des pétales en nid d'abeilles tout jaune, 'Okapi' se dresse fièrement dans les massifs.

8. Palette pastel

Les tendres pétales extérieurs du délicat dahlia 'Éclaireur' entourent son cœur crème.



F. MAHRE / RUSTICA





F. MARRE/RUSTICA/BULBES ERNEST TURC



8



F. MARRE/RUSTICA/BULBES ERNEST TURC



COMMENT LES CULTIVER

1. 'FRANZ KAFKA' soleil drainé, riche régulier

Distance de plantation: 60 cm. **Hauteur:** de 70 à 80 cm. **Diamètre de la fleur:** 5 cm. **Soins:** apportez un engrais pour fleurs une ou deux fois par mois. **Notre conseil:** protégez les jeunes pousses des limaces dès la plantation.

2. 'SYLVIA' soleil drainé, riche surtout après la plantation

Distance de plantation: 80 cm. **Hauteur:** de 100 à 110 cm. **Diamètre de la fleur:** 8 cm. **Soins:** coupez régulièrement au sécateur les fleurs fanées. **Notre conseil:** ses longues tiges en font une parfaite fleur à bouquets.

3. 'OTHELLO' soleil profond, riche par temps sec

Distance de plantation: de 70 à 80 cm. **Hauteur:** 100 cm. **Diamètre de la fleur:** 8 cm. **Soins:** au mois de juillet, paillez le sol pour maintenir sa fraîcheur. **Notre conseil:** si besoin, divisez-les en éclats munis de 1 ou 2 bourgeons.

4. 'GENOVA' soleil drainé, frais en été régulier

Distance de plantation: 60 cm. **Hauteur:** de 70 à 80 cm. **Diamètre de la fleur:** 8 cm. **Soins:** donnez de l'engrais spécial fleurs de juin à septembre. **Notre conseil:** il fait sensation avec des fleurs jaune vif ou orange.

5. 'ORAGE BLANC' soleil drainé, riche par temps sec

Distance de plantation: 80 cm. **Hauteur:** 110 cm. **Diamètre de la fleur:** 7 cm. **Soins:** arrosez surtout ce dahlia durant les six premières semaines. **Notre conseil:** veillez à planter des bulbes sains, sans traces de maladies.

6. 'CORNEL' soleil profond, frais en été par temps sec

Distance de plantation: 80 cm. **Hauteur:** de 100 à 120 cm. **Diamètre de la fleur:** 11 cm. **Soins:** à la plantation, tuteurez avant de recouvrir les racines. **Notre conseil:** pour faire un bouquet, cueillez les fleurs un peu ouvertes.

7. 'OKAPI' soleil drainé, riche surtout après la plantation

Distance de plantation: 80 cm. **Hauteur:** 120 cm. **Diamètre de la fleur:** 6 cm. **Soins:** ôtez à la main les boutons latéraux pour avoir des fleurs plus grosses. **Notre conseil:** mêlez de la corne à la terre au fond du trou de plantation.

8. 'ÉCLAIREUR' soleil profond, frais en été régulier

Distance de plantation: 70 cm. **Hauteur:** 90 cm. **Diamètre de la fleur:** 9 cm. **Soins:** en automne, hivernez les dahlias dans un local sombre et hors gel. **Notre conseil:** à l'installation, couvrez les tubercules de 5 à 10 cm de terre.

Légende pictogrammes: exposition type de sol arrosage

LE LAIT DES PRÉS

le beau débit

Les vaches pâturent l'herbe bien grasse des prairies et donnent ainsi un lait aromatique. Un atout pour qui l'apprécie cru, entier mais également écrémé.



Le lait cru fermier, en vente chez les crémiers-fromagers, est un produit naturel non chauffé. Réfrigéré après la traite, il se garde trois jours. Ainsi préservée, sa riche flore microbienne lui donne son goût variable selon les terroirs et les saisons. Celui des vaches pâturent en prairies est plus aromatique que celui de celles élevées exclusivement en stabulation. Quant à celui des races dites laitières (Jersiaise, Normande, Montbéliarde, etc.), réputées pour en fournir un contenant un haut taux de matière grasse, il est prisé par les éleveurs fermiers producteurs de fromages au lait cru tels que le camembert ou le reblochon.

Radis

Croquez-les à l'apéritif et mixez leurs fanes en pesto ou en velouté avec un reste de purée.



Morille

Cuite, elle parfume les plats en sauce tels que le coq au vin jaune du Jura ou les ris de veau en bouchée à la reine.



Crème de chou-fleur

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min - Cuisson : 40 min

- 1 gros chou-fleur • 30 g de beurre • 1 échalote
- 1 cube de bouillon de légumes bio • 15 cl de lait
- 200 g de brousse • 1 cuill. à c. de persil ciselé
- 30 g de noisettes concassées • sel • poivre

• **Ôtez** les parties dures du chou-fleur. Prélevez-en les fleurettes et lavez-les. Épluchez et hachez l'échalote. Faites fondre le beurre dans une poêle. • **Faites-y** suer l'échalote émincée, ajoutez les fleurettes, le cube de bouillon bio émietté, le lait, puis mouillez d'eau à hauteur. Couvrez et laissez cuire à feu moyen 30 min. • **Égouttez** les fleurettes. Mixez-les avec leur eau de cuisson et ajoutez-y la brousse. Assaisonnez et continuez de mixer jusqu'à obtenir une préparation homogène. Remontez la température à feu très doux. • **Colorez** à sec les fleurettes réservées avec les noisettes. Enfin, répartissez la crème de chou-fleur dans des assiettes. • **Décorez** de quelques fleurettes dorées, de noisettes et parsemez le tout de persil ciselé.

PHOTOS : SHUTTERSTOCK



L'actu gourmande

Nathalie Collin, cheffe de service Maison

LES BANQUETS DU COMTÉ

Participez à l'événement gastronomique "Le temps du comté" et gagnez un déjeuner ou un dîner imaginé par des chefs de talent dans des lieux emblématiques du terroir. Le 27 mai, Jacques Barnachon de l'Étang du moulin à Bonnetage (25) et Sarah Chougnat-Strudel du Regain à Marseille (13) seront aux commandes pour régaler les 150 tirés au sort, autour d'une table extraordinaire dressée dans la forêt d'épicéas de Mignovillard (39). Retrouvez les lieux et les dates des différents duos de chefs sur le site : www.letempsducomte.com



Q. MARIE/GOUDOUSTR/CIGC/SP

C'est nouveau!

SPÉCIALITÉ FRANC-COMTOISE

Alliée des plats gratinés et des sauces, cette cancoillotte parfumée avec de véritables têtes de morilles est le fruit d'un assemblage de metton à base de lait écrémé, de beurre ainsi que d'eau. **Fromagerie Mauron.** Pot de 250 g, 5 € env.



FÉE VERTE DU HAUT DOUBS

De fabrication artisanale, cette absinthe à 55 ° est issue de la macération à froid de 11 plantes telles que le fenouil, l'anis vert, la coriandre, la mélisse, etc., diluées dans de l'alcool de blé. **La Semilla, distillerie Aymonier.** La Chouette, 70 cl, 55 € env.



CONFITURE AU MIEL

D'une alliance de myrtilles et de jus de raisin d'Aquitaine, cette confiture cuite avec du sucre de canne intègre 10 % de miel et est idéale avec un yaourt nature ou un fromage frais pour une dégustation. **Famille Mary.** Bocal de 220 g, 7 € env.



BAGUETTES FAIT MAISON

Pour confectionner chez soi deux baguettes croustillantes en seulement 1 h, ce coffret comprend un verre doseur, une double plaque de cuisson perforée et une lame de boulanger. **Cookut.** Coffret, 30 € env.



Au menu

SAMEDI

- Chou rouge aux panais
- Mulet au beurre nantais et sa purée
- Tarte façon crème brûlée

DIMANCHE

- Gaufres au comté et à la sauce yaourt
- Tian de légumes
- Faisselle au miel de sapin

LUNDI

- Cheesecake de radis en fleurs
- Feuilleté aux morilles
- Tartare de kiwis et de poires

MARDI

- Méli-mélo d'endives aux noix
- Escalopes de veau à la sauce morilles
- Kumquats à croquer

MERCREDI

- Crème de chou-fleur
- Tatin d'oignons rouges et salade de mesclun
- Éclair au chocolat

JEUDI

- Asperges à la sauce verdurette
- Quiche aux épinards
- Crème renversée au caramel

VENREDI

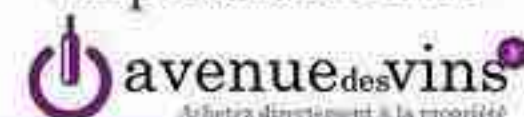
- Pruneaux au bacon
- Haddock poché au lait
- Crème végétale



La sélection du sommelier

Antoine, membre du comité de dégustation Avenue des vins

En partenariat avec



Château Méric, cru bourgeois, cuvée classique, 2018 AOP médoc, vins de Bordeaux

Ce vin est certifié Terra Vitis, issu d'une viticulture responsable et durable. Paré d'une robe aux reflets pourpres, il diffuse des arômes complexes de fruits rouges teintés d'un boisé-épicé. Gourmand en bouche, il est doté d'une belle concentration de fruits.

Accord : Ses tanins soyeux s'accorderont aussi bien avec des fromages marqués qu'avec une escalope de veau à la sauce morilles.

Cépages : 34 % merlot noir, 52 % cabernet-sauvignon, 14 % petit verdot. **Prix : 10,50 € env.**



Comté de Grimm, cuvée extrabrut, AOC crémant d'Alsace, vins d'Alsace

Née de la rencontre entre Martine Penet-Grimm et d'Alexandre Penet, œnologue champenois, cette cuvée est issue à 100 % de cépages blancs et réunit le meilleur de l'Alsace viticole et des techniques d'élaboration de vins pétillants. Ayant un faible dosage, il est idéal pour les apéritifs.

Accord : il accompagnera à merveille des gaufres au comté et à la sauce yaourt.

Cépages : 80 % pinot blanc, 20 % pinot auxerrois. **Prix : 19,50 € env.**



Cheesecake de radis en fleurs

Pour 6 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 3 min

Réfrigération : 4 h

- 600 g de fromage frais • 1 botte de radis • 15 cl de crème liquide
- 100 g de beurre fondu • 4 feuilles de gélatine • 10 brins de ciboulette
- le zeste d'un citron • 1 cuill. à c. de baies roses • 250 g de biscuits salés (crackers) • sel

- **Mixez** les biscuits avec le beurre fondu. Versez votre mélange dans le fond d'un cercle de 20 cm de diamètre. Tassez-le avec le dos d'une cuillère et placez-le au frais.
- **Lavez**, séchez et coupez les radis en rondelles. Puis, plongez-les dans un bol d'eau. Hydratez les feuilles de gélatine dans de l'eau très froide.
- **Ciselez** la ciboulette et concassez les baies roses.
- **Détendez** le fromage frais, dans un saladier, à la fourchette et ajoutez-y la ciboulette, les baies écrasées et le zeste du citron.
- **Chauffez** la moitié de la crème. Hors du feu, ajoutez-y la gélatine essorée et mélangez. Incorporez le fromage frais à la crème. Remuez et coulez l'appareil dans le cercle. Tapotez les contours pour bien répartir. Placez au frais 4 h. Décorez le gâteau avec les radis.
- **Passez** la lame d'un couteau entre le cake et le cercle pour le démouler.



Escalopes de veau à la sauce morilles

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 25 min

- 6 escalopes de veau
- 2 échalotes
- 30 g de beurre
- 60 g de morilles fraîches ou déshydratées
- 3 branches d'estragon
- 40 cl de crème entière liquide
- 4 cuill. à c. de fond de veau
- sel • poivre du moulin

- **Nettoyez** les morilles fraîches avec de l'eau vinaigrée ou plongez les champignons déshydratés dans un récipient d'eau bouillante. Laissez-les gonfler avant de les sécher dans un linge.
- **Épluchez** et émincez les échalotes, puis effeuillez l'estragon.
- **Chauffez** du beurre dans une grande poêle. Lorsqu'il crépite, faites-y revenir les escalopes sur leurs deux faces. Salez, poivrez et réservez. Enfin, ajoutez les échalotes et les morilles taillées.
- **Faites-les** rissoler 4 min, et parsemez de la moitié d'estragon et du fond de veau. Enfin, versez la crème et assaisonnez votre sauce.
- **Laissez** mijoter 15 min à feu doux jusqu'à réduction de la crème puis, ajoutez les escalopes.
- **Poursuivez** la cuisson 5 min avant de saupoudrez votre plat avec le reste d'estragon ciselé.



Tarte façon crème brûlée

Pour 5 personnes

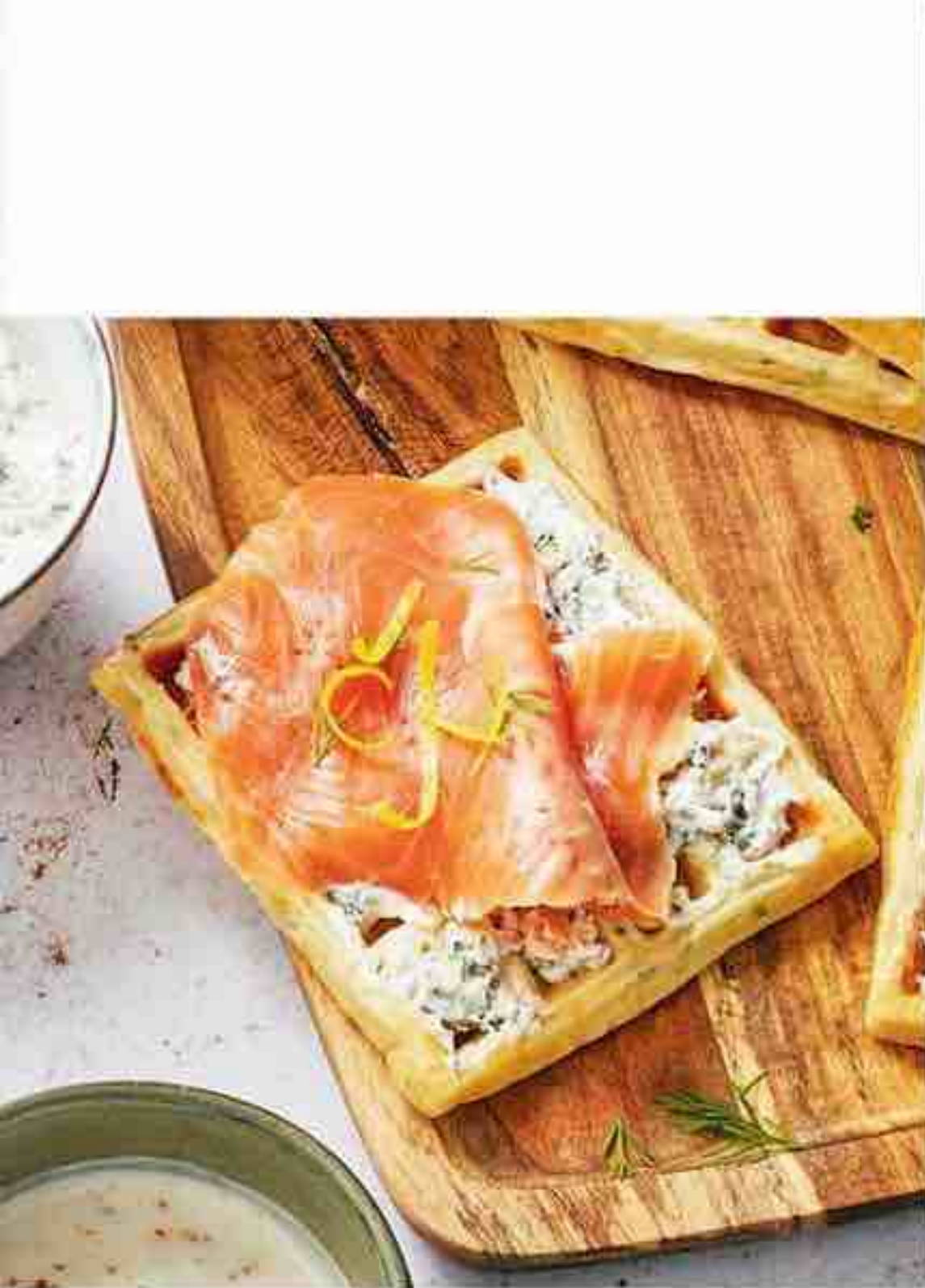
Préparation : 20 min

Repos : 30 min

Cuisson : 50 min

- 100 g de beurre mou
- 190 g de sucre • 1 œuf entier
- 15 cl de lait • 5 jaunes d'œufs
- 200 g de farine • 20 g de cacao
- 33 cl crème liquide entière
- 1 bâton de cannelle casse
- 2 gousses de cardamome
- 2 rondelles de gingembre frais

- **Mélangez** le beurre avec 60 g de sucre. Ajoutez à ces ingrédients secs un œuf, la farine et le cacao jusqu'à former une boule. Et, réservez-la au réfrigérateur 30 min. Dans une casserole, versez le lait et la crème.
- **Ajoutez-y** le bâton de cannelle, les gousses de cardamome et les rondelles de gingembre frais.
- **Portez** à frémissement, puis éteignez le feu. Couvrez pour laisser infuser.
- **Abaissez** la pâte réservée sur un plan de travail fariné. Foncez-la dans un moule à tarte. Piquez-en le fond et recouvrez-le de papier et de billes de cuisson.
- **Enfournez** la pâte à 180 °C (th. 6) pour 15 min. Sortez-la, enlevez les billes et le papier. Enfournez 5 min. Filtrez le mélange lait et crème aux épices.
- **Blanchissez** les jaunes d'œufs en les fouettant énergiquement avec 30 g de sucre. Incorporez-y le mélange lait et crème infusée aux épices.
- **Versez** la préparation sur le fond de pâte précuit. Enfournez à 150 °C (th. 5) pour 30 min. Laissez refroidir.
- **Chauffez** à feu vif les 100 g de sucre restant avec 1 cuill. à s. d'eau pour obtenir un caramel blond.
- **Coulez-le** doucement sur la tarte et laissez durcir. Servez sans attendre.



Gaufres au comté et à la sauce yaourt

Pour 5 personnes

Préparation : 15 min

Réfrigération : 2 h au minimum

Cuisson : 15 min

- 250 g de farine
- 5 g de levure chimique
- 35 cl de lait • 2 œufs
- 40 g de beurre fondu
- 40 g de comté râpé
- 4 brins de cerfeuil
- 5 tranches de truite fumée
- 100 g de yaourt nature
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 2 feuilles de sauge • poivre

• **Mélangez** la farine et la levure dans un récipient. Battez les œufs et le lait dans un autre contenant. Ensuite, ajoutez-les aux ingrédients secs et battez le tout vigoureusement. • **Incorporez-y** le beurre fondu, le comté râpé et le cerfeuil préalablement ciselé. Poivrez. Mélangez votre préparation et couvrez-la. Réservez cette pâte à gaufres au moins 2 h ou plus au réfrigérateur. • **Préparez** la sauce en mélangeant le yaourt avec le piment d'Espelette et la sauge ciselée. • **Faites chauffer** votre gaufrier. Versez-y une louche de pâte dans chaque empreinte. • **Faites-les** dorer et tartinez-les, encore tièdes, de sauce au yaourt. Servez-les avec une tranche de truite fumée.



Haddock poché au lait

Pour 5 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 45 min

- 500 g de filet de haddock
- 1 l de lait
- 6 endives • 2 brins de coriandre
- 20 g + 20 g de beurre fondu
- 1 jus d'orange
- 1/2 jus de citron (yuzu) + zeste
- 2 cuill. à s. de crème fraîche épaisse
- gros sel • poivre du moulin

• **Versez** dans une grande casserole 1 l de lait avec 1 l d'eau. Plongez-y le filet de haddock. Faites-le frémir pendant 10 min, puis égouttez-le. • **Épluchez** et rincez les endives. Creusez à leur base un petit cône. Faites fondre le beurre dans une poêle et ajoutez-y les endives fendues dans le sens de la longueur. • **Cuisez-les** 5 min sur chaque face. Salez et poivrez au moulin. Puis, versez le jus d'orange, couvrez et laissez cuire pendant 30 min en les retournant. • **Ajoutez** un peu d'eau si nécessaire. Faites fondre 20 g de beurre. Ajoutez le zeste et le jus du demi-citron ainsi que la crème fraîche épaisse. • **Mélangez** jusqu'à obtenir une sauce lisse. Poivrez et salez. Réservez au chaud. Servez le haddock poché avec les endives braisées. • **Arrosez** votre plat de sauce et parsemez-le de coriandre ciselée.



Crème renversée au caramel

Pour 5 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 1 h 15 env.

Refrigération : 6 h env.

- 75 cl de lait
- 5 œufs + 2 jaunes
- 120 g + 180 g de sucre semoule
- 1 gousse de vanille

• **Préchauffez** votre four à 140 °C (th. 4-5) à chaleur tournante. Portez doucement le lait jusqu'à ébullition avec la gousse de vanille fendue et grattée. Laissez infuser pendant au moins 10 min. • **Préparez** le caramel dans une casserole à fond épais. • **Mélangez-y** 120 g de sucre semoule avec 1 cuill. à s. d'eau. Chauffez en nettoyant avec un pinceau humide les parois de la casserole pour éviter que le caramel ne cristallise. Retirez du feu quand le caramel devient blond clair. • **Tapissez-en** le fond de cinq ramequins en les inclinant. Fouettez les œufs plus les 2 jaunes et 180 g de sucre semoule dans un récipient. Si le lait a trop refroidi, réchauffez-le sans le faire bouillir. • **Versez-le** doucement en filet sur votre préparation à base d'œufs tout en fouettant vivement pour obtenir une préparation bien lisse. • **Filtrez-la** au chinois et coulez-la dans les ramequins nappés du caramel durci. Préparez un bain-marie. • **Déposez** vos petites coupelles sur une lèchefrite et versez-y de l'eau très chaude jusqu'à mi-hauteur. • **Enfourez** durant 1 h à 1 h 15 env. La crème est bien cuite lorsqu'elle est légèrement tremblotante. Ôtez vos récipients du bain-marie. • **Laissez-les** refroidir à température ambiante. Placez au réfrigérateur pendant 6 h env.



Marc Janin, fromager

Dans la famille Janin, à Champagnole (39), la tradition fromagère se transmet de père en fils depuis 1885. "Nous proposons 200 fromages à la vente dont 40 sont issus des Montagnes du Jura. Tous sont au lait cru avec un beau panel d'arômes", précise Marc Janin (à gauche sur la photo). Le coup de cœur de ce Meilleur Ouvrier de France va au mont d'or du Haut Doubs qu'il affine au vin jaune. "La sangle d'épicéa qui le retient transmet un goût boisé unique à sa pâte crémeuse. Le morbier, nous l'affinons 50 jours en frottant la croûte avec de l'eau et du sel pour qu'il reste bien fondant. Notre bleu de Gex du Haut Jura, caractérisé par une petite amertume en fin bouche, présente un bleu bien réparti et un goût équilibré de lait et de champignon. Quant au comté, je le sélectionne jeune, à 8 mois, avec une texture très fine, aromatique, fondante en bouche. Je le fais mûrir jusqu'à 20 mois. Sa pâte très fruitée offre alors un goût intense."

FROMAGES DU JURA, des trésors culinaires

Bleu de Gex, comté, mont d'or, morbier, cancoillotte... , ces spécialités fromagères, fabriquées par le collectif Montagnes du Jura, font merveille en cuisine. Dégustez-les avec les vins blancs du terroir. 🍷 MARYSE CHARLOT



Pain à la cancoillotte

Pour 1 personne - Préparation : 15 min - Cuisson : 30 min

* 200 g de cancoillotte à l'ail * 50 g d'épinards frais * 1 œuf entier
* 1 jaune d'œuf * 1 tranche de jambon de pays cru * 200 g de pâte à pain (ou à pizza) * 1 brin de persil plat * sel * poivre du moulin

Mélangez l'œuf, le persil plat haché et la cancoillotte. Salez légèrement, poivrez au moulin. **Abaissez**, sur un plan de travail fariné, la pâte à pain en forme d'ovale. Rabattez les bords vers l'intérieur et tournez les extrémités pour former un bateau. **Répartissez** sur le fond les épinards bien lavés et séchés, puis le jambon cru. Ajoutez la préparation à la cancoillotte.

Enfournez pour environ 30 min dans un four préchauffé à 200 °C (th. 6-7). Hors du four, déposez le jaune d'œuf au centre du pain. **Dégustez** ainsi ou enfournez à nouveau pour cuire le jaune.

Vin : chardonnay, À mon père, vignoble Xavier Guillaume.



Cookies au morbier

Pour 20 cookies - Repos: 2 h -

Préparation: 15 min - Cuisson: 20 min

- * 90 g de morbier au lait cru * 1 œuf
- * 150 g de farine * 1 cuill. à c. de levure
- * 6 tomates confites * 1 demi-chorizo
- * 60 g de beurre mou

Coupez le morbier en petits dés. Mélangez du bout des doigts la farine, la levure ainsi que le beurre. **Incorporez** l'œuf, les tomates confites en lamelles, le morbier et la saucisse de Montbéliard en petits dés. **Pétrissez** la pâte. Formez un boudin d'environ 5 cm de diamètre. Filmez-le et réservez-le 2 h au réfrigérateur ou 30 min au congélateur.

Tranchez le boudin en rondelles. Disposez celles-ci sur la plaque du four recouverte de papier sulfurisé. Espacez-les pour qu'elles ne se touchent pas pendant la cuisson.

Enfournez pour 20 min. Sortez les cookies quand ils sont légèrement dorés. **Laissez-les** refroidir sur une grille avant de les déguster.

Vin : savagnin ouillé, Jérôme Arnoux.



Joël Cesari, chef étoilé

"Si j'étais un fromage, je serais... le comté !"

Ainsi se présente Joël Cesari, chef étoilé de La Chaumière à Dole (39).

"Le comté est un fromage magique qui s'associe facilement à d'autres ingrédients. On le travaille de multiples façons (cru, cuit, fondu, séché, grillé) en fonction de son affinage. Je joue également avec les textures. Sur des asperges rôties par exemple, je sers une crème de comté jeune de 12 mois, chauffée avec du lait et de la pâte d'amandes. Je râpe dessus un comté vieux de 36 mois, mêlé à des amandes grillées. Le mont d'or fond au four en petites cassolettes avec un peu de vin jaune. On l'accompagne de fines chips croustillantes de lard fumé ainsi que d'une vinaigrette forte, épaisse (échalote, moutarde, vinaigre de vin jaune). Le morbier, quant à lui, coupé en bâtonnets accompagne des carottes nouvelles rôties à la poêle que l'on déglace avec du jus de carottes, de la moutarde et de l'absinthe."

Tarte au bleu de Gex

Pour 4 personnes

Préparation: 10 min - Cuisson: 25 min

- * 200 g de bleu de Gex au lait cru
- * 10 g de beurre * 4 poires 'William' bien fermes * 1 pâte feuilletée
- * 2 pincées de noix de muscade
- * 10 cl de crème liquide

Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6).

Foncez la pâte feuilletée dans un moule à tarte beurré. Piquez le fond de la pâte à l'aide d'une fourchette. **Rincez** les poires 'Williams' et séchez-les. Coupez-les sans les éplucher ni les équeuter à la mandoline en conservant le cœur, ou tranchez-les en fines tranches. Réservez-en quelques-unes pour la décoration.

Répartissez les tranches de poire sur la pâte. Arrosez-les d'un filet de crème liquide. **Coupez** le bleu de Gex en lamelles et disposez-les sur les poires. Enfournez la tarte pour environ 25 min.

Décorez-la des lamelles de poire à la sortie du four et dégustez-la tiède.

Vin : pur savagnin, École buissonnière, La Maison de Rose.



Dossier Cuisine fondante



Les conseils du sommelier

Installé à Arbois (39), cité de Louis Pasteur et capitale franc-comtoise des vins du Jura, Philippe Troussard a doté la cave de son restaurant (Les Caudalies) de plus de 1100 références dont pas moins de 400 vins jurassiens. Ce Meilleur Ouvrier de France sommelier indique d'emblée que "les blancs de cépages savagnin ou chardonnay s'accordent mieux avec les fromages des Montagnes du Jura que les rouges. Ces fromages selon qu'ils sont crus ou cuits ne s'associent pas de la même façon. Je conseille des blancs jeunes avec les fromages cuisinés, car leurs arômes sont court-circuités par les éléments de la recette. Doté d'une base d'agrumes, le savagnin ouillé, cépage autochtone du Jura, fait saliver l'accord avec la texture épaisse d'un morbier fondu. Un chardonnay de style floral à la texture grasse se marie avec l'onctuosité de la cancoillotte. On propose un vin jaune jeune avec du comté cuisiné aux arômes lactiques appuyés."

CI-DESSOUS : A. S. L'HOMME/C. DESLANDES/SP - CI-CONTRE : SAUCISSE DE MONTBÉLIARD/SP - SOMMELIER : MR PASCAL PETITE



Velouté de mont d'or

Pour 6 personnes

Préparation: 30 min - Cuisson: 45 min

* 1 mont d'or (400 g) * 1 chou blanc
* 5 cl d'huile d'olive * 1 oignon jaune
* 1 feuille de laurier * 3 gousses d'ail
* 1 l de bouillon de volaille * 1 jaune d'œuf * 4 saucisses de Montbéliard
* 1 pâte feuilletée * poivre du moulin
* gros sel * noix de muscade

Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6).

Faites suer dans l'huile l'ail haché, l'oignon émincé et le chou en morceaux. **Mouillez** de bouillon. Assaisonnez. Faites cuire 20 min à feu moyen. Ajoutez le mont d'or sans la croûte, la muscade et mixez. Réchauffez le tout 5 min. **Coupez** la pâte feuilletée en six rectangles, posez les saucisses de Montbéliard, enroulez-les de pâte et étalez le jaune d'œuf. Coupez les boudins en huit parts et posez-les sur une plaque couverte de papier sulfurisé. **Enfournez** pour 15 min. **Servez** ensemble le velouté et les feuilletés. **Vin** : chardonnay, L'Étoile, Domaine de Montbourgeo.

Gratin comtois

Pour 6 personnes -

Préparation: 20 min - Cuisson: 30 min

* 150 g de comté jeune * 3 saucisses de Morteau * 200 g de chou-fleur
* 200 g de chou romanesco
* 100 g de petits pois surgelés
* 2 gousses d'ail * 1 brin de romarin
* 1 cuill. à soupe d'huile d'olive
* 1/2 cuill. à café de baies roses
* gros sel * poivre gris du moulin

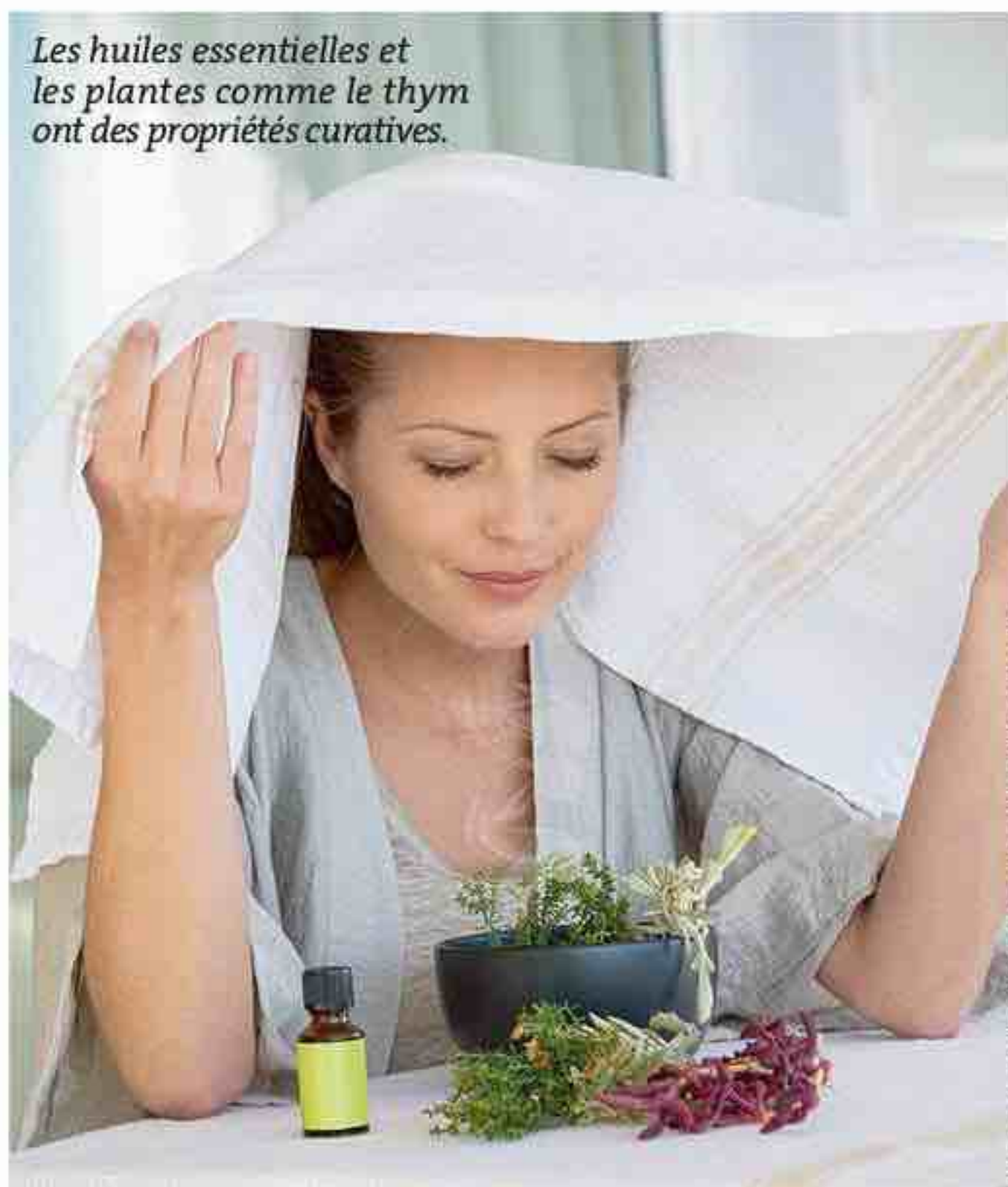
Portez un grand volume d'eau à ébullition. Rincez les bouquets de choux et faites-les cuire 20 min. **Ajoutez** les petits pois à mi-cuisson. Égouttez les légumes. Mettez-les dans un plat à gratin. **Parsemez-les** de comté râpé. Salez. Répartissez les baies roses. Faites gratiner 6 min au four. **Tranchez** finement les saucisses de Morteau et faites-les revenir 3 min dans l'huile d'olive chaude. Ajoutez l'ail écrasé et le romarin effeuillé. **Servez** les saucisses sur le gratin de choux. Dégustez aussitôt. **Vin** : vin jaune, domaine de la Touraize.



MÉDECINES DOUCES : un engouement qui dure

Encouragés par des professionnels de la santé, les Français voient d'un bon œil ces nouvelles approches et les intègrent à leur santé.

Les huiles essentielles et les plantes comme le thym ont des propriétés curatives.



E. AUDRAS/ONOKY/PHOTON/ONSTOP INGO ARNDT/MINDEN PICTURES/BIOS PHOTO

Selon une enquête réalisée en début d'année, plus de six Français sur dix considèrent ces alternatives médicinales comme pertinentes face à certains de leurs

problèmes tels que le sommeil, le poids, etc. Les pratiques les plus recherchées sont l'ostéopathie, l'acupuncture et la naturopathie. Malgré l'intérêt qu'elles suscitent, le site

Doctolib a récemment exclu de son moteur de recherche environ 5700 praticiens, entre autres, des sophrologues.

Médecine intégrative

En réponse, une tribune publiée le 12 novembre dernier dans le *Journal du dimanche* et signée par le médecin Michel Cymes, l'oncologue Alain Toledano et la fondatrice de Medoucine.com, Solange Arnaud, appelle les acteurs du soin, du "prendre soin" et de la prévention, à s'unir pour repenser la santé humaine, y compris via les médecines douces, de façon structurée et réglementée. Elle y plébiscite ces nouvelles médecines alternatives et complémentaires : "La gestion du stress, le sommeil, la nutrition et l'hygiène de vie sont essentiels à la prévention et à la santé à long terme, mais également à l'efficacité des traitements. Sur ces sujets, les pratiques dites complémentaires ont un véritable apport." Un appel a aussi été lancé au ministère de la Santé.

Tout roule pour la pervenche

La pervenche de Madagascar – dont certaines variétés peuvent être élevées en milieu tempéré – est une belle herbacée ornementale, le plus souvent, aux fleurs roses. Elle est surtout une grande plante "anticancer", car ses feuilles possèdent de puissantes molécules, qui, une fois extraites, s'attaquent aux cellules malades. En médecine familiale, la racine est employée en cas d'insuffisance circulatoire cérébrale, qui se manifeste par des troubles de la mémoire, de la concentration, de l'audition et de l'équilibre. Des extraits de plantes fraîches standardisées (EPS) sont disponibles en pharmacie.



Textes : Adeline Gadenne et Sophie Macheteau.



STRESS : UNE SACRÉE TISANE

Pour apaiser l'anxiété mais aussi la constipation, essayez la plante la plus vertueuse de la médecine traditionnelle indienne, le basilic sacré (*Ocimum tenuiflorum*). Son autre nom : tulsi, signifie en Inde "l'incomparable". Cette plante aux notes de basilic, de menthe, d'anis et de citron fleurit autour des temples et des maisons. Elle est y perçue comme la reine des herbes. Pour la consommer : versez 50 cl d'eau bouillante sur 5 g de feuilles sèches et laissez infuser pendant 5 min.

MASQUE À LA GUIMAUVE

Dans un bol, mettez 3 cuill. à s. de poudre de racines de guimauve sauvage (*Althaea officinalis*), plante à mucilages, réputée pour ses propriétés nourrissantes et démêlantes. Ajoutez 2 cuill. à s. de poudre de racines de kapoor kachli (*Hedychium spicatum*) connu pour rendre les cheveux plus épais et plus brillants. Ajoutez-y 5 gouttes d'HE d'ylang-ylang puis, versez de l'eau jusqu'à obtenir une pâte épaisse. Appliquez-la sur vos cheveux secs, laissez poser 15 min, rincez à l'eau claire, et lavez.

LE THERMOSTAT SOUS CONTRÔLE

Selon un arrêté, qui a été publié au *Journal officiel*, le 25 novembre 2022, l'état d'une chaudière doit être contrôlé une fois par an. Dans le cadre du plan de sobriété énergétique, le chauffagiste doit s'assurer de la présence d'un système de régulation automatique de la température et de son bon fonctionnement. Il doit aussi vérifier que les réseaux de chaleur et de froid sont bien isolés. Faute d'entretien annuel, l'intervention est à la charge du locataire et en cas de sinistre, la compagnie d'assurances peut refuser l'indemnisation. Le bailleur peut, lui, la faire réaliser et en retenir le montant sur le dépôt de garantie.



LA LOCATION SÉCURISÉE

Dans un arrêté rendu le 07 avril 2022, l'absence de garde-corps à la fenêtre d'un logement a été retenue par la Cour de cassation. Or, c'est une personne en état d'ivresse qui a commis une imprudence et trouvé la mort après une chute du 5^e étage. En conclusion : l'erreur faite par le locataire n'exclut pas pour autant la responsabilité du propriétaire du logement. La famille de la victime et son assurance ont obtenu gain de cause.



Simple et pratique, cet appareil connaît un véritable succès.

PHOTOS: SHUTTERSTOCK

UNE ASPIRATION sans fil à la patte

Dédiés aux petites surfaces, les aspirateurs balais ont gagné les ménages français grâce à leur autonomie et leur puissance.

Polyvalent, léger et peu encombrant, ce nettoyeur de nouvelle génération séduit par sa maniabilité et son utilisation sans fil. Avec sa puissance d'aspiration, son absence de sac à poussières mais aussi sa grande autonomie, il détrône les modèles traîneaux dédiés aux petites surfaces. On le retrouve sous trois formes : le "stick" conçu d'un bloc avec un collecteur placé vers le bas,

le "2 en 1" équipé d'une partie aspirette détachable et, enfin, le "tube", un aspirateur équipé d'un long tube entre la brosse et le moteur pour nettoyer la maison du sol au plafond.

Multi-fonctions

Plus léger que les autres, il permet d'intervenir dans des coins difficiles d'accès (matelas, dessus du réfrigérateur, voiture). La plupart des modèles sont dotés d'une brosse rotative

pour les sols, quand les aspirettes ont des suceurs plats. L'autonomie se limite en moyenne à 60 min. Préférez les batteries lithium-ion, plus durables et rechargeables en 3 à 6 h. Certains fabricants en proposent deux par appareil ; ce qui est pratique pour les grandes surfaces. Le niveau sonore reste élevé : de 64 dB pour les modèles Koenig à 82 dB pour les Dyson, dont le prix peut aller au-delà de 600 €.

Punaises : double danger

Si les punaises de lit ont disparu dans les années 1950 en France, la recrudescence de ces insectes est aujourd'hui une réalité. Aussi, pour s'en débarrasser, des insecticides existent. Cependant, ils doivent être utilisés en dernier recours compte tenu des risques potentiels d'accident. Selon l'Agence nationale de sécurité sanitaire et alimentaire nationale (Anses), l'étude de cas réalisée dans des centres antipoison, entre 2007 et 2021, révèle 1056 cas d'intoxication à ces produits,

dont 12 d'une grande gravité, avec pour effets des soucis respiratoires, des toux ou encore des démangeaisons. En cas d'infestation, privilégiez la lutte mécanique et thermique. Aspirez toutes vos surfaces, jetez le sac de l'aspirateur, lavez votre linge à 60 °C ou bien placez-le au congélateur à -18 °C pendant 72 h. Si cela ne suffit pas, vous pouvez alors avoir recours aux insecticides. N'achetez jamais ceux interdits en France et respectez scrupuleusement les conditions d'utilisation.

HARTMANN



Essayez
gratuitement*
CONFIANCE[®]
MOBILE

Moi,
j'ai **Confiance[®]**
et vous ?



Si vous aussi vous souhaitez avoir confiance, essayez **Confiance[®] Mobile**, le sous-vêtement confortable, absorbant et discret.

Pour recevoir un échantillon*



Faites votre demande
sur le site :
protection-confiance.fr
ou flashez le QR code !



ou appelez le :
03 90 58 58 99

Une seule offre par personne, valable en France Métropolitaine. Valable jusqu'au 31 mai 2023. *Parce qu'il est important de tester le produit avant de l'acheter, parce qu'il requiert une adaptation pour se familiariser à son usage et s'assurer qu'il correspond à vos besoins, nous vous proposons de tester ces échantillons gratuits. Les produits de la gamme Confiance[®] sont destinés aux personnes atteintes d'incontinence. Fabricant: PAUL HARTMANN AG. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Lire attentivement les instructions figurant sur l'étiquetage. Demandez conseils à votre médecin ou pharmacien. Laboratoires PAUL HARTMANN S.à.r.l. 9 route de Sélestat - 67730 Châtenois RCS COLMAR 325 158 038.



MÉNAGEZ VOS COCOTTES

Vérifiez les clôtures et les fermetures du poulailler après l'hiver. Installez une motorisation, si nécessaire, et automatisez la fermeture des portes car, en mars, les journées sont encore courtes. Si vous avez un jardin potager, choisissez un jour ensoleillé pour déplacer les poules dans un enclos où elles pourront se régaler de la terre fraîchement retournée. Vous en profiterez pour vous lancer dans le nettoyage de votre poulailler (voir *Rustica* n°2732). Paillez largement les zones boueuses vu que la terre, mélangée aux fientes, est souvent vectrice de maladies. Contrôlez le niveau de votre pelouse et tondez-la selon votre besoin. Laissez les pousses au sol car les gallinacées adorent fouiller dedans. Si les graminées ont disparu à force de grattage, ressemez-en et protégez les semences avec une grille ou un filet. N'oubliez pas de vermifuger vos poules. Pour cela, employez de la terre de diatomée non calcinée ou une préparation à base de plantes (thym, armoise), qui ne présente pas de risque de surdosage. Si les produits chimiques sont efficaces, ils obligent à ne pas consommer les œufs pendant un mois.

ALLÔ, VÉTO?

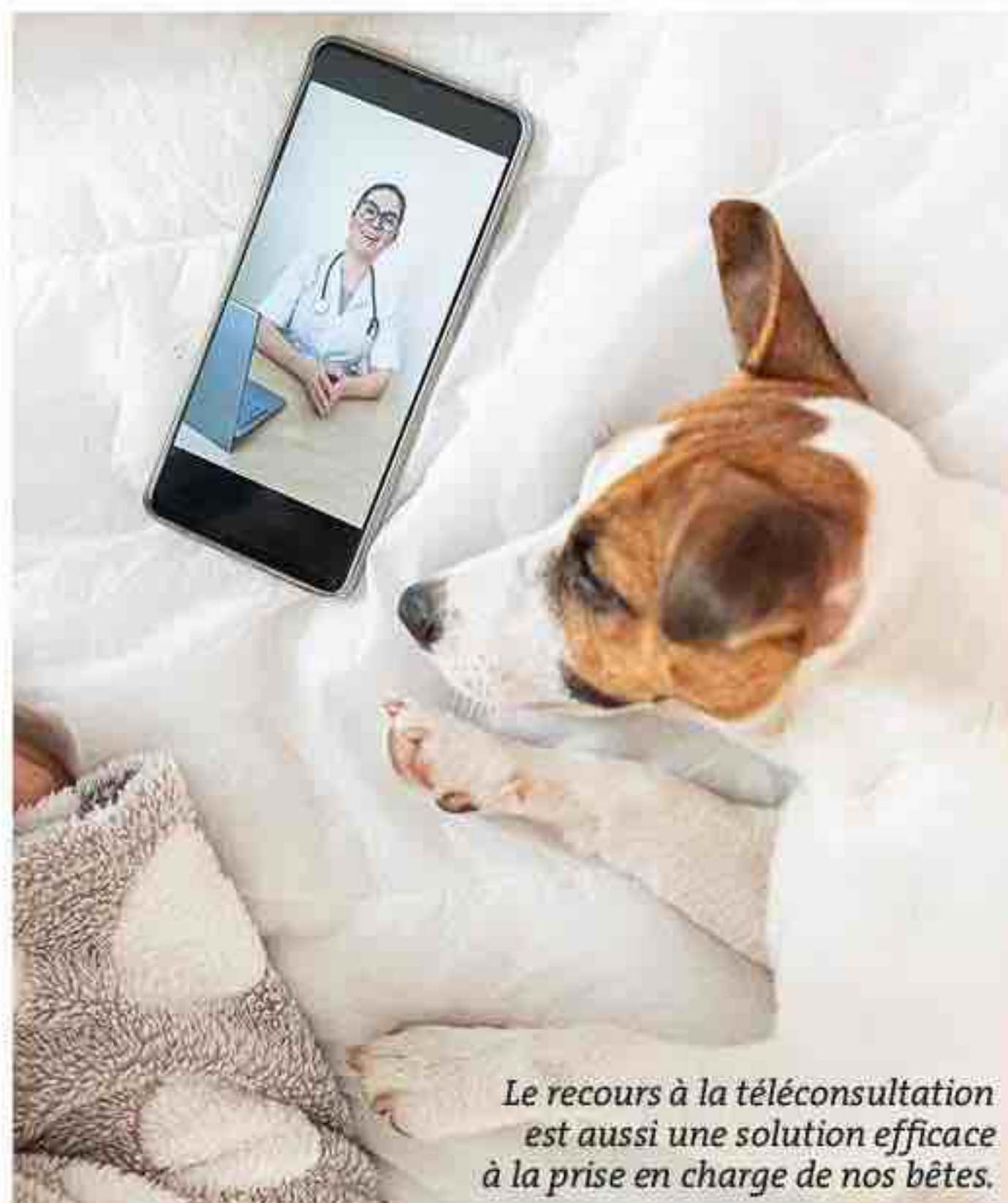
En voilà, une bonne idée...

La télémedecine, aussi utile que nécessaire pour nos animaux, est un service complémentaire qui améliore l'accès et la qualité de leurs soins.

Les confinements successifs en France et la désertification dans les campagnes ont aussi favorisé le développement des consultations à distance pour nos compagnons à quatre pattes. Un décret du 5 mai 2020 autorisait les vétérinaires à la téléconsultation. Cette mesure a été expérimentée durant 18 mois et est arrivée à son terme en novembre 2021. La profession vétérinaire tolère toutefois cette pratique dans l'attente d'un texte de loi.

Quel usage ?

Une téléconsultation n'est toutefois possible que si votre chien, votre chat, votre serpent ou Nouvel animal de compagnie (Nac) a déjà été reçu physiquement durant les 12 derniers mois. Notez aussi que cette consultation en visio a ses limites et n'en remplacera jamais une réalisée en cabinet pour une auscultation ou des palpations. Elle permet néanmoins d'établir un premier diagnostic et peut rendre



Le recours à la téléconsultation est aussi une solution efficace à la prise en charge de nos bêtes.

service dans certains cas de prévention comme avoir un premier avis lorsque son animal présente des symptômes bénins, de suivis post-opératoire, dermatologique, lié à une

pathologie chronique ou encore pour des conseils d'ordre général. Ces examens durent en moyenne 15 min et leur coût est inférieur à celui d'une visite en cabinet ou en clinique.

J'ai cru voir un gros minet !

Avec le retour des beaux jours, la nidification reprend. Pensez à protéger les oiseaux du jardin des chats domestiques. Une barrière "stop minou" ou un manchon de protection, placés à 2 m de hauteur autour des troncs d'arbres, empêchera ainsi l'accès aux nids ou aux mangeoires. Songez aussi aux grilles "stop chat", hérissées de picots en plastique ou de tiges en acier, à placer sur les branches. L'arrosage automatique avec détecteur de mouvements est assez efficace mais veillez

à bien régler sa sensibilité ! Plus sophistiqué, le "Catwatch", un effaroucheur électronique à ultrasons et à infra-rouges, émet un son aigu très désagréable pour les félins. À défaut, un simple grelot ou une collerette colorée avertira les oiseaux de la présence de leur ennemi juré. Ces derniers dispositifs sont sans danger ; à l'inverse, l'utilisation de certaines plantes répulsives comme la "terreur des chats" ou *Coleus canina* n'est pas recommandé car toxique pour les minous.



Les métiers à tisser retracent 200 ans d'épopée textile.

DES COQS EN OR

En décembre, la 160^e édition des Glorieuses de Bresse s'est déroulée dans les quatre communes bressanes (01) : le 13 à Montrevel-en-Bresse, le 16 à Bourg-en-Bresse, le 17 à Louhans et le 18 à Pont-de-Vaux. Elle a rassemblé de nombreux professionnels, dont l'éleveur Cyril Deglulaire de Saint-Cyr-sur-Menton. Ce dernier a remporté le vase de Sèvres, la plus prestigieuse récompense, qui lui a été remis par la préfète de l'Ain, Cécile Bigot. Institué par le comte de Hon, en 1862, ces concours célèbrent les fameuses volailles (chapons, dindes, poulets, etc.).



LA CORNIOTTE

Cette petite pâtisserie est une spécialité bressane de Louhans (01). Elle est faite à partir de pâte à chou et d'un mélange de beurre, de lait, de sucre, de farine et d'œufs. La préparation de la taille d'une orange est ensuite déposée sur une pâte brisée dont on relève les bords avant de la passer au four une vingtaine de minutes. Elle tient son nom des "cornettes", les coiffes des religieuses de l'Hôtel-Dieu, qui la préparaient, le jour de l'Ascension, pour la vendre après la célébration de la messe au profit de l'hospice.

LES SOIERIES BONNET, un monde de douceur

Cette maison, une des plus grandes usines textiles de la région lyonnaise en son temps grâce à son savoir-faire exceptionnel, rouvre ses portes.

En 1835, Claude-Joseph Bonnet installe sa manufacture de soie à Jujurieux (01), au pied du massif du Jura. Fervent catholique, il la met sous la protection de la Vierge et confie l'encadrement de ses très jeunes employées, âgées entre 12 et 13 ans, aux sœurs de Saint-Joseph. L'expansion de sa société se poursuit en France, puis à l'étranger. Après la disparition de son

fondateur, la plupart des ouvrières continuent de vivre dans les cités de l'usine jusqu'à la fermeture de ses portes en 2001.

Une ville-usine

Aujourd'hui transformés en musée, les bâtiments sont classés Monuments historiques depuis 2003. Ils offrent une occasion unique de se plonger au cœur de l'épopée internationale de cet empire

de la soie, qui fut un véritable modèle d'organisation industrielle, sociale, morale et religieuse, fondé par l'esprit paternaliste de son créateur. L'usine possédait même sa banque, sa crèche, son école, sa chapelle... Venez découvrir cet établissement, qui vous présente ses collections exceptionnelles et des expositions temporaires, telles que "Luxe, mode et intimité" à partir du 2 mai.

L'âge du cuivre à Cerdon



Le martelage du cuivre est une des étapes de travail.

Après avoir fait l'objet d'une profonde réhabilitation, la cuivrerie de Cerdon (01) a ouvert ses portes au public, le 4 février dernier. Venez y découvrir 150 ans de l'aventure industrielle de la famille Main. Le site, inscrit au titre des Monuments historiques depuis 2013, a non seulement produit des machines utilisées par les soieries Bonnet, mais aussi exporté ses machines-outils aux quatre coins du monde. Les neuf salles de ce parcours immersif nous plongent dans l'évolution des techniques de production et dans l'organisation des réseaux commerciaux.

GRAND JEU-CONCOURS



STIGA

Un robot de
tonte guidé STIGA
à 1309€ avec batterie
et chargeur
À GAGNER

Valeur
1309€
TTC Franco
de port



UN ROBOT DE TONTE COMPACT ET LÉGER !

Avec le robot STIGA, vous n'aurez plus besoin de tondre votre pelouse. Il s'en charge à votre place. Il intègre une batterie de 2,5 Ah qui est suffisante pour tondre un jardin de 600 m². Avec sa légèreté et sa forme compacte, ce robot se déplace aux quatre coins de votre jardin. En effet, ce robot de tonte guidé STIGA permet de tondre facilement toute la pelouse d'un jardin y compris dans les plus petits espaces (sous les arbres et les arbustes notamment). En plus, il reste parfaitement stable dans les pentes à 45 %. Ses 4 lames pivotantes et son excellente isolation acoustique permettent de tondre votre gazon à la perfection et sans aucun bruit. Grâce à ses commandes et son tableau de

bord intuitifs, ce robot est très simple à utiliser. Équipé d'une connexion Bluetooth, le robot peut être contrôlé à distance depuis votre smartphone. Pour cela, il suffit de se connecter à l'application STIGA.GO. Disponible sur l'App Store iOS et Google Play Store, elle est idéale pour gérer le robot avec simplicité et fournir de nombreuses informations (niveau de batterie, status, mise à jour, distance parcourue...) sur son état de fonctionnement. Enfin, la coque supérieure amovible de ce robot facilite son nettoyage et son entretien. En résumé, avec ce robot STIGA, vous pourrez profiter pleinement de votre beau jardin et d'une pelouse bien tondue.

Pour en savoir plus : www.stiga.com

STIGA

JOUEZ ET GAGNEZ !

PIÈCE DE TONDEUSE ÉLECTRIQUE	POÈME ANCIEN	TYPE DE GAZON	DE L'ARGENT POUR LE CHIMISTE	BEAU BLEU	FAIT UNE GREFFE	ILS DONNENT DE L'ÉNERGIE AUX TONDEUSES	PANIER PERCÉ
ESPACE VERT	ARTÈRE EN VILLE		LE RUSTIQUE EST PLUS ROBUSTE	MISE AU DIAMÈTRE		AUTEUR DE RAGOTS	
NON EXPRIMÉE		JEU CHINOIS		BOUQUINÉ	PASSA LA MAIN		
SAISON POUR TONDRE	2	À LA MODE		ACCOMPLIT LE TRAJET	TRAIN URBAIN		
	AVEC ELLE		COMME DE L'HERBE			APRÈS LE MAÎTRE	
	DOUZE MOIS		DRAME À TOKYO	7			
UN PEU D'HERBE	FRUIT ANTILLAIS				C'EST UN TRAVAIL DE CHOIX	AUTOCAR	6
	MYTHIQUE					ELLE A DU TRANCHANT	
		ELLE DEVINT GÉNISSE		DÉBIT DE VIANDE		ILE OU NOTE	
		EST UTILE		GRIMÉ		3	REÇUE AVEC LA VIE
L'IRIDIUM	ABRÉVIATION À ROME		METTAIS UN CADENAS				TEL UN GAZON BIEN ENTRETENU
ON LA FAUCHE RÉGULIÈREMENT	BROME ABRÉGÉ		BIEN ASSIMILÉ				
		A ELLE OU À LUI		A BIEN CHAUD	MANGANÈSE AU LABO		ONCLE EN AMÉRIQUE
		CHAMP DE DUNES			PHASE DE LA LUNE		
TERRAIN QUI PEUT ÊTRE DIFFICILE À TONDRE	FAUTES À CORRIGER		5		CELUI QUI TOND LA REDOUTE	1	
	DEVANT UN PRÊTRE				DEDANS		
		SYMBOLE DU TOUR		COMBAT D'HONNEUR		FUTUR OFFICIER	4
IL EST À REPASSER D'URGENCE		TAPIS DE GOLF			PRÉPARE LA PELOUSE		

JOUEZ AUSSI SUR INTERNET : <https://www.rustica.fr/jeux/stiga2778> dès le 24/03/2023

Grand jeu-concours

Civilité : ☐ Madame ☐ Monsieur

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Êtes-vous abonné à Rustica ? ☐ oui ☐ non ☐

Si oui, numéro d'abonné Rustica : _____

Courriel : _____

Tél : _____

☐ J'accepte de recevoir par email les newsletters du site rustica.fr

☐ J'accepte de recevoir par email les newsletters du site rustica.fr et les bons plans de ses partenaires

« Les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées par Rustica pour le jeu-concours rustica Stiga. Vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en vous adressant à Rustica - Concours Jeu fléché Stiga : Cambium Media Solutions - 32, Avenue Pierre-Grenier, 92100 Boulogne-Billancourt.

STIGA

Pour 1 gagnant :

ROBOT DE TONTE GUIDÉ STIGA

Valeur : 1309 € TTC
Franco de port

Remplissez la grille et formez un mot en rapport avec le robot de tonte guidé STIGA en reportant les lettres numérotées dans les cases correspondantes.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Complétez ce bulletin de participation et adressez-le avant le 5 mai 2023 (Résultat numéro 2791 parution le 23/06/2023) à :
RUSTICA - Concours Jeu fléché STIGA : CAMBIUM MEDIA SOLUTIONS - 32, av. Pierre-Grenier, 92100 BOULOGNE-BILLANCOURT
 Règlement du concours disponible sur : <https://www.rustica.fr/jeu-stiga2778-reglement>
 Jeu valable exclusivement en France métropolitaine

Courrier des lecteurs

Vous vous heurtez à un problème jardinier, il vous manque une information ? Vous voulez faire connaître une de vos réussites, de vos trouvailles ? N'attendez plus pour échanger avec nous : écrivez-nous !



Karin Maucotel



Hubert Fontaine



Patricia Kadijevic



Stéphan Cuzenic



Nigelle multipliée

"Des nigelles de Damas bleues ont poussé au jardin. Pour les garder, comment faire ?" Arnaud C., St-Estève (66)

Ces belles nigelles de Damas (*Nigella damascena*) sont des plantes annuelles de la famille des Renonculacées. Pour les multiplier, commencez par récolter les semences, présentes dans les capsules. Ces dernières, très graphiques, entrent dans la composition de jolis bouquets secs. Dès maintenant et jusqu'au mois de mai, il est possible de les semer en place. Tassez ensuite la terre du semis avec le dos du râteau, arrosez légèrement. Après la levée, éclaircissez les plants à une vingtaine de centimètres. Les nigelles fleurissent en abondance jusqu'au mois de septembre. Elles sont souvent associées à des fleurs comme

les pavots ou les cosmos dans les riches prairies fleuries. Les nigelles se déclinent aussi en rose ou en blanc. KM

Afflux de courtilières

"Comment limiter les courtilières, qui me semblent causer de gros dégâts dans mon potager ?" Denise F., Saint-Paul-Flaunac (46)

La courtilière (*Gryllotalpa*), appelée communément "taupe-grillon", mesure entre 5 et 10 cm. De la famille des orthoptères (qui ont les ailes alignées le long du corps) comme les grillons, sauterelles et criquets, la courtilière émet des sons stridents avec ses ailes (stridulation). Elle apprécie les terrains humides, légers et... plus particulièrement les potagers ! Omnivore, elle se satisfait de tout : racines, tubercules, lombrics et encore larves de vers blancs, cétoines, taupins, doryphores, hannetons, œufs de fourmis... La courtilière est donc fort utile lorsqu'elle capture les parasites, et, hélas, nuisible lorsqu'elle découpe les racines des plantes cultivées ! Tout est donc une question de nombre. En cas d'invasion, piègez l'insecte en creusant en automne des tranchées de 25 cm, espacées de 2 ou 3 m, remplies à moitié de fumier frais recouvert de terre. Au cours de l'hiver, les courtilières se blottissent bien au chaud en attendant le printemps pour repartir à la conquête de proies ou de racines. HF

Pourriture blanche de l'ail

"L'ail que je plante finit toujours par pourrir. Comment corriger ce problème ?" Élisabeth D. (courriel)

Dans les terres très lourdes et amendées souvent à l'excès (avec du fumier frais par exemple), l'ail peut être victime d'une maladie cryptogamique qui provoque des symptômes appelés "pourriture blanche". Le responsable de ces dégâts est un champignon, *Stromatinia cepivora*, qui attaque également les oignons, poireaux ou échalotes et qui

peut rester plusieurs années dans le sol. De manière générale, retirez et supprimez les plants infectés et ne plantez pas trop serré. Renoncez à la répétition de la culture de l'ail sur la même zone pendant 5 ou 6 ans dans votre plan de rotation. Saupoudrez de cendre de bois à la plantation. Aérez la surface du sol avec une griffe, puis limitez les apports de fumures fraîches et les excès d'azote. Sur les sols très lourds, plantez sur butte. Enfin, procurez-vous des bulbes certifiés sains par le revendeur. PK

Cresson de fontaine

"Je souhaite installer une cressonnière dans mon grand bassin. Quelles sont les étapes à suivre ?" **André T., Le Ségur (81)**

Plante aquatique ou semi-aquatique le cresson de fontaine (*Nasturtium officinale*) se développe dans l'eau de source. Creusez autour du bassin une tranchée comportant des écluses de 30 à 40 cm de profondeur pour que l'eau passe d'une réserve à l'autre. Si votre bassin est alimenté par une source courante, il n'est pas nécessaire d'imperméabiliser la cressonnière, sinon, bâchez la fosse. Épandez un lit de sable de 3 ou 4 cm d'épaisseur. Versez un substrat à base de compost et de terre végétale. Mouillez-le et piquez les boutures de cresson dans cette boue. À ce stade, l'eau couvre légèrement les plants. Dès que le cresson est bien enraciné, faites monter l'eau légèrement au-dessus des boutures pour atteindre la hauteur de l'écluse. La récolte des feuilles débute après 6 semaines. Cette plante joue en outre un rôle d'épurateur des cours d'eau, car elle fixe les nitrates, d'où sa présence dans les fossés qui traversent les cultures. **HF**



PHOTO LECTEUR



"Quelle est cette belle plante que j'ai vu fleurir en plein hiver ?" **Alain S. (courriel)**

Il s'agit de l'iris d'hiver ou d'Alger (*Iris unguicularis*). Cette plante rhizomateuse est précieuse car, comme vous avez pu le remarquer, sa floraison débute au mois de novembre et dure tout l'hiver. Ni assoiffée ni frileuse, cette fleur vigoureuse développe une touffe dense avec le temps. Autre avantage : elle ne demande aucun soin particulier hormis un nettoyage en mai et en septembre. **PK**

"Quelle est cette curieuse bête que j'ai trouvée sur une plante ?" **Véronique B. (courriel)**

Il s'agit d'une mue nymphale de coccinelle. Cette étape intervient une dizaine de jours après la ponte. Pour devenir ce gracieux insecte à points si connu, la coccinelle passe par plusieurs phases dont celle-ci, qui fait suite à l'étape larvaire. Au terme de sa dernière transformation, la larve s'immobilise et une nymphe jaune sort en quelques heures de l'enveloppe noire de la larve. Trois jours plus tard, la coccinelle, métamorphosée, sort de sa chrysalide. **PK**



PHOTO LECTEUR

La photo
des
lecteurs

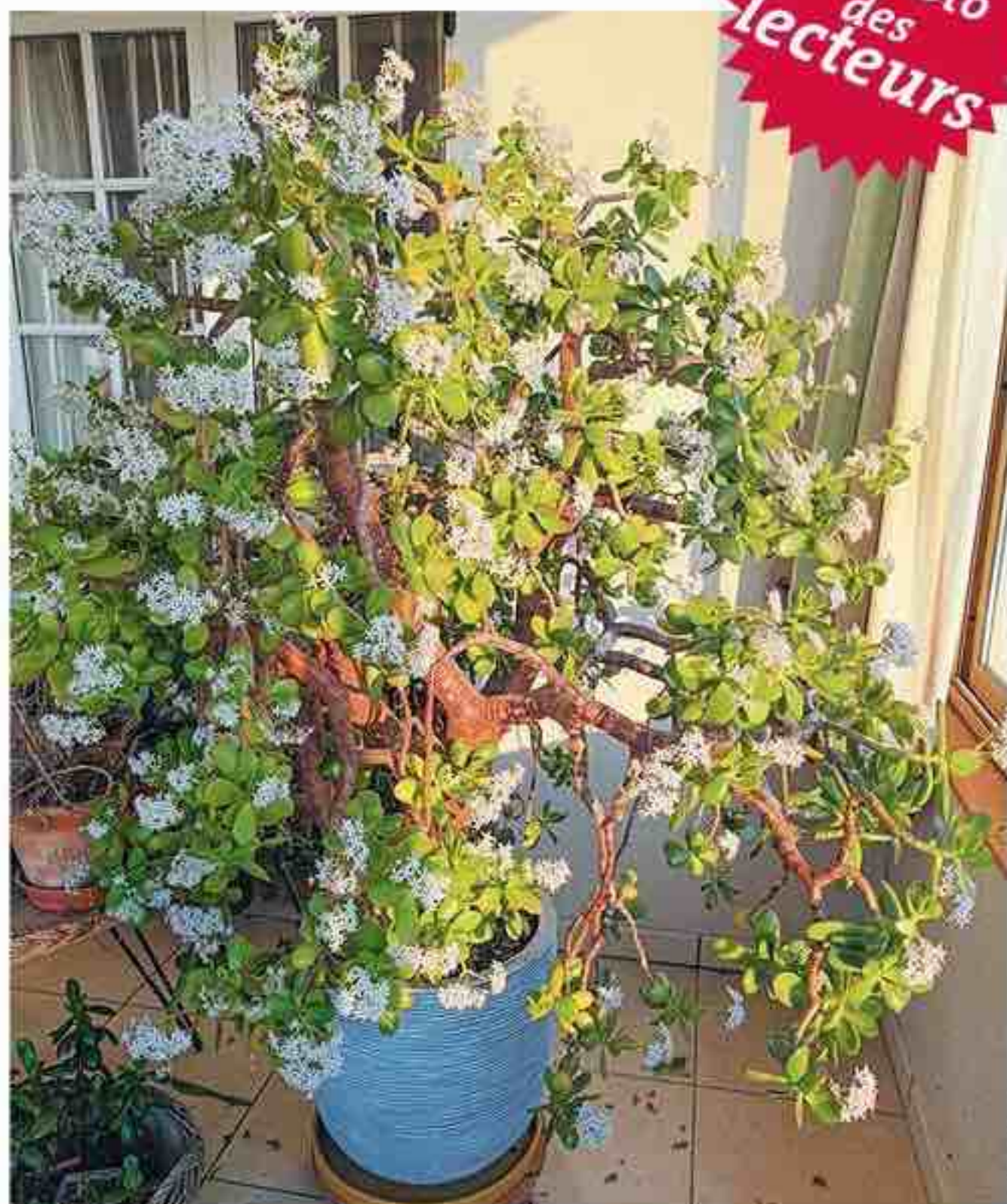


PHOTO LECTEUR

Jacques J., de Sublaines (37), nous envoie une photo de son "crassula, ou arbre de jade, en pleine floraison."

ADRESSEZ-NOUS VOS QUESTIONS, VOS ASTUCES OU VOS PHOTOS :

1. Envoyez un courriel en précisant vos nom, prénom et lieu de résidence à : courrier@rustica-info.fr

Une sélection sera publiée dans notre magazine. Aucune réponse personnelle ne vous sera directement adressée.

2. Adressez votre courrier à : **Rustica rédaction, Cambium Média, 27, cours de l'Île-Séguin, 92100 Boulogne-Billancourt.**

Pour toute question sur votre abonnement, tél. : 0 806 000 465 (prix d'un appel local).

POUR TOUT TROUVER...

À FAIRE AU JARDIN
CETTE SEMAINE

Pavots de Californie
'Strawberry Fields', 'Peach Strawberry', 'Thai Silk Field Grown Mix', pavots somnifères 'Drapeau danois', 'Flemish Antique', 'The Giant':

Graines Baumaux,
88503 Mirecourt Cedex.
Tél.: 03 29 43 00 00

ou www.graines-baumaux.fr

Pavots de Californie 'Jelly Beans', 'Red Chief', pavots somnifères 'Black Peony', 'Purple Peony', 'Pink Fizz':
Promesse de fleurs, 23, route du Fresnel, 59116 Houplines.

Tél.: 03 61 76 08 10
ou www.promessedefleurs.com

Sedum blanc 'Coral Carpet':
Pépinières Quissac,

801, route de Saint-Comes,
30250 Souvignargues.
Tél.: 06 28 19 14 55

ou www.jardin-ecologique.fr

Sempervivum & Cie,
424, chemin de Seigne,
38200 Vienne.

Tél.: 06 11 393 643 ou contact@sempervivum-et-cie.com
ou www.sempervivum-et-cie.com

Camomille romaine

'Treneague',

verveine nodiflore:

Arom'antique, 275, chemin
la Ville, 26750 Parnans.

Tél.: 04 75 45 34 92 ou

www.plante-aromatique.com

Leaderplant, tél.: 02 40 04 38 04
ou www.leaderplant.com

Menthe du Nil:

Pépinière Chênes de Caux,
899, route du Bosc-Renault, 76190
Valliquerville. Tél.: 06 73 07 72 26
ou www.leschenesdecaux.fr

Rudbeckia

'Sunseekers Red':

Le Châtel des vivaces, 18, rue
du Portail, 45300 Givraines.
Tél.: 02 38 34 20 97 ou

www.le-chatel-des-vivaces.com

DOSSIER

Plantes courantes en jardinerie.

Actinidia kolomikta,
vigne de Coignet:

Pépinières Travers, domaine
de Bellevue, chemin rural des
Montées, RD126, 45590 Saint-Cyr-
en-Val. Tél.: 02 38 66 13 70 ou
<https://www.clematite.net>

Figuier 'Pastilière'

'Brunswick':

Pépinières Pierre Baud, Le Palis,
84110 Vaison-la-Romaine.
Tél.: 04 90 36 08 46

ou www.fig-baud.com

Passiflora incarnata:

Pépinières Travers,
voir ci-dessus.

Promesse de fleurs,

voir ci-contre.

Aristolochie géante:

Pépinière Nature & Tropiques,
1793, route des Trois-Pins,
RD 559, 83320 Carqueiranne.

Tél.: 06 71 62 60 83 ou

www.plantes-tropicales.com

PLAN-PATRON

Deutzia magnifique:

Promesse de fleurs, voir ci-contre.

Pépinières Végétal 85,
La Fouinière, 85310 La Chaize-le-
Vicomte. Tél.: 02 51 05 78 41 ou
06 08 02 59 24. Courriel:
vegetal85@wanadoo.fr
ou www.pepiniere-vegetal85.fr

Hosta 'Wide Brim':

Leaderplant, voir ci-contre.

Promesse de fleurs,

voir ci-contre.

Digitale pourpre:

Pépinière Deloulay, 1261,
rue de Cornay, 45590 Saint-Cyr-
en-Val. Tél.: 02 38 69 78 40
ou www.aromatiques.fr

Pépinière Mes arbustes,
tél.: 06 13 56 02 10

ou www.mesarbustes.fr

Sedum 'Iceberg':

Mes arbustes, voir ci-dessus.

Thym officinal:

Promesse de fleurs,

voir ci-contre.

DEMAIN AU JARDIN

Dahlias 'Franz Kafka',

'Cornel':

Promesse de fleurs, voir ci-contre.

Dahlia 'Sylvia':

Graines Baumaux, voir ci-contre.

Ernest Turc, tél.: 02 41 66 01 65

ou www.ernest-turc.com

Dahlias 'Othello', 'Orange

blanc', 'Okapi', 'Éclairer':

Ernest Turc, voir ci-dessus.

Dahlia 'Genova':

Promesse de fleurs, voir ci-contre.

Ernest Turc, voir ci-dessus.

EN CUISINE

Coffret baguette express:

En magasin ou www.cookut.com

Cancoillotte aux morilles:

Fromagerie Mauron, 31, route
de Velet, 70100 Gray-la-Ville.
Tél.: 03 84 65 04 24 ou [http://](http://boutique.fromagerie-mauron.fr/)
boutique.fromagerie-mauron.fr/

Absinthe verte:

Mayra & François Aymonier,
80, Grande-Rue, 25300 Les Fourgs.
Tél.: 09 53 59 18 67 ou
07 87 24 57 45 ou www.directproducteur.com/lasemilla/

Confiture au miel:

Famille Mary, La Ruche de
Beau-Rivage, 49450 Saint-André-
de-la-Marche. Tél.: 02 41 55 35 79
ou www.famillemary.fr

DOSSIER CUISINE

Fromagerie Janin, 21, avenue
de la République, 39300
Champagnole. Tél.: 03 84 52 00 97
ou fromagerie-janin.com

La Chaumière, Joël Cesari,
346, avenue du Maréchal-Juin,
39100 Dole. Tél.: 03 84 70 72 40
ou www.lachaumiere-dole.fr

Vignoble Xavier Guillaume,
Grande-Rue, 70700 Charcenne.
Tél.: 03 84 32 77 22 ou

vignobleguillaume.isasite.net

Domaine de Montbourgeau,
53, rue de Montbourgeau,
39570 L'Étoile. Tél.: 03 84 47 32 96,
domaine-de-montbourgeau.fr

Domaine de la Touraize,
7, route de Villette, 39600 Arbois.
Tél.: 06 09 69 24 55

ou domaine-touraize.fr

Jérôme Arnoux, 5, rue de

Bourgogne, 39600 Arbois.

Tél.: 06 61 92 80 76

ou jeromearnoux.com

Maison du Comté, 1, rue de
la Maison-du-Comté, 39800
Poligny. Tél.: 03 84 37 78 40 ou
www.maison-du-comte.com

Philippe Troussard,
sommelier de l'hôtel-restaurant
Les Caudalies, 20, avenue Pasteur,
39600 Arbois. Tél.: 03 84 73 06 54
ou www.lescaudalies.fr

La Maison de Rose,
Dominique Grand, 8, rue de
l'Église, 39230 Saint Lothain.
Tél.: 03 84 37 01 32

ou 06 95 02 12 71

ou lamaisonderosse-vinbio.fr

ANIMAUX

Stop Minou, Stop Chat,
Catwatch, etc.:

En jardinerie ou sur le site de la
Ligue de protection des oiseaux:

<https://boutique.lpo.fr/>

categorie/jardin-d-oiseaux/

protection

TERROIR

Le musée des Soieries Bonnet,
19 bis, rue Claude-Joseph-Bonnet,
01640 Jujurieux.

Ouvert du 28 mars au
12 novembre 2023, du mardi au
dimanche. Tél.: 0474 36 97 60 ou
<https://www.cerdonvalleedelain.fr/musee-soieries-bonnet>

La Cuivrierie Cerdon,

rue de la Cuivrierie,

01450 Cerdon.

Ouvert du 4 février au

12 novembre 2023, du mardi au
dimanche. Tél.: 0474 37 23 14

<https://www.cerdonvalleedelain.fr/cuivrierie-de-cerdon>

Rustica

Média Participations, Rustica SA,
57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19.
Bureaux: 32, avenue Pierre-Grenier, 92100 Boulogne-Bill.
Standard: 01 53 26 33 00. **Site:** www.rustica.fr

Service abonnements.

B 200, 80643 Chantilly Cedex.

0 806 000 465 Service gratuit + prix appel

du lundi au vendredi de 9h à 18h.

Envoyez-nous à l'adresse suivante:

abonnements@rustica.fr

Tarif abonnement France: 50 n° à 84,90 €

Tarif abonnement Belgique: 50 n° à 95,40 €

Président-directeur général

de la société Rustica SA

et directeur de la publication:

Vincent Montagne.

Directrice générale: Caroline Thomas.

Directeur des rédactions:

Alain Delavie.

Rédactrice en chef: Corinne Beaudouin.

Rédactrice en chef adjointe jardin:

Karin Maucotel.

Rédacteur en chef adjoint univers

jardin inspiration, art de vivre:

Pierre Nessmann.

Cheffe de service maison: Nathalie Collin.

Chef de rubrique (actus, animaux, terroir,

bien-être): Jérôme Verroust.

Rédactrice bimédia:

Patricia Kadjevic.

Rédacteurs-graphistes:

Aline Bahuchet (1^{re}), Marc Béguin,

Gérard Bahuchet.

Secrétaire générale de la rédaction:

Véronique Gonzalez.

Secrétaires de rédaction:

Claude Bourdel (1^{re}) et Florence Blondel.

Cheffe du Pôle image:

Karine Israël.

Iconographes:

Rougi Barry-Oger, Maria Varnier.

Photographe: Frédéric Marre.

Assistante de la rédaction:

Muneerah Shamsudine,

tél.: 01 53 26 32 82.

Publicité et contenus:

Cambium Média Solutions,

www.cambium-media.com/solutions

Directrice commerciale B2B:

Laurence Gaboury,

lgaboury@cambium-media.com

Directeur de publicité:

Thierry Vimal de Rechac,

t.vimaldeflechac@cambium-media.com

Directeurs de clientèle:

Julie Foulonneau,

jfoulonneau@cambium-media.fr

Antoine Zouaghi,

azouaghi@cambium-media.fr

Responsable administration

des ventes:

Kattia Dieudonné,

k.dieudonne@cambium-media.com

Directrice Marketing BtoC:

Anne-Sophie Salomon,

a.salomon@cambium-media.com

Responsable des ventes et contact

diffuseurs et dépôts de presse:

Rodolphe Durand.

Tél.: 01 53 26 32 64.

r.durand@cambium-media.com

Communication:

Agence Think +. think@bourgarel.eu

Directeur de la fabrication:

Claude Pedrono.

Tél.: 01 53 45 80 80.

Photogravure:

Key Graphic, 4, allée Verte, 75011 Paris.

Impression:

Maury - Malesherbes (45).

Dépôt légal mars 2023.

Vente au numéro MLP.

Commission paritaire n° 0223 K 827/53.

ISSN 2270-1915.

Papiers 100 % PEFC.

Provenance papier intérieur: Norvège.

Carnet abonnés, kiosque et poster:

Finlande: Taux de fibres recyclées: 0 %.

Impact sur l'eau: P₂ 0,016 kg/tonne



autorité de
régulation professionnelle
de la publicité

Audience mesurée par

AUDIPRESSE



LA SEMAINE PROCHAINE



F. BOUCOURT/POTAGER DE MINE AUBRAY

Dossier

LA LAITUE FAIT LE PRINTEMPS

Il est aisé, avec un bon arrosage, de célébrer dignement l'arrivée du printemps en cultivant moult *laitues pommées, batavias, feuilles de chêne, à couper...*

Pour chaque mois, il existe une variété. Suivez donc ce calendrier et échelonnez les récoltes !

ET AUSSI...

DEMAIN AU JARDIN

Les euphorbes

EN CUISINE

La moutarde

VIE PRATIQUE

Cuisson vapeur

BIEN-ÊTRE

Que sont les cernes ?

ANIMAUX

Les chauves-souris

TERROIR

L'île de La Palma (archipel des Canaries)

MA SEMAINE AU JARDIN

POTAGER # J'installe la menthe # Je sème le céleri à côtes et les oignons blancs # J'extirpe le liseron # FRUITS # Je vérifie les captures dans les pièges à carpocapses # Je renouvelle les framboisiers # ARBRES # Je taille le bois abîmé par le gel

Rustica

Classez et protégez vos numéros

Votre lot de
2 reliures pour **22,40€**



Chaque reliure peut contenir
26 numéros de Rustica



Pour commander vos reliures :

@ Par internet sur laboutiquejardinmaison.fr/reliures

✉ Par courrier, complétez et renvoyez le bon de commande ci-contre



Bon de commande

À renvoyer sous enveloppe NON AFFRANCHIE avec votre règlement à :
RUSTICA libre réponse 23102 - 60647 CHANTILLY CEDEX

☒ Oui, je souhaite recevoir le lot de 2 reliures Rustica
au prix de 22,40 €. (Frais de port compris)

Je choisis mon règlement :

☐ Chèque bancaire à l'ordre de Rustica ou par carte bancaire / Paypal sur
laboutiquejardinmaison.fr/reliures

Je complète mes coordonnées : ☐ M ☐ Mme

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe :

Mobile :

Pour être informé de vos prochaines publications, je vous indique mon Email :

☐ Je souhaite recevoir les newsletters du site Rustica.fr et les meilleures offres du moment.

☐ Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans des partenaires de Rustica

Livraison des reliures dans un délai de 6 semaines environ dans la limite des stocks disponibles. Offre valable 1 mois en France métropolitaine 22,40€ = prix de vente du lot de 2 reliures Rustica. Conformément aux dispositions légales et réglementaires en matière de données personnelles, les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par RUSTICA pour la mise en place et le suivi de l'abonnement, ainsi que pour l'envoi des courriers ou e-mails de réabonnement. Elles sont destinées à être utilisées par RUSTICA et les prestataires techniques de RUSTICA afin de permettre la bonne réception du magazine et d'assurer le service client. Ces données peuvent être transmises à des tiers pour de la prospection commerciale. Vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en adressant un courrier à RUSTICA - Services Abonnements - 8200 - 60643 Chantilly cedex. L'ensemble des informations relatives au traitement des données personnelles que nous effectuons se trouve dans notre Charte pour la Protection des Données Personnelles accessible sur le site www.rustica.fr/charte



ENRACINÉE ELLE SE PRÉPARE AVEC SES FLEURS ET SES FEUILLES	↓	PEU ELLES SONT RÉUNIES EN CAPITULES	↓	PAYSAGES BRETONS	↓	GREFFÉES RADIUS	↓	ELLE EST PARFOIS APPELÉE "PETITE ..."	↓	OÙ FINISSENT DE NOMBREUX PROJETS CATÉGORIE	↓	LE SIEN EST JAUNE ÉRUPTION	↓	TELLES LES EAUX DE VAISSELLE
→		↓				↓		BOIS ROUGEÂTRE DANS LA MAYENNE	↓			↓		
ON LA MET À LA PORTE	→			FAMILLE DONT ELLE FAIT PARTIE LEVANT	→									
RELIGIEUX	→					DÉSERTS QUALIFICATIF POUR UNE PLANTE COMME ELLE	→				FAIT LE MORT	→		
→											POSSESSIF	→		
GRUGÉES LA ROUILLE EST SON ENNEMIE	→				ARRIVÉES DONNE LE CHOIX	→						NOTE LE JOUR, SON MOUVEMENT EST SUR	→	
→			REGARDÉE AVEC DÉFI	→						CARTE À JOUER	→		IL FAIT BAISSER LE TON	
			RUÉES	→						PRÉPOSITION	→			
QUATRE TRIMESTRES	→	STRONTIUM PÉRIODE PENDANT LAQUELLE ELLE SE RÉFÈRE		ULTRA- VIOLETS	→	DIVISION DES TEMPS COIN DE REPOS	→				COURS DE RUSSIE SOLIDEMENT CHARPENTÉ	→		ORIENTATION
→		HABITUDES BIEN ANCRÉES	→		FLEUVE BAIN DE BALNÉO- THÉRAPIE	→		TENUS À L'ÉCART VILLE DE BELGIQUE	→					
PRÉCÉDENT LES AUTRES	→			UTILISÂT L'ÉGOÏNE	→					LAISSE LOIN DERRIÈRE	→			
CONDITION	→			CITÉ ENGLOUTIE	→					NEPTUNIUM	→			
→		ELLE EST EMPLOYÉE DANS SON TRAITEMENT	→											
ENTRELAÇA DES FIBRES TEXTILES	→					INTERJECTION	→		LAINAGES	→				

SUDOKU

En vous aidant des chiffres déjà placés, remplissez la grille de manière que chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de 3 par 3 ne contienne qu'une seule fois tous les chiffres de 1 à 9.

moyen

3			6		5			8
5		8		9				
			1	8		6		5
	1					4	6	
			2	5				
	3					5	8	
			5	2		9		6
8		3		1				
2			3		9			4

difficile

						5	6	2
7	4							
			3		2			
	9			8				4
		3	4				9	6
	2			9				5
			6		5			
4	1							
						7	5	9

DEVINETTE

CHÂTEAU DE CHAMBORD ?

Quel est le nombre de cheminées installées sur le toit royal ?

- 92
- 132
- 282

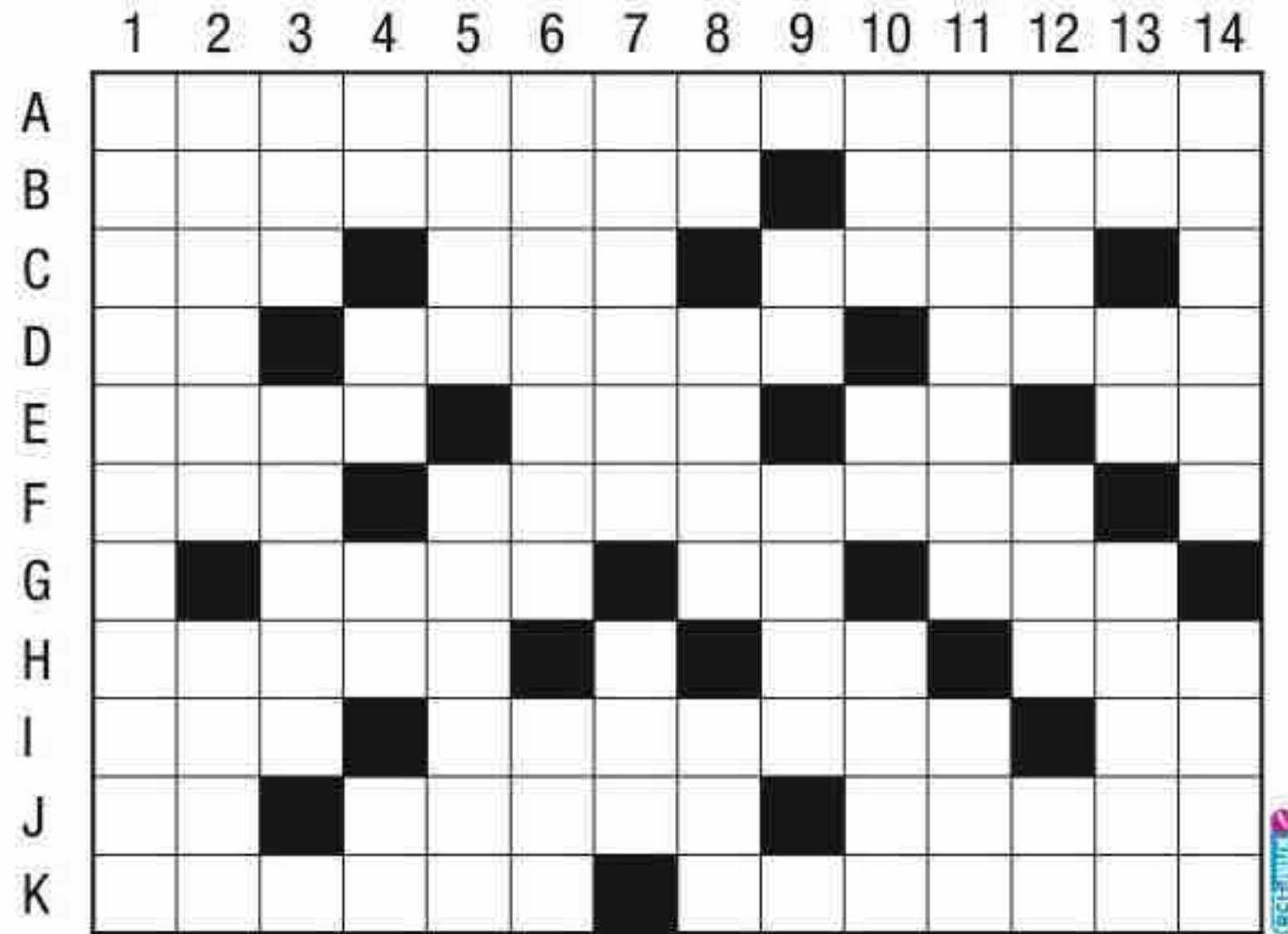


Réponse : 282 cheminées.

MOTS CROISÉS

Horizontalement: A. N'est plus en botte quand on la déguste (trois mots). B. Les creux d'un chemin rural. Défalquait. C. Roue de poulie. Poudre d'écorce de chêne. Peaux mortes. D. Possessif. Coupe le tronc en rondins. Peintre comme Sérusier. E. Ville du Cameroun. Loup d'antan. C'est pareil en bref. Un tiers. F. Craint par les agriculteurs quand il est tardif. Autre nom de l'épine-vinette. G. Comme des pinsons. Article d'Aragon. Il peut soulever la terre. H. Muse. Symbole du lumen. Crible, blutoir et tamis. I. Il a son chemin. Un légume pour la flamme. Qui a quitté sa mère. J. Note. Grattai le sol. Porteur de branches. K. Elle entoure le précédent. S'accompagnent bien de crème chantilly.

Verticalement: 1. Un sujet enté. 2. Nymphes des montagnes et des bois. Rétrograde. 3. Archives télévisuelles. Compositeur anglais. 4. Négation. Certes. Début d'atterrissage. Brome. 5. Bovin du cheptel. Une vie au cinéma. 6. On en tire du sirop au Canada. Un de Londres. 7. La pièce culte. En passant par. 8. Maître carré. Succès musical. Bagarre. 9. Devant l'avocat. Éternel féminin. 10. Lente au début. Infinitif. Dompta les rebelles. 11. Allonges. Canton confédéré. 12. Passa très près. Lettres alarmantes venues du large. Il a de la moelle. 13. Soldat américain. Qui aime garçon ou fille. Source sucrière. 14. D'argent, c'est l'edelweiss. Comme certains haricots.



PHOTOS-MYSTÈRES

À QUELS ANIMAUX SONT CES PELAGES ?



☐ Chien
☐ Daim

☐ Chèvre
☐ Sanglier

Réponses : 1-Daim, 2-Sanglier, 3-Chèvre, 4-Chien.

ANAGRAMMES

ART TOPIAIRE

Assemblez les lettres autrement et taillez les bons mots.



1. ABSTRUSE - - - - -
2. PALIERS - - - - -
3. SUBI - - - - -
4. COUARDE - - - - -
5. POUCE - - - - -
6. BORDERIE - - - - -

Réponses : 1-Arbustes, 2-Spirale, 3-Buis, 4-Cordeau, 5-Coupe, 6-Broderie

LES SOLUTIONS DU NUMÉRO 2777

les mots fléchés

R	C	P	B	E	A	F
P	E	C	H	E	A	P
S	O	U	C	I	G	R
L	I	T	T	O	R	A
D	E	P	S	E	M	R
T	E	M	E	R	E	J
M	U	R	E	S	G	U
B	A	I	E	V	I	V
N	S	I	O	R	A	T
C	O	E	F	F	I	C
N	E	S	E	E	S	T

les mots croisés

H	E	R	E	S	I	E	M	I	R	A	U
E	N	E	E	P	U	R	E	A	B	B	E
R	A	C	I	N	E	E	T	A	B	L	E
B	T	A	V	R	A	I	E	R	E		
A	B	A	T	T	I	S	L	D	S	X	
C	R	A	G	C	T	V	S				
E	A	U	A	N	A	C	A	R	D	I	E
E	S	T	R	E	E	S	N	I	D	U	
S	A	R	A	I	D	B	A	C	S		
C	A	R	R	E	S	S	I	S	E	O	S
A	I	N	E	T	A	O	N	C	A	D	E

sudoku

moyen											
8	4	3	6	1	5	7	9	2			
7	1	5	8	2	9	4	3	6			
9	6	2	4	3	7	1	8	5			
6	3	9	7	5	1	2	4	8			
4	8	7	9	6	2	5	1	3			
2	5	1	3	8	4	6	7	9			
1	9	6	5	7	3	8	2	4			
3	7	8	2	4	6	9	5	1			
5	2	4	1	9	8	3	6	7			

difficile

1	9	6	7	8	4	5	3	2			
3	5	8	9	1	2	4	7	6			
2	4	7	3	5	6	9	8	1			
8	7	1	4	9	3	6	2	5			
6	2	5	1	7	8	3	4	9			
4	3	9	6	2	5	7	1	8			
5	8	4	2	3	9	1	6	7			
7	6	2	5	4	1	8	9	3			
9	1	3	8	6	7	2	5	4			

