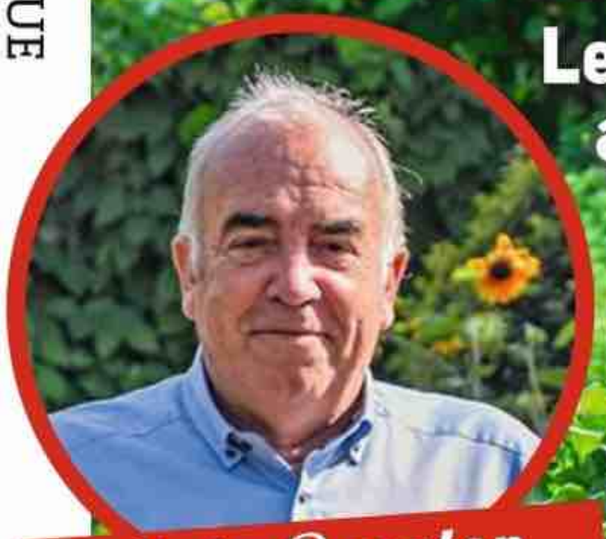
Rustica PRATIQUE

Rustica PRATIQUE

Rustica PRATIQUE

MIEUX VIVRE AU JARDIN ET À LA MAISON



Alain Baraton

Les conseils du jardinier en chef au château de Versailles

45 FICHES de fleurs inratables

Semis et plantations

Le plein de fleurs pour la belle saison

Choisir les variétés à la floraison généreuse et à effet immédiat, réussir leur culture



Cultiver les piments
16 VARIÉTÉS DOUCES OU PIQUANTES



Cuisiner l'artichaut
TARTE, FLAN, GNOCCHIS, CROQUETTES, SALADE...



Reconnaître les œufs
QUEL OISEAU A PONDU DANS MON JARDIN ?

AVRIL - MAI - JUIN 2024

2024 • TRIMESTRIEL • 5,90 € (FRANCE MÉTRO) • 6,90 € (DOM) • 6,50 € (BELUX) • 11,20 CHF (SUISSE) • 10,50 $CA (CAN) • 6,70 € (PORT. CONT.) • 66 MAD (MAR) • 1000 XPF (N. CAL) • 1100 XPF (POL.) • 19 TND (TUN)

L 16012 - 50 - F: 5,90 € - RD

CPPAP

La nature, c'est le futur !



DÉCOUVREZ LE N°13
et partagez votre passion avec vos enfants et petits-enfants

En vente dans votre rayon presse

Et à retrouver sur www.laboutiquejardinmaison.fr

Le plein de fleurs pour la belle saison



F. STRAUSS/BIOSPHOTO

Vous n'avez pas pu, par manque de temps ou autre aléa, effectuer toutes les plantations que vous souhaitiez à l'automne. Qu'à cela ne tienne, il n'est pas trop tard pour avoir un jardin opulent dès ce printemps et durant tout l'été. De nombreuses plantes à fleurs peuvent encore se semer ou être installées en pleine terre maintenant et vous gratifier très rapidement d'une généreuse floraison. N'oubliez pas non plus certains végétaux remarquables pour leur feuillage qui viendront compléter vos massifs et bordures. Pour vous aider dans cette tâche, nous avons demandé à Alain Baraton, jardinier en chef du domaine de Trianon et du Grand Parc au château de Versailles (78), lieu prestigieux s'il en est, de vous livrer ses astuces et vous prodiguer ses conseils avisés. Nul doute qu'à la belle saison, votre jardin sera paré d'un décor "royal". Et pour ajouter un peu de piquant à votre jardin, osez la culture des piments au potager. Suivant leur classement sur l'échelle de Scoville, il y en a pour tous les palais des gourmets. Si, lors de l'entretien de votre jardin, vous repérez quelques pissenlits à éliminer, ne les jetez pas. Profitez-en pour réaliser des compositions qui apporteront une touche colorée dans la maison (sans aucun risque de propagation !). Ce printemps s'annonce florissant et lumineux.



C. HOCHET/RUSTICA

CORINNE BEAUDOUIN

Ce numéro comporte 1 encart abonnement Rustica dans tous les exemplaires destinés au kiosque.
Un courrier de réabonnement sous enveloppe posé sur une sélection d'exemplaires abonnés.

PHOTOS DE COUVERTURE FLEURS : F. STRAUSS/BIOSPHOTO. **PORTRAIT A. BARATON :** SP. **PIMENT : 'BLACK HUNGARIAN' :** F. MARRE/RUSTICA **ARTICHAUT ŒUF COCOTTE :** P. ASSET/ADOCOM RP/CNPO **NID DE GRIVE MUSICIENNE :** CHATO PL/SHUTTERSTOCK

Sommaire



ABO PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK

Actualités

6 événements, actus
12 livres
14 repéré pour vous

Jardin

18 mon jardin fleuri
Alors, plantez maintenant !
56 zoom sur...
Piments doux ou forts, ils mettent le feu au palais !
66 reportage
À Poulaines, un domaine réunifié
76 votre calendrier de saison

Cuisine

80 feuilles gourmandes
Déshabillez l'artichaut
92 desserts
Essentiellement miel



PIMENT : C. HOCHET/RUSTICA – TARTE : V. MASLOVA/SHUTTERSTOCK

Maison

104 vie pratique
Ma déco en mode home staging

108 idée déco
Le printemps bien encadré !

112 je fais moi-même
Des tuteurs à portée de main

Nature

116 matière première
Pas si peste, le pissenlit !

120 biodiversité
À qui est ce nid dans mon jardin ?

Bien dans ma vie

130 recettes santé
Je pratique l'automassage

134 rencontre...
Passionnément fleurs avec Élisabeth Heim

138 escapades
Du zoo au parc animalier, un modèle plus vertueux

144 Carnet d'adresses

146 Prochain numéro



PINKYSTOCK/SHUTTERSTOCK



P. OVSIK/FLORA PRESS/BIOSPHOTO



M. MIERZEJEWSKI/SHUTTERSTOCK



AIJIRO/SHUTTERSTOCK





DANIEL XD/SHUTTERSTOCK

Les événements de printemps

Dans les parcs et les jardins*

6 et 7 avril

● **St-Martin-de-Boscherville (76)**
Jardins en éveil revient pour cette 3e édition, réunissant 50 exposants. Le thème mis à l'honneur cette année: "Prenez-en de la graine".
Abbaye Saint-Georges, 76840 St-Martin-de-Boscherville. www.jardinsdelabbayesaintgeorges.fr

6 et 7 avril

● **Blandy-les-Tours (77)**
L'éco-jardinage s'invite à la Journée des plantes & art du jardin en présence d'artisans, d'horticulteurs et de pépiniéristes régionaux.
Au château, 77115 Blandy-les-Tours. https://journeesdesplantesblandy.fr

13 et 14 avril

● **Sérignan-du-Comtat (84)**
La 24e édition de Plantes rares et jardins naturels convie plus de 70 pépiniéristes à un marché bio.
Parc municipal, 84830 Sérignan-du-Comtat. www.plantes-rares.com

13 et 14 avril

● **Genay (69)**
Producteurs et associations de jardiniers se retrouvent à la Foire aux plantes rares et art des jardins.
Parc de Rancé, 69730 Genay. www.foireauxplantesdegenay.com

14 avril

● **Nexon (87)**
La Journée des plantes et du jardin rassemble dans le parc du château 60 exposants venus du Limousin.
87800 Nexon. Tél.: 07 61 84 14 29.

20 et 21 avril

● **Broglie (27)**
Le potager et les serres du château accueillent la Fête des bons plants (3e édition) et plus de 40 exposants.
Domaine de Broglie, 27270 Broglie. Tél.: 06 41 60 36 80.



H. LENAIN/BIOSPHOTO

Paradis des jardiniers

● **Tréveneuc (22)**
L'incontournable rendez-vous des jardiniers bretons investit, **les 13 et 14 avril,** le parc du château de Pommorio. Didier Willery, lauréat du Prix Redouté 2016, est l'invité d'honneur de cette édition, dont le thème "Bien vivre au paradis" est aussi le titre de sa conférence, qui aura lieu le samedi 13, à 15 h. Il y signera ses derniers livres.
Château de Pommorio, 22410 Tréveneuc. https://fetedesjardins.com



É. SANDER/CHAUMONT-SUR-LOIRE/SP

Élégance anglaise

● **Villeneuve-sur-Allier (03)**
Créé il y a plus de 200 ans par Aglaë Andanson, l'arboretum de Balaine rend hommage chaque année à sa créatrice en organisant une fête des plantes. **Les 13 et 14 avril,** une cinquantaine de pépiniéristes exposent des rosiers, arbres et arbustes rares, plantes médicinales et grimpantes ou fleurs exotiques dans le parc de style anglais du château (ci-contre).
Arboretum de Balaine, 03460 Villeneuve-sur-Allier. www.arboretum-balaine.com



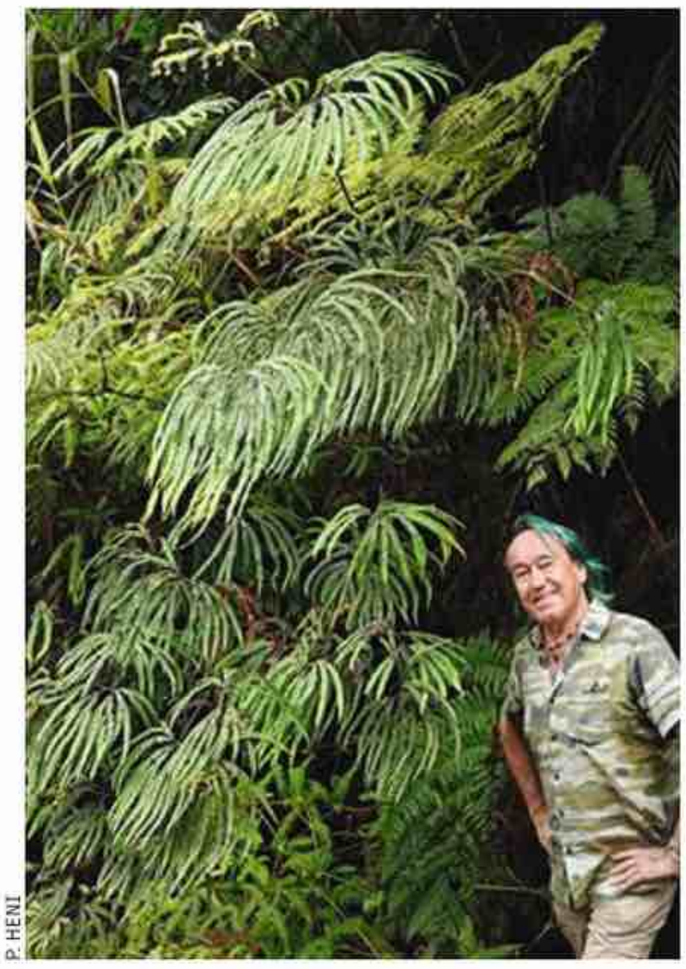
Source de vie

● **Chaumont/Loire (41)**
"Le jardin, source de vie" est le thème du Festival international des jardins qui se tient **du 24 avril au 3 novembre.** Les scènes imaginées par une sélection de paysagistes du monde entier sont autant d'idées pour aménager le sien. En photo, le Jardin patchwork, éd. 2023.
Festival des jardins, 41150 Chaumont-sur-Loire. www.domaine-chaumont.fr



*Sous réserve d'annulation de la manifestation par les organisateurs

2024 : des anniversaires à foison...


P. HENI

30 ans de passion

• La Roche-Guyon (95)

L'inventeur du mur végétal Patrick Blanc (ci-contre) est, **les 4 et 5 mai,** le parrain de Plantes, Plaisirs, Passion, qui fête trois décennies d'existence. *Château de La Roche-Guyon, 95780 La Roche-Guyon. www.chateaudelarocheguyon.fr*

• Le Lude (72)

Lors la 30e Fête des jardiniers, les **1er et 2 juin,** sera décerné le Prix P.-J.-Redouté. *Château du Lude, 72800 Le Lude. www.lelude.com*

40 ans d'excellence

• Saint-Jean-de-Beauregard (91)

Élie Semoun est, **les 26, 27 et 28 avril,** le parrain d'honneur des 40 ans de la Fête des plantes. C'est l'occasion de mettre en avant les "mascottes" de chaque producteur français ou européen. Ces plantes sont les vedettes de ces trois journées dédiées à l'excellence botanique. *Château de Saint-Jean de Beauregard, 91940 Saint-Jean-de-Beauregard. www.chateau desaintjeandebeauregard.com*


SAINT-JEAN-DE-BEAUREGARD/SP

100 ans de partage

• Villandry (37)

L'association La Demeure historique, créée en 1924 par Joachim Carvallo, propriétaire du château et des jardins (ci-contre), fête ses 100 ans, **le 31 mai.** L'exposition La Demeure historique: 1924-2024 – 100 ans de passion, d'innovation, de transmission sera inaugurée. *Château de Villandry, 37510 Villandry. www.demeure-historique.org*


D. DARRAULT/CHÂTEAU DE VILLANDRY/SP

20 et 21 avril

• Honfleur (14)

Végétaux, mobiliers et équipements de jardinage sont exposés au salon Passionnément jardin, l'occasion de découvrir les nouvelles tendances. *Jardin public, 14600 Honfleur. www.passionnementjardin.fr*

20 et 21 avril

• Saint-Ambreuil (71)

Les Journées des plantes de la Ferté célèbrent les jardins sur le thème "La vie est belle au jardin!". *Château de la Ferté, 71240 Saint-Ambreuil. www.foireauxplantes.fr*

27 et 28 avril

• Gradignan (33)

"Plantez la vie, plantez l'avenir" est le thème de l'une des plus grandes fêtes des jardins du Sud-Ouest. *Château de Tauzia, 33170 Gradignan. www.tauzia.fr*

27 et 28 avril

• Chançay (37)

Le potager de Valmer accueille Les bons plan(t)s, un marché de plantes, vins et produits du terroir. *Château de Valmer, 37210 Chançay. www.chateaudevalmer.com*

27 et 28 avril

• Châbons (38)

Plantes en folie, une manifestation dédiée aux végétaux, rassemble plus de 70 exposants dans le parc. *Château de Pupetières, 38690 Châbons. www.pupetieres.jimdofree.com*

4 et 5 mai

• Barbizon (77)

La Fête des parcs & jardins investit les rues de la cité impressionniste. *Dans le village, 77630 Barbizon. www.barbizon.fr*

Les événements de printemps

Dans les parcs et les jardins*

4 et 5 mai

● **Bennwihr (68)**
La plus grande fête des plantes du Grand-Est se tient, près de Colmar, dans l'un des plus beaux parcs paysagers alsaciens.
Domaine de Schoppenwihr, 68630 Bennwihr. www.schoppenwihr.com

4 et 5 mai

● **Ploëzal (22)**
La 18e édition de la Fête des jardins des Côtes-d'Armor a lieu au cœur du domaine départemental de la Roche-Jagu, labellisé Remarquable.
22260 Ploëzal. www.larochejagu.fr

5 mai

● **Thiron-Gardais (28)**
L'ancien Collège royal et militaire accueille la 4e Fête des jardins à l'initiative de Stéphane Bern.
Rue de l'Abbaye, 28480 Thiron-Gardais. www.collegeroyal-thirongardais.com

9 mai

● **Saint-Launeuc (22)**
La Fête du potager propose un riche programme d'animations autour du potager du domaine.
Ar Duen, domaine de la Hardouinais, 22230 Saint-Launeuc. www.arduen.com

11 et 12 mai

● **Crozant (23)**
À l'arboretum de la Sédelle, la Fête des plantes rares est un rendez-vous très attendu des jardiniers.
Arboretum, 23160 Crozant. https://arboretumsedelle.com

18 et 19 mai

● **Rouen (76)**
Le festival Graines de jardin a pour thème "Les plantes étranges".
Jardin des Plantes, 76100 Rouen. www.graines-de-jardin.fr



T. CHARPENTIER/CHANTILLY/SP

Un parfum de fête

● **Chantilly (60)**
"Les parfums au jardin", thème de cette édition printanière, embaument les Journées des plantes, qui se déroulent, **du 17 au 19 mai,** dans le parc anglais du château (ci-dessus). Près de 200 exposants sont au rendez-vous de cet événement dont le tarif est désormais de 14 € (sans accès au château).
Château de Chantilly, 60500 Chantilly. www.chateaudechantilly.fr

Jeux de fleurs

● **Nantes (44)**
Le Comité des Floralies de Nantes organise, **du 17 au 26 mai,** les Floralies internationales. Cette année, ce grand show floral se déroule en Vendée, au Logis de la Chabotterie, sur le thème "Jeux de fleurs". *Domaine de la Chabotterie, 85260 Montréverd. www.comite-des-floralies.com*





FONDATION MA

Nature et culture

● **Paris (75)**
Pour ses 20 ans, Jardins, Jardin quitte les Tuileries pour investir, dans le bois de Boulogne, le parc de la villa Windsor (ci-contre), rénové et ouvert au public, **du 30 mai au 2 juin.** Plus de 30 jardins, terrasses ou balcons y sont réalisés par des jardiniers-paysagistes.
Parc de la villa Windsor, bois de Boulogne. www.jardinsjardin.com

**Sous réserve d'annulation de la manifestation par les organisateurs*

Y. BURDET/MORGES/SP

À Morges, la Fête de la tulipe rayonne au bord du lac Léman.

Floralies et fêtes des plantes en Europe

• Morges (Suisse)

Jusqu'au 12 mai, sur les rives du lac Léman, la cité vaudoise accueille la Fête de la tulipe, avec environ 350 variétés et plus de 140 000 fleurs ! *Ville de Morges, www.morges-tourisme.ch*

• Celles (Belgique)

Les 20 et 21 avril, a lieu la Fête des plantes. On attend plus de 70 pépiniéristes parmi les meilleurs de Belgique comme de l'étranger. Le thème mis à l'honneur cette année est : "Arbres d'avenir". *La Feuillerie, 7760 Celles. www.lafeuillerie.be*

• Beervelde (Belgique)

Du 10 au 12 mai, les Journées des plantes, organisées par Valérie et Renaud de Kerchove, dans le cadre d'une des plus belles propriétés du pays, ont pour thème "Le paradis vert", symbole d'un mode de vie durable. *Parc de Beervelde, 9080 Beervelde. www.parkvanbeervelde.be*



P. GIRAUD/BIOSPHOTO

Rendez-vous aux jardins

• En France

Le ministère de la Culture nous donne Rendez-vous aux jardins **du 31 mai au 2 juin,** avec un coup de projecteur sur les cinq sens, thème de cette édition. En photo, le Jardin des cinq sens, Yvoire (74). *https://rendezvousauxjardins.culture.gouv.fr*

18 et 19 mai

• Sasnières (41)

Au Marché des plantes et produits du terroir, 40 exposants proposent vivaces, rosiers, arbustes, bulbes... *Jardin du Plessis-Sasnières, 41310 Sasnières. www.jardin-plessis-sasnieres.fr*

Du 24 au 26 mai

• Bouc-Bel-Air (13)

Aux Journées des plantes d'Albertas, plus de 180 producteurs de plantes du Sud et artisans sont présents. *Jardins d'Albertas, 13320 Bouc-Bel-Air. https://jardinsalbertas.com*

25 et 26 mai

• Chédigny (37)

Le Festival des roses a lieu dans le seul village de France bénéficiant du label Jardin remarquable. *37310 Chédigny. www.chedigny.fr*

25 et 26 mai

• Doullens (80)

Pépiniéristes et horticulteurs exposent leur production lors des Journées doullennaises des jardins d'agrément au pied de la citadelle. *Citadelle, 80600 Doullens. www.jdja.net*

1er et 2 juin

• Lémeré (37)

La Fête de la rose réunit les grands noms de l'horticulture et des artisans en lien avec la reine des fleurs. *Château du Rivau, 37120 Lémeré. www.chateaudurivau.com*

Du 7 au 9 juin

• Fontaines-Chaalis (60)

L'abbaye et sa roseraie accueillent un peu plus de 150 exposants à l'occasion des Journées de la rose. *Abbaye royale de Chaalis, 60300 Fontaine-Chaalis. www.domainedechaalis.fr*

Actualités

Jardin, nature, gastronomie, bien-être…

150 ans de lager's

Les pépinières Desmartis, situées à Bergerac (24), fêtent leurs 150 ans d'existence. Spécialiste française du lilas des Indes *(Lagerstroemia)*, l'entreprise, dirigée par Patrick Chassagne (photo), a créé pour cette occasion 'Papillons blancs' (ci-dessous), une nouvelle variété à fleurs d'un blanc pur très lumineux. L'association Les Papillons blancs, qui œuvre pour l'inclusion des personnes en situation de handicap, est un partenaire de longue date des pépinières Desmartis. Baptême le 4 juillet prochain.



PÉPINIÈRES DESMARTIS/SP – MÉDAILLON: P. LAVIDALE/PÉPINIÈRES DESMARTIS/SP



E. BOITIER/MAGAZINE TERRE SAUVAGE/SP

Arbres de l'année

Le concours de l'Arbre de l'année, organisé par l'Office national des forêts (ONF), le magazine *Terre sauvage* et l'association A.R.B.R.E.S., a couronné, lors de la cérémonie du 17 janvier 2024, trois superbes sujets. Le Prix du jury a été décerné au tilleul de la Combe droit (ci-dessus), situé à Lapeyrouse (63), le Prix du public a été remporté par l'hêtre pleureur de Bayeux (14) et le Coup de cœur est revenu à l'olivier de Roquebrune-Cap-Martin, en Provence-Alpes-Côte d'Azur, qui pourrait être l'un des arbres les plus vieux de France.

COCORICORNICHON !

Oublié pendant des années au profit de son concurrent indien ou d'Europe de l'Est, le cornichon français a été relancé en 2016. La PME Reitzel annonce avoir atteint une récolte de près de 900 t en conventionnel et en bio, contre 784 t en 2022. Ce record s'explique par une météo favorable et une meilleure maîtrise des cultures. L'épisode de forte chaleur survenu fin août 2023 a également permis d'allonger la durée de la récolte. Un beau résultat pour un marché confronté à la difficulté de trouver des bras pour la cueillette.

Météo en accès libre

Depuis le 1er janvier 2024, les données de plus de 2 000 stations et radars de Météo-France sont en accès libre. Cette évolution fait suite à la législation européenne imposant la gratuité des données des services publics. Les informations incluront températures, pluviométrie, pression atmosphérique, données climatologiques et projections pour le futur.

Site de Grouin à la pointe de la renaturation

La réouverture de la pointe du Grouin (photo), à Cancale (35), a eu lieu le 15 janvier 2024. Cet espace sensible était fermé au public depuis novembre 2023 afin de finaliser des travaux commencés en 2022 pour préserver la nature et améliorer l'accueil du public. Le site le plus fréquenté d'Ille-et-Vilaine, avec 600 000 visiteurs par an, a bénéficié d'un budget de 4,5 M€. Un cheminement et une signalisation adaptée pour répartir les visiteurs ont été créés, des terrasses en bois ont été installées et les parkings ont été végétalisés et reculés.



SHUTTERSTOCK


Le Marais poitevin et ses traditionnelles barques à fond plat.

SHUTTERSTOCK

EAU SOUS PROTECTION RAMSAR

Le Marais poitevin, deuxième plus grande zone humide de France, avec une superficie de 100 000 ha, devient le 54e site Label Ramsar de France et le 2 531e mondial. Ce label de reconnaissance international qui récompense et valorise les actions de gestion durable des zones humides, reconnaît la valeur exceptionnelle de cette "Venise verte", qui abrite 337 espèces d'oiseaux et 750 espèces de plantes, ainsi que divers autres groupes d'animaux. Façonné par l'homme à des desseins agricoles, cet espace naturel allie aspects écologiques, touristiques et culturels. Cette reconnaissance lui offre une visibilité internationale et une dynamique collective pour sa préservation.

En balade

La transhumance a été reconnue le 6 décembre 2023 comme Patrimoine culturel immatériel de l'humanité de l'Unesco. Ce déplacement saisonnier de troupeaux concerne surtout les moutons, mais aussi les bovins, les chevaux et les chèvres. Il est pratiqué dans les Pyrénées, les Alpes, le Massif central, la Corse, les Vosges et le Jura.


D. BRINGARD/BIOSPHOTO

Ne jouez pas avec le feu !

Le gouvernement a lancé, en novembre 2023, le second volet de la campagne sur les obligations légales de débroussaillement pour préparer la saison des feux 2024. Cette action vise à sensibiliser les propriétaires sur l'importance de débroussailler afin de réduire les risques d'incendies. Des arrêtés préfectoraux détaillent les mesures à prendre dans chaque département. Vous trouverez toutes les informations sur le site internet : feux-foret.gouv.fr

Une rose historique

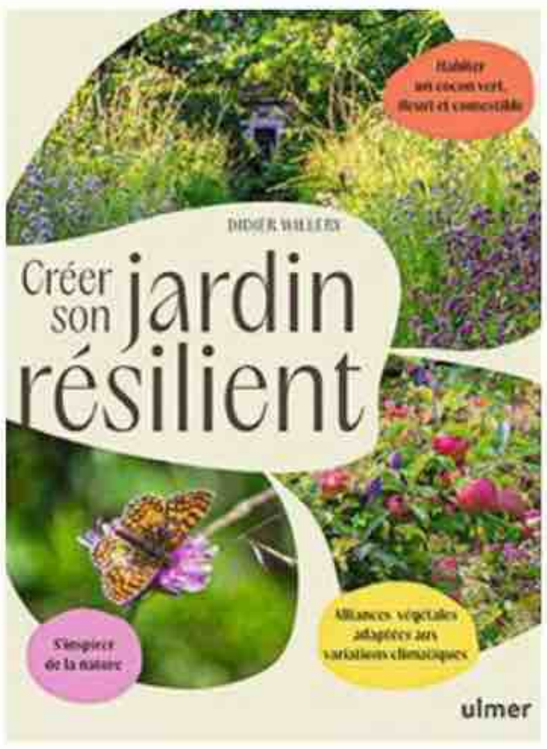
À l'occasion des 100 ans de l'association La Demeure historique, les Roses anciennes André Ève ont créé le rosier buisson 'Demeure historique' (photo). De juin aux gelées, il se couvre de bouquets de grandes fleurs rouges et doubles, diffusant un délicat parfum citronné. Ne doutons pas que ce rosier au feuillage vert foncé, résistant aux maladies, trouvera sa place dans les parcs et les jardins des plus belles demeures historiques de France !

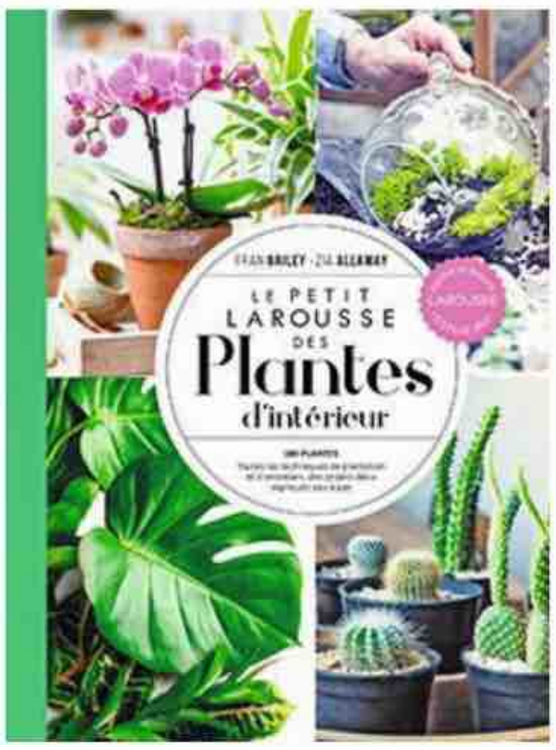

ROSES ANCIENNES ANDRÉ ÈVE

Guides pratiques et beaux livres

Notre sélection

1. Jardin du futur
Changement climatique, parasites et dégradation des sols sont de nouvelles données avec lesquelles le jardinier va devoir composer. L'auteur nous livre des clefs de lecture et de compréhension pour aménager un jardin résilient plus en phase avec la nature.
Créer son jardin résilient, D. Willery, éd. Ulmer, 256 p., 28 €.





4. Déco végétale
Illustré de plus de 500 photographies, de dessins et de pas-à-pas, ce livre est un précieux guide pour choisir ses plantes d'intérieur parmi 180 espèces, les entretenir, les associer en un décor végétal.
Petit Larousse des plantes d'intérieur, Fran Bailey et Zia Allaway, Larousse, 224 p., 22,95 €.

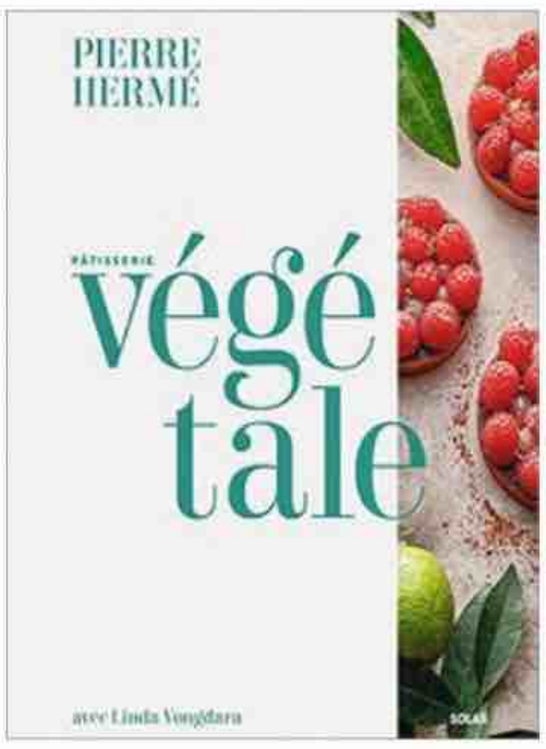
2. Potager adapté
Au potager, nos modes de jardinage doivent s'adapter aux aléas du climat. Robert Elger propose un nouveau calendrier de jardinage où il invite à cultiver plus tôt ou plus tard certains légumes en maintenant des récoltes abondantes.
Adapter mon potager au changement climatique, Robert Elger, Rustica éditions, 144 p., 14,95 €.

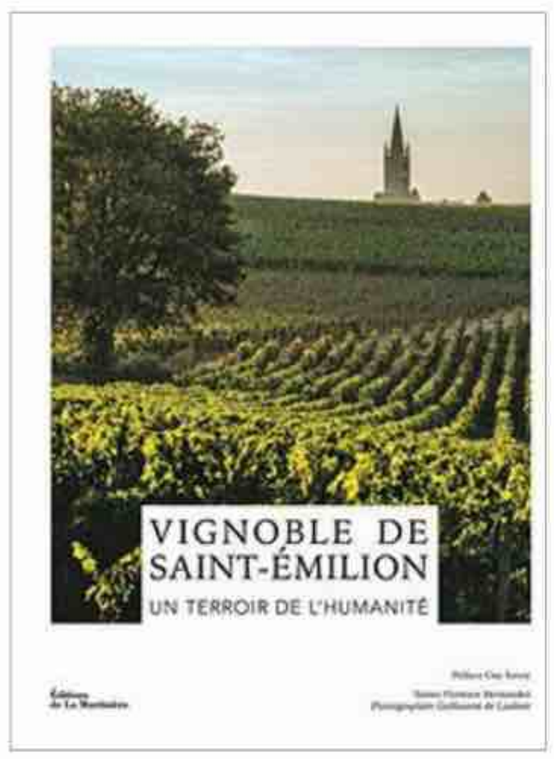




5. Tout en couleur
De la cueillette des plantes à la teinture des tissus en passant par une vingtaine de plantes faciles à trouver autour de soi ou l'usage d'épluchures de légumes, s'initier à la teinture végétale en s'inspirant de ces douze projets uniques devient un jeu d'enfant.
Je débute la teinture végétale, Camille Binet-Dezert, Mango, 158 p., 16,95 €.

3. Gourmandises
L'illustre pâtissier alsacien revisite les grands classiques, mais en version végétale. Il propose sablé breton, croissant Ispahan, fondant chocolat, entremets Fleur de cassis ou macaron Rose des sables... 100 % végane !
Pâtisseries végétales, Pierre Hermé et Linda Vongdara, éd. Solar, 264 p., 39 €.





6. Grand cru
Au cœur du plus ancien et du plus prestigieux vignoble au monde, découvrez, au travers de 20 domaines de renom, la passion des hommes et des femmes qui produisent ce vin.
Vignoble de Saint-Émilion, un terroir de l'humanité, Florence Hernandez & Guillaume de Laubier (photo), éd. de La Martinière, 224 p., 40 €.

7. Secrets de fleurs

Les orchidées, connues pour la beauté de leurs fleurs, s'illustrent aussi par leur ingéniosité pour assurer leur survie, modifier leurs apparences ou leurs parfums comme le révèle l'auteur pour qui l'intimité de cette fleur n'a plus de secret. *Faire l'amour comme une orchidée*, Alessandro Wagner, Arthaud, 272 p., 21,50 €.



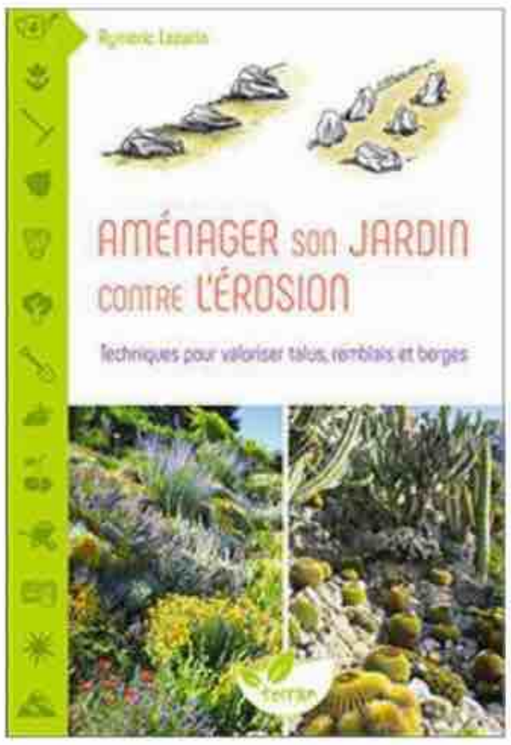
8. Tour de France

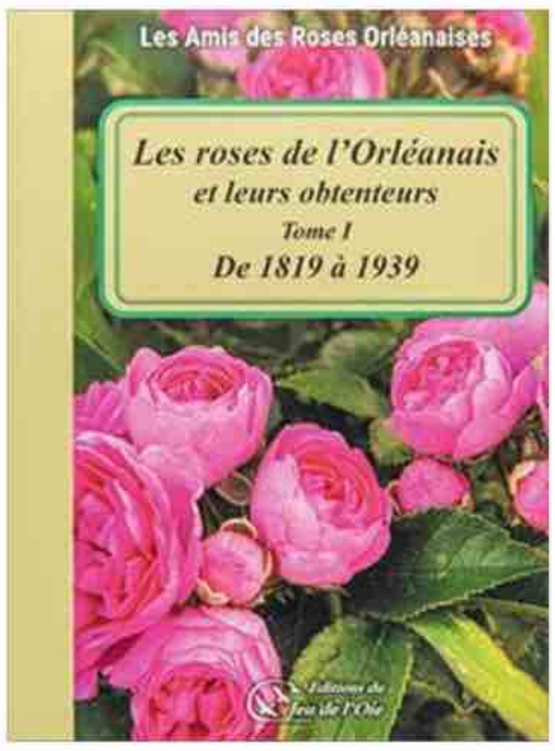
Partez à la découverte des produits et des producteurs qui font la richesse de nos terroirs en suivant ce guide qui compile de nombreuses adresses de restaurants, mais aussi de foires et manifestations autour des produits régionaux. *Savourez la France avec les sites remarquables du goût*, Stéphane Méjanès, Glénat, 288 p., 39,95 €.



9. Jardin en pente

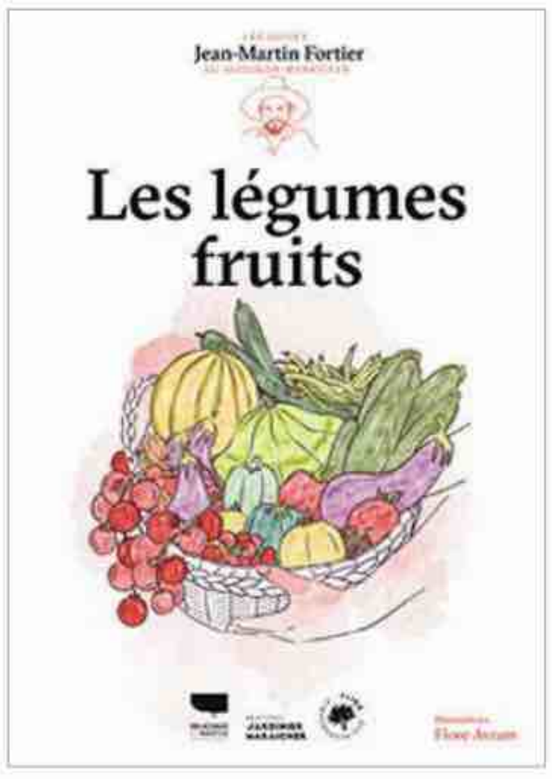
L'érosion appauvrit, réduit et déstabilise les sols, rendant plus difficiles encore leur aménagement. Ce livre donne des conseils et des techniques pour créer, en zones pentues, ingrates ou trop instables, un beau jardin verdoyant. *Aménager son jardin contre l'érosion*, Aymeric Lazarin, éd. de Terran, 208 p., 22 €.





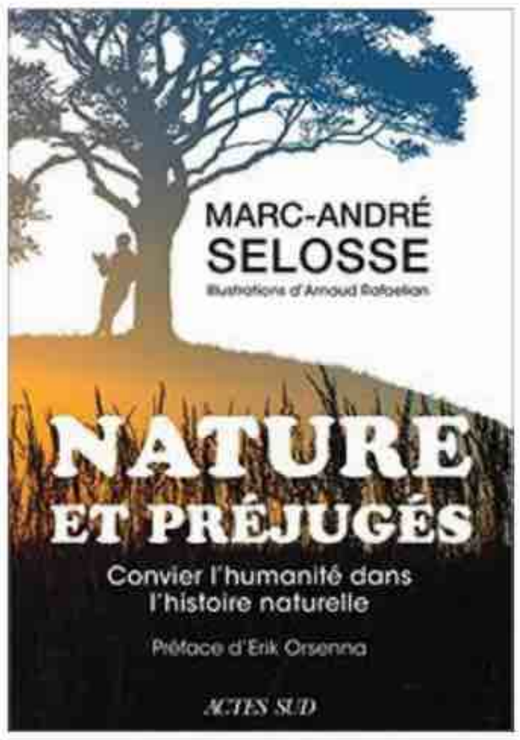
10. Belles roses

L'association Les Amis des roses orléanaises publie un livre qui référence toutes les variétés obtenues à Orléans (45), capitale incontestée de la rose dans les années 1950. *Les roses de l'Orléanais et leurs obtenteurs, tome I de 1819 à 1939*, ouvrage collectif, éd. du Jeu de l'Oie, 450 p., 29 €.



11. Légumes d'été

Le célèbre jardinier-maraîcher professionnel québécois diffuse ses conseils aux particuliers. Sa précieuse collection de guide s'enrichit d'un titre qui est consacré aux légumes de l'été, cette production très recherchée qui compte les tomates, piments, aubergines, melons... *Les Légumes-fruits*, Jean-Martin Fortier, éd. Delachaux et Niestlé, 128 p., 15,90 €.



12. Idées larges

Professeur au Muséum national d'histoire naturelle, l'auteur considère qu'il est nécessaire de bien comprendre la nature dont fait partie l'humanité pour agir de manière éclairée en ces temps de crises. *Nature et préjugés*, Marc-André Selosse, préface d'Erik Orsenna, éd Actes sud, 448 p., 25 €.

Repéré pour vous

Notre sélection

1



1. L'iconique fauteuil de relaxation se pare de motifs fleuris pour fêter les 70 ans de la marque.
Lafuma mobilier, RSXA, 200 € env.



2

2. Engrais 100 % naturel, riche en azote pour plantations, utilisable en agriculture biologique.
Fertiligène, corne broyée (1,2 kg), 18 € env.

3. Outil 2 en 1 sans fil : cisaille à gazon et taille-buisson grâce à ses lames interchangeables.
Gardena, Powercut 18 V (sans batterie), 80 €



3

4. Solution dégrisante pour nettoyer le bois sans le décolorer, biodégradable et biosourcée à 89 %.
Owatrol, Net-trol 200 (2,5 l), 28 € env.



4



5

5. Serfouette à panne en acier équipée d'un manche en bois PEFC, de fabrication française.
Gamm vert, serfouette Ecloz, 15 € env.



6

6. Lampe de table pour l'extérieur rechargeable (USB), à châssis en aluminium peint et 5 intensités.
Proloisirs, Bop sur pied (H. 43,5 cm), 100 € env.

Croisière Japon & Corée du Sud : modernité, tradition et art des jardins

par Voyages d'exception

en partenariat avec Rustica

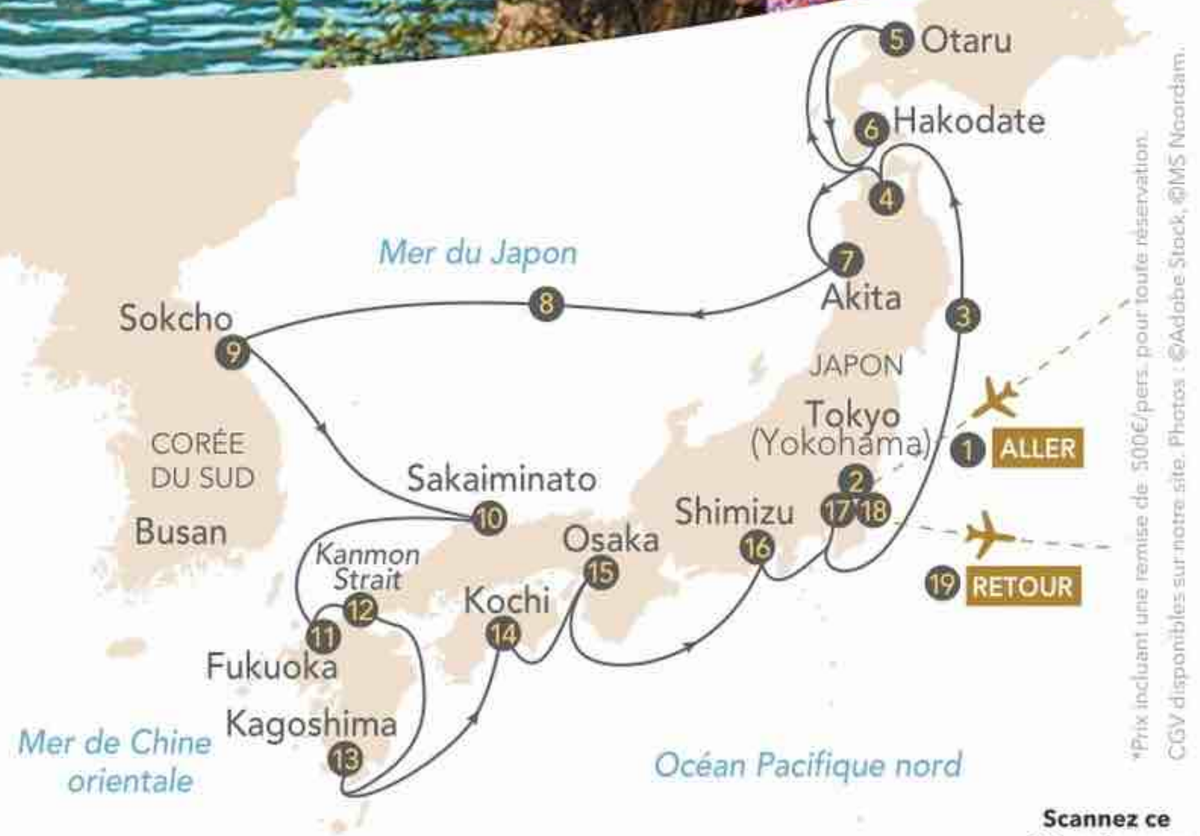


Embarquez à bord du **MS Noordam** pour une croisière exceptionnelle autour de l'**archipel nippon**, en partenariat avec Rustica. Nos éminents intervenants **Alain Baraton** et **Barthelemy Courmont** partageront avec vous leur passion pour l'**art des jardins** et l'**histoire du Japon**.

DU 11 AU 29 OCT. 2024

Dès **7 390 €**/pers.*

depuis Paris - pension complète



*Prix incluant une remise de 500€/pers. pour toute réservation.
CGV disponibles sur notre site. Photos : ©Adobe Stock, ©MS Noordam.

Scannez ce QR code pour télécharger la brochure

Réservations et informations

Tel : 01 75 77 87 48 | contact@voyages-exception.fr

voyages-exception.fr/brochures (code JAPJA) | ou dans votre agence de voyage

WWW.VOYAGES-EXCEPTION.FR

CROISIÈRES FRANCOPHONES

ACCOMPAGNEMENT DEPUIS PARIS

CONFÉRENCIERS DE PRESTIGE

Jardin

18 Tendances 2024, style, inspiration : avec l'expertise d'Alain Baraton, jardinier en chef au château de Versailles, composez un décor fleuri et original qui vous ressemble avec notre sélection de 45 plantes.

56 Doux ou forts, les piments et leurs saveurs épicées investissent le potager et mettent le feu au palais !

66 Dans le Berry, au cœur d'un parc boisé, Valérie Esnault a créé une succession de jardins et ainsi redonné le bel éclat de son passé au Domaine de Poulaines.

76 Notre calendrier des travaux de saison à faire au jardin, sur la terrasse comme dans la maison.

Alors, plantez maintenant !

Avec le retour des beaux jours, l'envie de se mettre au vert, de semer et de planter se fait plus grande. Ne vous privez pas, car fleurir son jardin, son balcon ou sa terrasse, c'est améliorer son cadre de vie.

Embellir, colorer et fleurir notre coin de verdure est bénéfique pour notre moral, notre équilibre et notre bien-être. À la sortie de l'hiver avec les jours qui rallongent, cela se ressent plus encore. Nous avons davantage envie de mettre le nez dehors et de nous connecter à la nature. Cela tombe bien, car le printemps est le moment idéal pour planter le décor dans lequel nous allons vivre les prochains mois. Un décor essentiellement composé de fleurs, mais aussi de jolis feuillages qui vont nous plonger dans une atmosphère végétale colorée. Pour ce faire, horticulteurs et jardineries proposent un vaste choix de graines et de plantes fleuries qui, parfois, peut nous laisser songeur. Quelles fleurs choisir ? Comment les utiliser, les associer, les cultiver et les soigner ? Des divers styles aux tendances du moment, en passant par des conseils pratiques pour franchir avec succès toutes les étapes, du semis à l'entretien, ce dossier vous guidera dans l'élaboration d'un jardin qui vous ressemble et répond à toutes vos envies.

L'œil de l'expert

Pour vous inspirer, nous avons sollicité l'expertise de l'illustre jardinier en chef du domaine national de Trianon et du Grand Parc de Versailles (78) : Alain Baraton. Il livre quelques-unes des techniques qu'il met en œuvre pour fleurir les parterres royaux. Ainsi, si chez vous *"ce n'est pas Versailles"*, cela en prendra des airs !



ABO PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK

Installer les fleurs de l'été, au jardin comme sur le balcon, c'est s'assurer d'un décor haut en couleur durant des mois.

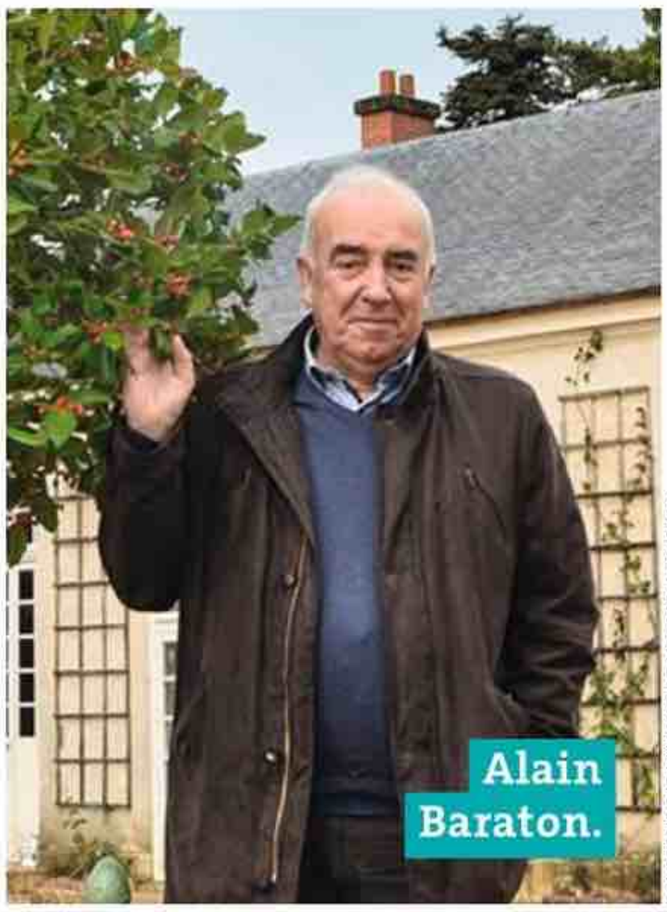
Alain Baraton, homme de l'art

Le jardinier en chef de Trianon, personnalité incontournable du paysage médiatique, est avant tout un homme de terrain qui, avec ses équipes, renouvelle l'art du fleurissement.



En 2020, le parterre africain met principalement en scène des feuillages décoratifs.

SHUTTERSTOCK



Alain Baraton.

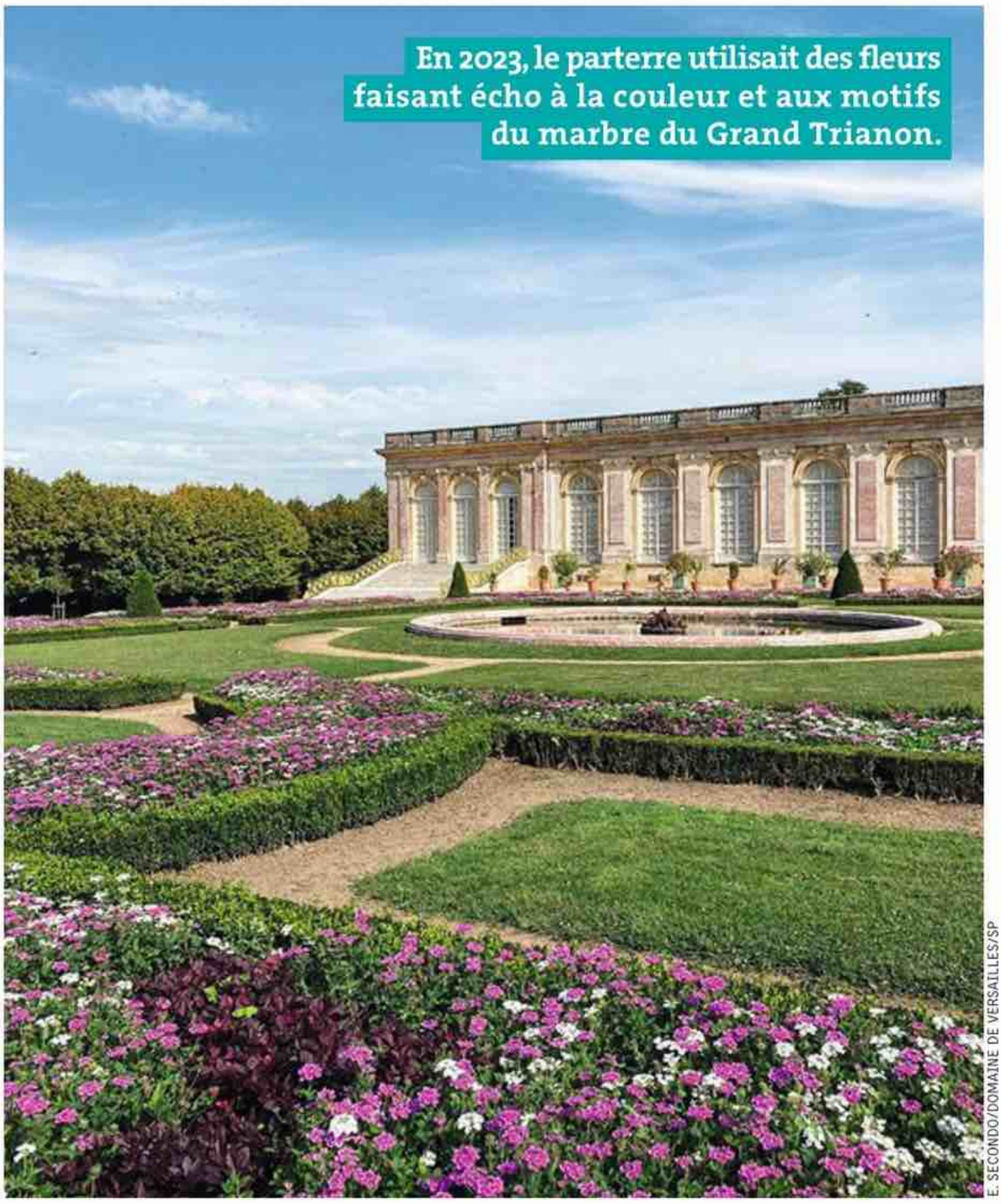
E. SECONDO/DOMAINE DE VERSAILLES/SPSP

Le jardinier en chef du domaine national de Trianon et du Grand Parc de Versailles (78) le proclame: *"En matière de fleurissement, à Trianon, il n'y a pas de place pour la médiocrité!"* Le ton est donné et la barre est placée haut, très haut. Ce n'est pas vraiment étonnant pour le site où se dérouleront les épreuves hippiques de saut d'obstacles des jeux Olympiques, cet été. *"La qualité doit être au top,* renchérit Alain Baraton. *Le lieu et son histoire nous l'imposent, et nous le devons aux visiteurs."* Pour ses équipes, dirigées par la responsable du fleurissement Elena Secondo, l'objectif est fixé. Il va falloir faire preuve d'imagination et d'originalité, mais Elena n'en n'est pas à son galop d'essai. Arrivée d'Italie, la jeune femme intègre les équipes en 2018. Deux ans plus tard, à l'occasion de la Saison Africa 2020 – dédiée aux cultures africaines en France – et du 28e sommet Afrique-France, elle se voit confier la création des parterres du Grand Trianon, qu'elle habille d'une végétation luxuriante composée de nombreuses essences issues du continent africain. En 2022, elle et ses équipes imaginent des plates-bandes faisant écho à l'exposition "Les Animaux du Roi" en installant des végétaux dont les feuilles ou fruits rappellent une silhouette animale, ou bien des fleurs aux noms évocateurs, comme la plante-crevette *(Justicia brandegeeana)* ou l'oiseau-de-paradis *(Strelitzia reginae)*.

Exigeance royale

Sous la houlette d'Alain Baraton, la responsable s'est également vu confier la restitution du parterre des Quatre Nymphes, validée par Jacques Moulin, l'architecte en chef des Monuments historiques, où les broderies végétales s'illuminent de bégonias, pétunias, rudbeckias et cosmos. En 2023, ce sont des verveines roses et blanches émaillées d'alternanthera 'Dark Purple' qui ont fleuri les parterres hauts du Grand Trianon. Et ce, pour faire écho au marbre

rouge griotte qui orne les façades du bâtiment dont la restauration vient de s'achever. *"Cela illustre le niveau de recherche et de créativité de nos équipes*, explique Alain Baraton, *puisque pour reproduire, dans les massifs et à l'identique, les marbrures de la pierre, les colonnes ont été photographiée. On a ensuite grossi les clichés jusqu'à obtenir une image pixélisée composée d'une mosaique de carrés déclinant des nuances de rose, de pourpre et de blanc. Ce cliché a ensuite été transposé en une trame, tel un plan de plantation, sur les plates-bandes. Puis nous avons installé, à la place de chaque carré de couleur, une fleur de la même teinte."* Et l'effet fut, un été durant, réellement surprenant – tout comme l'était le procédé pour y parvenir (voir photo ci-contre).



En 2023, le parterre utilisait des fleurs faisant écho à la couleur et aux motifs du marbre du Grand Trianon.

E. SECONDO/DOMAINE DE VERSAILLES/SP

Production locale

Pour atteindre ce niveau d'excellence, Alain Baraton peut compter sur l'expertise horticole des jardiniers de Trianon. Ils cultivent toutes les fleurs utilisées dans des serres intégrées au domaine, témoignant ainsi leur savoir-faire et leur attachement à une production locale. En 2024, les parterres hauts accueillent des plantes odorantes grâce au mécénat de la maison Francis Kurkdjian, célèbre parfumeur parisien. *"Les parterres bas, quant à eux, sont un clin d'œil aux disciplines équestres des Olympiades se déroulant à Versailles"*, s'amuse Alain Baraton (voir p. 28).

Mignonne, allons voir si la rose...

Lorsqu'il n'est pas dans les jardins, à l'antenne ou sur les ondes, Alain Baraton se consacre à l'écriture, une autre de ses passions. À ce jour, il a signé près d'une vingtaine d'ouvrages, dont quelques-uns consacrés aux arbres: *Mon tour de France des bois et des forêts* (éd. Stock, 240 p., 20 €) et *Dictionnaire amoureux des arbres* (éd. Plon, 448 p., 25 €). Le dernier en date, paru en 2023, est dédié à une fleur: la rose. Sous la plume de ce féru d'histoire des plantes, *Le Livre de la rose* (éd. Grasset, 192 p., 19 €) témoigne de l'intérêt des peintres, musiciens et romanciers pour la reine des fleurs. Quelles sont ses propriétés, sa symbolique, sa culture et son évolution au fil des siècles? L'auteur y répond avec la verve qu'on lui connaît et qui réjouira les jardiniers.



Un décor qui me ressemble

Choix des variétés, styles, tendances... Façonner un jardin fleuri qui soit à son image, c'est conjuguer divers critères !

Si les fleurs participent grandement à l'élaboration et au rayonnement d'un jardin, le choix du style, des matériaux et des couleurs, comme celui du mobilier, y contribue tout autant. Un décor réussi conjugue tout cela. Le jardinier est donc bien plus qu'un peintre avec sa palette de couleurs devant une toile : c'est un décorateur doublé d'un architecte qui imagine, agence, façonne et construit un décor. Avant de commencer, il est nécessaire de bien connaître vos goûts, de définir vos besoins et d'identifier vos envies pour réaliser un décor qui répondra à vos souhaits, traduira vos aspirations et, surtout, rayonnera aux yeux de tous comme un jardin à votre image.

Une palette infinie

Les fleurs constituent la matière première pour réaliser ce décor. Celles qui s'épanouissent en été et, en l'occurrence, toute la gamme des plantes fleuries que l'on trouve, sous forme de graines ou de plants, dans les jardineries ou chez les horticulteurs dès le mois d'avril. Il peut s'agir d'annuelles à fleurs ou à feuillage décoratif, mais aussi de bulbes d'été, de plantes exotiques ou succulentes utilisées comme plantes d'intérieur en hiver mais que l'on sort au jardin en été, et même des légumes dont le feuillage est particulièrement attractif. Ces espèces et variétés se comptent par milliers, et le choix ne cesse d'augmenter chaque année à l'initiative des obtenteurs et des grainetiers. La palette est donc d'une richesse infinie en matière de couleurs, de textures et de silhouettes. Il ne reste plus qu'à laisser libre cours à vos envies !



N'OUBLIEZ PAS LES FEUILLAGES DÉCORATIFS !

Dans les parterres de Trianon, au château de Versailles (78), les feuillages jouent un rôle essentiel, explique Alain Baraton. *"Hautement colorés, ils sont parfois plus attrayants que les fleurs qui, elles, ne sont pas toujours au mieux de leur forme, notamment lorsqu'il fait très chaud ou lorsqu'elles fanent. Les feuillages, quant à eux, assurent le décor du printemps à l'automne, sans faillir ! Nous en utilisons beaucoup car nous nous sommes aperçus que leur croissance rapide et leur silhouette ample masquait la terre, donc empêchait les plantes adventices de pousser. Mieux encore, en couvrant le sol, ils maintiennent la fraîcheur de la terre et nous permettent de moins arroser !"*


SHUTTERSTOCK

Les plantes fleuries, reines incontestées



F. MARRE/RUSTICA

Les stars de l'été, ce sont elles ! Leur parure colorée déferle dans les massifs, mais aussi les potées, les jardinières et les suspensions.

Les plantes annuelles

Comme leur nom l'indique, leur cycle de croissance se déroule sur une année. Semées à la fin de l'hiver, elles croissent, fleurissent, puis meurent en fin d'automne. Mais quel généreux spectacle ! Car, en raison de leur courte durée de vie, elles donnent tout. Elles sont les actrices incontournables d'un fleurissement réussi.

Les vivaces non rustiques

Ces plantes pérennes et prolifiques peuvent vivre plusieurs années, voire des décennies, mais la plupart d'entre elles redoutent le gel car elles sont originaires de pays chauds. Les fuchsias et les géraniums, pour ne citer que les plus emblématiques, nous gratifient de floraisons généreuses, mais meurent si l'on ne prend pas soin de les remiser sous abri pendant l'hiver.

Trois vedettes à la floraison généreuse



F. MARRE/RUSTICA

▶ Rose d'Inde

Formant un buisson de 80 cm, *Tagetes erecta* 'Sierra jaune soufre' produit des pompons de juin à octobre, sans interruption.

Utilisations

C'est la plante idéale en toile de fond d'un massif, pour donner du volume à une composition ou occuper un coin dégarni.



F. MARRE/RUSTICA

▶ Vergerette de Karvinski

La silhouette tapissante de *Erigeron karvinskianus* se couvre de petites marguerites du mois de mai jusqu'à novembre.

Utilisations

Conquérante, elle est indispensable pour composer bordures, potées, suspensions, couvre-sol ou premier plan de massifs.



F. MARRE/RUSTICA

▶ Pétunia

Le pétunia Beautical 'Sunray Pink' ruisselle de fleurs de juin à octobre, au point de faire oublier qu'il possède un feuillage !

Utilisations

Il est parfait pour fleurir suspensions, jardinières, potées et bacs, mais aussi pour habiller talus et murets.

Les feuillages, précieux faire-valoir

Qu'ils soient pourpres, dorés, argentés, panachés, amples, découpés ou gracieux, les feuillages divers et variés subliment les floraisons.


F. MARRE/RUSTICA

Les couleurs

Certaines plantes n'ont pour unique attrait que le coloris de leurs feuilles, mais quel effet ! Leurs nuances, bien que moins variées que celles des fleurs, présentent en revanche l'avantage d'être décoratives très longtemps. Du jaune d'or au pourpre presque noir, en passant par les orangés et rouges, sans oublier les nombreux gris argentés, la masse colorée qu'ils constituent dans un massif met en valeur les fleurs.

Les textures

Aux attraits des couleurs s'ajoutent l'aspect et la silhouette, très variables selon que les limbes sont grands et amples, linéaires et fins, découpés, lisses ou gaufrés, duveteux ou brillants, panachés ou striés... Ce qui démultiplie leur effet au sein d'une composition végétale.

Trois plantes à la parure généreuse


F. MARRE/RUSTICA

▶ Plectranthus argenté

Tout de gris vêtu, *Plectranthus argentatus* 'Silver Shield' forme un buisson ramifié de 80 cm, très résistant à la sécheresse.

Utilisations

En toile de fond, son feuillage duveteux et lumineux valorise les floraisons alentours, quelle que soit leur couleur.


F. MARRE/RUSTICA

▶ Ipomée pourpre

L'ipomée 'Blacky' possède des tiges volubiles d'environ 150 cm, émaillées de feuilles très découpées, d'un rouge presque noir.

Utilisations

Sa silhouette tapissante ou retombante garnit murets, bacs suspensions, et peut grimper le long d'un support.


F. MARRE/RUSTICA

▶ Houblon doré

Les lianes d'*Humulus lupulus* 'Aureus' atteignent plus de 3 m et se parent d'un jaune d'or à l'effet très lumineux.

Utilisations

Ce houblon est idéal pour habiller un grillage, un treillage, un tipi au centre d'un massif, ou retomber d'un mur ou talus.

Les légumes décoratifs, une note d'originalité

Ces légumes ne sont pas cultivés pour leur production, mais pour la teinte ou la texture du feuillage, à la fois décoratif et comestible.

Les variétés bisannuelles

Les choux kale (ou frisés) et les bettes à cardes colorées sont des légumes ornementaux qui, plantés au printemps, s'épanouissent en été, endurent les rigueurs de l'hiver et restent en place jusqu'au printemps suivant. Ils sont ainsi décoratifs pendant deux années, raison pour laquelle ils sont dénommés légumes bisannuels. On peut donc les installer pour les décors d'été et les conserver pour ceux d'hiver et du printemps.

Les espèces perpétuelles

L'artichaut et son cousin le cardon sont des légumes vivaces à feuillage décoratif. Ils restent en place plusieurs années de suite, déploient des silhouettes évasées aux beaux reflets d'argent et prennent de l'ampleur au point de devenir de vraies vedettes dans les massifs.



F. MARRE/RUSTICA

Trois légumes au panache flamboyant



E. BRENCKLE/RUSTICA

▶ Bette à carde

Les côtes rouge vif et les feuilles grenat de la poirée 'Rhubarb Chard', hautes d'environ 40 cm, sont comestibles.

Utilisations

Tant par sa couleur que par la texture gaufrée de ses feuilles, ce légume produit un contraste fort avec les fleurs.



F. MARRE/RUSTICA

▶ Artichaut et cardon

Cynara scolymus est le nom de l'artichaut, *C. cardunculus* celui du cardon. Tous deux affichent une silhouette similaire.

Utilisations

Ces plantes donnent de la hauteur à une composition, créent un effet de surprise et peuvent produire quelques artichauts !



F. MARRE/RUSTICA

▶ Chou kale

Ce chou aux multiples vertus décline selon la variété (ici 'Redbor') des teintes violacées.

Utilisations

Surprenants grâce à leurs feuilles frisées, allongées, grises ou pourpres, ces choux kale hautement décoratifs sont, de plus, comestibles.

Le choix du style

Le tracé, les mises en scène et les ornements décoratifs définissent l'ambiance de votre jardin et des massifs fleuris que vous allez planter.

Classique





PHOTOS F. BOUCOURT/RUSTICA

Architectures végétales

Un tracé formel est la marque de fabrique du jardin dit "à la française". Haies, bordures ou topiaires ponctuent l'espace et délimitent les massifs dans lesquels sont plantées les fleurs. Ainsi, leurs silhouettes informelles s'opposeront à celles des structures végétales. Notez qu'un tel décor exige beaucoup d'entretien pour obtenir un effet toujours impeccable.

Exotique

Sous les tropiques

La trame d'un décor exotique est essentiellement composée de végétaux méditerranéens, auxquels s'ajoutent des fleurs, elles aussi d'allure ou d'origine méridionale. Palmiers, papyrus, cactées et plantes succulentes composeront ainsi un écrin dépaysant, invitant à un voyage au cœur duquel sont plantés, en pot ou en pleine terre, des espèces à feuillage exubérant comme l'abutilon, le caladium, le colocasia, le ricin, la cordyline... ou à floraison particulièrement spectaculaire telles que l'hibiscus, le plumbago ou encore l'ipomée.





PHOTOS F. MARRE/RUSTICA

Champêtre

Un air bucolique

Massifs au contours sinueux, fleurs aux silhouettes fantaisistes ou sauvages, matériaux et objets chinés ou récupérés sont les ingrédients d'un jardin naturel. Dans les parterres, optez pour des végétaux à petites fleurs légères réunies en épis ou en bouquet, comme les gauras, cosmos, cléomes, sauges des marais, pavots de Californie ou vergerettes. Plantez-les de façon aléatoire pour obtenir un effet encore plus naturel, et laissez quelques espèces spontanées telles que les camomilles, coquelicots ou bleuets s'inviter dans vos compositions florales. Enfin, disposez quelques arbustes locaux et des graminées afin de souligner l'effet campagnard.



F. MARRE/RUSTICA

Contemporain





PHOTOS BG/RUSTICA

Brut et sobre

Un jardin de style contemporain laisse la part belle aux ornements et constructions géométriques, ainsi qu'aux silhouettes graphiques qui structurent et rythment le décor. Ici, peu d'espèces à fleurs, mais beaucoup de feuillages originaux affichant des couleurs ou des textures qui s'opposent ou s'harmonisent avec les matières brutes telles que l'acier, le béton ou le bois.

Les sources d'inspiration

Événements sportifs ou historiques pour les collectivités, familiaux pour les particuliers... En 2024, les thématiques ne manquent pas !

Lors du choix d'une thématique de fleurissement estival, un rendez-vous sportif, un événement culturel ou un fait historique, une personnalité, une spécialité locale ou un savoir-faire artisanal à mettre à l'honneur... sont autant de sources d'inspiration pour les collectivités. On retrouvera ce thème sous la forme de couleurs spécifiques de fleurs (par exemple, bleu, blanc et rouge pour célébrer une fête républicaine), ou d'accessoires emblématiques dans les massifs, les suspensions ou les jardinières qui orneront les villes, les monuments et les parcs urbains. Il est plus rare que le jardinier particulier s'inspire de ces thèmes, ne serait-ce que pour leur caractère officiel, qui peut sembler inadapté à un jardin privé.

Place à la créativité !

Toutefois, s'il n'est pas interdit, sous la forme d'un clin d'œil, de faire référence à un événement, une personne ou une activité locale, pour la création de massifs, le particulier s'inspire davantage d'événements familiaux (comme une naissance), d'un métier ou d'un loisir. Mais la couleur, l'aspect du feuillage ou l'intérêt pour telle ou telle famille de fleurs sont les principales motivations des jardiniers, tout comme l'environnement proche du jardin. L'architecture de l'habitation, les ornements et le style d'une façade comme celui des éléments décoratifs du jardin ou les caractéristiques d'une région (bord de mer, montagne, campagne...) sont des sources d'inspiration très courants. Mais n'hésitez pas, de temps et temps, à faire preuve de fantaisie et d'originalité !



LES OLYMPIADES À VERSAILLES

"Pour chaque année, l'actualité du château nous inspire", indique Alain Baraton. À l'occasion des jeux Olympiques, le parc de Versailles accueille les épreuves hippiques. Cela a donné une idée au chef jardinier et à son équipe, puisque les parterres bas du Grand Trianon, dont le tracé comprend quatre carrés s'articulant autour d'un bassin, accueilleront un décor inspiré du jeux des petits chevaux. *"Les carrés,* précise Alain Baraton, *seront fleuris aux quatre couleurs emblématiques du jeu: rouge, bleu, jaune et vert. En bordure, pour signifier les cases sur lesquelles évoluent les petits chevaux, nous disposerons des pots accueillant des plantes fleuries."*


SHUTTERSTOCK

La couleur de l'année 2024

Peach fuzz

Le célèbre coloriste Pantone a annoncé que cette teinte douce, orange saumoné et pêche, serait la couleur phare de l'année.


BG/RUSTICA


F. BOUCOURT/RUSTICA


F. BOUCOURT/RUSTICA


L. HEGO - STYLISME D.THEIS

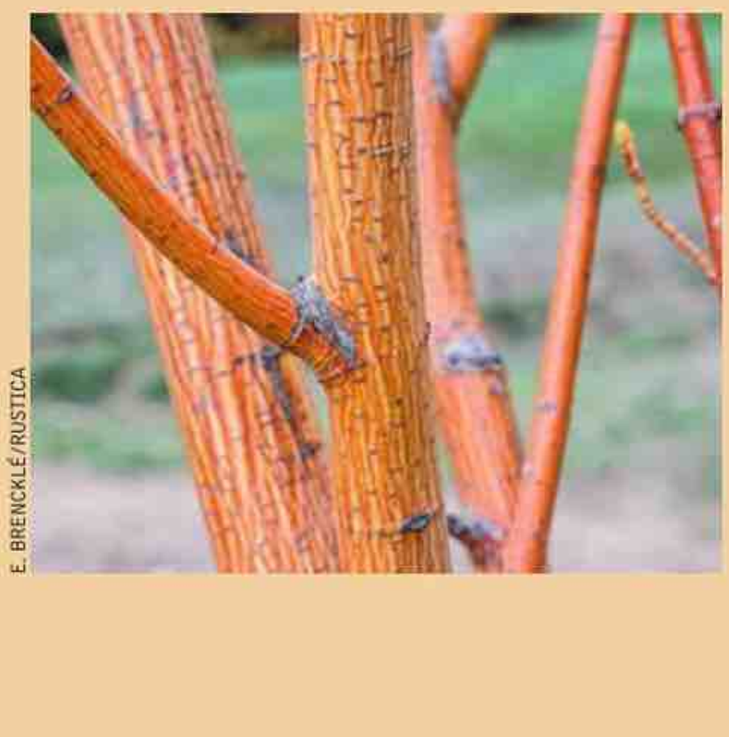

F. MARRE/RUSTICA


F. MARRE/RUSTICA


BG/RUSTICA


F. MARRE/RUSTICA


F. BOUCOURT/RUSTICA


E. BRENCKLÉ/RUSTICA


C. HOCHET/RUSTICA

Gracieux camaïeux

Des arbustes aux plantes annuelles, en passant par les vivaces, cette teinte s'affiche partout. Fleurs, feuillages et écorces déclinent ces nuances qu'il suffit de mettre en scène pour créer des compositions contrastées ou hamonieuses.

Les tendances de l'année

Le tendanceur Manuel Rucar, de l'agence Chlorosphère, a identifié les quelques styles majeurs dans la filière du végétal pour 2024.

L'esprit nature



BG/RUSTICA

Laissez faire...

Mobilier en bois, contenants en terre cuite, objets en acier... Les matériaux naturels donnent le ton de cette tendance forte en matière de décoration de jardin, qui fait la part belle au recyclage et à la récupération. Le tout est mis en scène dans un décor au tracé libre et spontané, où aménagements et équipements de jardin s'intègrent parmi les compositions végétales sans artifices, graciles et fluides, largement inspirées de la nature et des paysages environnants. Cette tendance est aussi celle qui demande le moins d'entretien : il suffit d'accompagner Dame Nature !

La vague rétro

Le choix de l'authentique

La nostalgie d'un temps passé refait surface dans les jardins, qui s'habillent de pierres naturelles, de mobilier ancien et d'objets chinés qui semblent parfois disparates, mais portent les marques si recherchées du passé. Le charme opère lorsque, côté fleurs, le choix se porte sur des espèces aux allures désuètes mais extrêmement florifères et robustes, comme le zinnia, le cosmos, le dahlia ou l'impatiens. Ici aussi, l'entretien est limité. Pas de scènes trop soignées ou aseptisées : plus elles sont patinées, plus elles gagnent en authenticité.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

L'aire moderne


BG/RUSTICA

Formes et matières

Les décors contemporains aux effets surprenants, aux lignes géométriques et aplats de couleurs répondent aux attentes des jardiniers en quête d'inattendus et de modernité. De tels jardins accueillent également des équipements technologiques (éclairage, insonorisation...) qui rendent leur utilisation agréable, permettent de vivre dehors en se métamorphosant en pièce supplémentaire (cuisine) et facilitent l'entretien (tonte et arrosage automatisés). Côté plantes, la tendance s'oriente vers des espèces d'allure graphique, utilisées en masse ou à l'unité, de bonne qualité et pérennes, afin que le jardin reste attractif.


E. BRENCKLE/RUSTICA

Les couleurs vives


F. BOUCOURT/RUSTICA


F. BOUCOURT/RUSTICA


F. MARRE/RUSTICA

Stop à la grisaille !

Pour échapper aux années "gris taupe", les couleurs réinvestissent le jardin et la terrasse. Il y a, bien sûr, les coloris des fleurs, mais, plus encore que les massifs, ce sont les accessoires de culture et le mobilier coloré qui paradent, surprennent et choquent – surtout lorsque les teintes sont flashy ! L'avantage d'une telle tendance, c'est que le jardin a toujours l'air enjoué.

Les meilleures floraisons

Embellir son coin de verdure pour l'été se prépare dès le printemps. Tout commence par le choix des plantes, or il ne manque pas !

Les décors de l'été mettent essentiellement en scène des plantes annuelles. Ce sont les vedettes des beaux jours en raison de leur longue floraison. Ces végétaux, dont la durée de vie s'échelonne d'avril à l'automne, sont programmés pour produire rapidement de très grande quantité de fleurs, et ce, de juin jusqu'aux premières gelées. Cette longévité les place en tête des plantes préférées des jardiniers pour fleurir massifs et potées. Mais elles ne sont pas les seules dans ce classement, car à leur longue liste s'ajoutent les espèces à feuillage coloré et décoratif, les bulbes d'été comme les dahlias et toute la gamme des plantes vivaces non rustiques, et donc gélives, telles que l'héliotrope, la verveine de Buenos Aires ou la marguerite du Cap.

Belles et faciles

Quelques-unes sont un peu plus performantes que d'autres. Nous avons sélectionné celles que nous considérons comme les stars de l'été, nos coups de cœur, en quelque sorte. Destinées à vous donner pleinement satisfaction, ces plantes sont faciles à cultiver, peu exigeantes, voire particulièrement robustes et résistantes, notamment à la chaleur et au manque d'eau, ce qui leur permet de répondre aux contraintes liées aux aléas climatiques estivaux rencontrés ces dernières années. Mais surtout, notre choix s'est porté sur des espèces hautement décoratives pour leur floraison ou leur feuillage qui, sans entretien particulier, sont fiables, abondants et généreux. À vous, donc, de choisir dans cette palette de couleurs et de silhouettes celles qui embelliront votre été !



À TRIANON, IL FAUT SURPRENDRE LES VISITEURS

Le jardinier en chef et ses équipes, dirigées par Elena Secondo, responsable du fleurissement, utilisent une gamme de végétaux robustes mais, somme toute, assez classiques, comme les cosmos, sauges, mufliers, zinnias ou dahlias. *"Cependant,* précise Alain Baraton, *nous devons créer l'effet de surprise et faire en sorte que le visiteur s'étonne de voir telle ou telle espèce dans nos compositions. Aussi, il nous faut faire preuve d'originalité, parfois même de fantaisie, en intégrant des plantes exotiques, des feuillages curieusement colorés, ou en proposant des mariages inattendus. Si le visiteur repart en se disant qu'il a envie de faire pareil, alors nous avons réussi !"*



PACK-SHOT/SHUTTERSTOCK

Les annuelles

▶ Les tapis

La floraison des espèces de forme basse, compacte ou tapissante, telles que les lobulaires, soucis ou bégonias, est davantage mise en valeur si on les dispose en bordure de plate-bande ou au premier plan d'un massif. Ainsi, leurs attraits décoratifs ne sont pas dissimulés par des sujets plus grands.

▶ Les buissons

Les espèces plus volumineuses, formant un buisson arrondi ou élancé, gagnent à être plantées au second plan d'une composition, voire au fond d'un massif, où elles pourront se déployer à leur aise et révéler tous leurs atouts. Tenez compte de l'ampleur de chaque sujet, en veillant à échelonner les silhouettes pour obtenir un bel effet crescendo.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Les bulbeuses

▶ Les dahlias

Les variétés sont nombreuses et offrent des attraits très variés. Fleurs simples ou doubles, grandes ou petites, feuillage vert ou pourpre, formes naines ou buissonnantes... il y en a pour tous les goûts et toutes les situations !

▶ Les autres tubercules et rhizomes

Bégonias tubéreux, lis, glaïeuls ou encore cannas complètent la gamme des bulbes fleuris à planter en mai. Leurs organes de réserve (tubercules, rhizomes) sont vivaces et peuvent se conserver plusieurs années, à condition de les arracher en automne pour les hiverner hors gel.

Les vivaces non rustiques

▶ Les fleurs

La plus célèbre de ces plantes est le pélargonium (appelé couramment géranium), qui décline des formes buissonnantes et retombantes. Mais il existe nombre d'autres espèces décoratives pour leurs floraisons, tels les gauras ou verveine de Buenos Aires (ci-contre).

▶ Les feuillages

Certaines espèces ne brillent pas par leur floraison, mais par l'opulence et les coloris de leur feuillage, à l'image des coléus, irésines ou sénecios. Toutes se gardent d'une année à l'autre si l'on prend soin de les abriter du gel en hiver.



F. MARRE/RUSTICA

Les annuelles

Cléome

- **Nom botanique :** *Cleome* 'Senorita Carolina'
- **Hauteur :** de 80 à 100 cm
- **Exposition :** ensoleillée et abritée du vent

▶ Description et entretien

Cette variété à feuillage vert et découpé produit, de juin à octobre, une multitude de fleurs gracieuses et rose pâle, réunies en grappes denses. Le cléome se plaît dans une terre fertile, fraîche et meuble. Il faut lui assurer un arrosage régulier, surtout s'il est cultivé en pot, et tuteurer les tiges en fin de saison. Sa silhouette est volumineuse et impose de le placer de préférence en fond de massif, ou seul dans un bac.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Cosmos

- **Nom botanique :** *Cosmos bipinnatus*
- **Hauteur :** de 80 à 140 cm
- **Exposition :** ensoleillée et chaude

▶ Description et entretien

Le cosmos forme un buisson de feuilles vertes et découpées se couvrant, de juillet à septembre, de fleurs simples, parfois doubles, blanches, roses, mauves ou violettes. Il se plaît dans un sol meuble et léger, demande des arrosages fréquents en été et nécessite un tuteurage en fin de saison. Il convient en massif, scène champêtre et plate-bande pour la fleur coupée, mais aussi en bac ou dans un grand pot, sur une terrasse.

Muflier

- **Nom botanique :** *Antirrhinum majus*
- **Hauteur :** de 80 à 100 cm
- **Exposition :** ensoleillée et abritée du vent

▶ Description et entretien

Communément appelée gueule-de-loup, cette plante vivace se cultive comme annuelle. De juillet à octobre, elle se pare de fleurs multicolores réunies en épis dressés. Elle préfère un sol riche et drainé. En été, des arrosages réguliers et un apport d'engrais tous les 20 jours sont nécessaires. Pincez la tige principale pour obtenir un sujet bien ramifié, qui trouvera sa place dans un massif, une bordure ou des bouquets.



BG/RUSTICA

Rudbeckia

- **Nom botanique :** *Rudbeckia hirta* 'Prairie Sun'
- **Hauteur :** de 60 à 70 cm
- **Exposition :** ensoleillée

▶ Description et entretien

Ce rudbeckia forme un buisson aux tiges vigoureuses, portant des feuilles vertes et étroites couronnées, de juillet à octobre, par de grandes fleurs jaune d'or. Il pousse dans un sol frais, fertile et bien drainé, et nécessite un arrosage régulier. Coupez les fleurs fanées pour encourager la formation de nouveaux boutons floraux. Il convient en massif, bordure, bac, potée et jardinière, mais aussi pour la confection de bouquets.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Sauge farineuse

- **Nom botanique :** *Salvia farinacea* 'Victoria Blue'
- **Hauteur :** de 45 à 50 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Cette nouvelle variété se couvre, de juillet à octobre, d'épis veloutés d'un gris argenté, regroupant des petites fleurs bleues à lèvres blanches. Elle a besoin d'un sol frais, riche et filtrant. Arrosez-la régulièrement en été et coupez les épis fanés pour prolonger la floraison. Sa silhouette compacte la destine à la culture en pot, jardinière et bac, mais aussi en bordure ou au premier plan d'un massif.

Zinnia

- **Nom botanique :** *Zinnia elegans* 'Zowie!'
- **Hauteur :** de 40 à 60 cm
- **Exposition :** ensoleillée et abritée du vent

▶ Description et entretien

Cette espèce très classique décline, de juillet à octobre, des fleurs d'abord magenta à pointes jaunes, qui deviennent rouges à maturité. Elle se plaît dans une terre riche et fraîche, demande un arrosage régulier et nécessite la suppression des fleurs fanées pour en produire de nouvelles. Très florifère, le zinnia convient en massif et bordure, associé à d'autres plantes, ou en pot. Ses fleurs tiennent très bien en bouquet.



F. MARRE/RUSTICA

Les vivaces non rustiques

Dahlia

- **Nom botanique :** *Dahlia* 'Galaxie'
- **Hauteur :** de 1 à 1,20 m
- **Exposition :** ensoleillée mais pas trop chaude

▶ Description et entretien

Cette variété produit, d'août aux gelées, de grandes fleurs rose magenta aux nombreux pétales effilés, dont la pointe est découpée. Il aime une terre riche, fraîche et drainée. Il nécessite des arrosages réguliers et quelques apports d'engrais en été pour soutenir la floraison. Coupez les fleurs fanées, tuteurez les tiges et hivernez les tubercules hors gel. Ce dahlia convient en fond de massif et en plate-bande pour la fleur coupée.



V. QUÉANT/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Gazania

- **Nom botanique :** *Gazania rigens* 'White'
- **Hauteur :** de 15 à 20 cm
- **Exposition :** ensoleillée, voire sèche

▶ Description et entretien

Cette plante au port tapissant possède un feuillage vert à revers argenté et se couvre, de juillet à septembre, de grandes fleurs blanches à cœur jaune. Elle aime les sols drainés et s'accommode d'une terre pauvre. Arrosez peu. Protégez la souche du froid en hiver, ou arrachez-la pour la placer à l'abri. Idéale en pot, suspensions et jardinières, elle convient aussi au premier plan d'un massif, pour habiller un talus ou une bordure.

Géranium-lierre

- **Nom botanique :** *Pelargonium* x *hederaefolium* 'Lollipop Dark Red'
- **Hauteur :** de 40 à 60 cm
- **Exposition :** ensoleillée

▶ Description et entretien

C'est la plante par excellence pour les potées, suspensions et jardinières ! Communément appelé géranium-lierre, ce pélargonium a un beau feuillage vert brillant et produit, de juin aux gelées, de très nombreuses grappes de fleurs aux pétales rouge strié de blanc. Il nécessite un sol riche et meuble, des arrosages réguliers et un apport d'engrais tous les 15 jours. Coupez les fleurs fanées.



F. MARRE/RUSTICA

Héliotrope

- **Nom botanique :** *Heliotropium peruvianum*
- **Hauteur :** de 40 à 60 cm
- **Exposition :** ensoleillée et abritée du vent

▶ Description et entretien

Ce petit arbuste méditerranéen arbore des feuilles vert foncé et persistantes. Tout l'été, il se couvre de fleurs odorantes, bleues, pourpres ou violacées, réunies en bouquets denses. Il pousse en terre riche et fraîche, nécessite des arrosages réguliers et doit être placé à l'abri du gel en automne. Il convient en bordure, massif et plate-bande, mais aussi et surtout en pot et bac, ce qui facilite sa manipulation lors de l'hivernage.



C. HOCHET/RUSTICA



É. BRENCKLÉ/RUSTICA

Marguerite du Cap

- **Nom botanique :** *Osteospermum*
- **Hauteur :** de 40 à 50 cm
- **Exposition :** ensoleillée, supporte les embruns

▶ Description et entretien

Cette plante tapissante à feuilles vertes se couvre, dès mai et jusqu'aux gelées, d'une myriade de fleurs mauves à cœur pourpre. Elle pousse dans un sol léger, riche et drainant. Résistante à la sécheresse, elle nécessite peu d'arrosages. Coupez les fleurs fanées et, en climat doux, si elle est cultivée en pleine terre, rabattez les tiges en mars. Ailleurs, hivernez-la à l'abri du gel. Elle convient en bordure, au premier plan d'un massif ou en pot.

Verveine de Buenos Aires

- **Nom botanique :** *Verbena bonariensis*
- **Hauteur :** de 1,20 à 1,30 m
- **Exposition :** ensoleillée, voire sèche

▶ Description et entretien

Cette plante à la silhouette gracile arbore des feuilles rêches et vertes portées par de hautes tiges couronnées, de juin à octobre, de minuscules fleurs violettes réunies en petites grappes denses. Elle pousse dans un sol drainé, léger et pauvre, et redoute le gel. En climat froid, coupez les tiges sèches et protégez la souche. Parfaite pour décorer massifs, scènes champêtres et prairies fleuries, elle convient aussi en bac.



F. MARRE/RUSTICA

Les feuillages décoratifs

Amarante

- **Nom botanique :** *Amaranthus tricolor* 'Splendens Perfecta'
- **Hauteur :** de 1,10 à 1,20 m
- **Exposition :** ensoleillée et abritée du vent

▶ Description et entretien

Proche de l'amarante queue-de-renard, reconnaissable à ses inflorescences en panache dressé puis retombant, cette variété est décorative par ses feuilles vertes marbrées de rouge vif et de jaune. Elle se plaît dans un sol très riche, frais et meuble, et demande des arrosages fréquents. Placez-la de préférence en fond de massif, à cause de sa silhouette volumineuse.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Coléus

- **Nom botanique :** *Coleus* 'Henna'
- **Hauteur :** de 40 à 50 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Cette variété originale se distingue par ses feuilles aux bords ciselés. D'un vert cuivré, elles ont un revers rouge et des nervures déclinant des teintes bordeaux. Le coléus se plaît dans un sol riche maintenu frais par des arrosages très réguliers. Apportez un engrais dilué dans l'eau d'arrosage toutes les 2 semaines. Il convient en massif, bordure ou pot, jardinière et bac, ce qui facilite la manipulation lors de l'hivernage à l'abri du gel.

Gnaphale

- **Nom botanique :** *Helichrysum petiolare*
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶Description et entretien

Formant un tapis buissonnant, cette plante arbore un feuillage d'aspect lumineux composé de feuilles arrondies, vert grisâtre, presque blanc, duveteuses et persistantes. En été, des petites fleurs blanc jaunâtre en émergent. La variété 'Silver' (ci-contre) apprécie un sol léger et filtrant, et se contente de très peu d'eau. Elle habille les bordures, rocailles et le premier plan de massifs, et se plaît également en jardinière ou suspension.



F. MARRE/RUSTICA

Irésine

- **Nom botanique :** *Iresine* 'Blazin' Lime'
- **Hauteur :** de 80 à 100 cm
- **Exposition :** ensoleillée et abritée du vent

▶Description et entretien

Cette variété d'irésine se distingue par son feuillage vert aux larges nervures jaune crème, qui change des classiques teintes pourpres et cuivrées. Elle a besoin d'un sol riche, maintenu frais par des arrosages réguliers. Pincez l'extrémité des tiges pour conserver une silhouette compacte. Utilisez-la dans les massifs ou en bordure pour créer des contrastes de couleurs, ou en pot, ce qui facilite la manipulation pour l'hivernage.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Sénécio

- **Nom botanique :** *Senecio candicans* 'Angel Wings'
- **Hauteur :** de 40 à 50 cm
- **Exposition :** ensoleillée et abritée du vent

▶ Description et entretien

Proche de la cinéraire maritime, cette plante possède de grandes feuilles persistantes, gris argenté, recouvertes d'un duvet doux et blanchâtre d'allure très lumineuse. Elle pousse dans un sol riche, meuble et drainé. Résistante à la sécheresse, elle se contente de peu d'arrosages. Gélive, elle doit être hivernée sous abri. Elle convient en massif, bordure, rocaille ou pot.

Ricin pourpre

- **Nom botanique :** *Ricinus communis* 'New Zealand Purple'
- **Hauteur :** de 1,20 à 1,80 m
- **Exposition :** ensoleillée et peu ventée

▶ Description et entretien

Cette plante à feuillage palmé et pourpre porte des fleurs en épis qui donnent naissance à des grappes de fruits rouges, hérissés et toxiques ! Le ricin se plaît dans une terre riche, meuble et gardée fraîche par des arrosages très réguliers permettant d'obtenir une croissance rapide et un feuillage luxuriant. Placez-le au cœur d'un massif pour le laisser prendre du volume.



C. HOCHET/RUSTICA

L'acquisition des plants

Une fois les végétaux qui fleuriront les massifs et jardinières choisis, il faut se les procurer ! Plusieurs possibilités s'offrent au jardinier.

À l'exception des quelques espèces qui se multiplient par bouturage, le semis est le principal mode de reproduction des fleurs estivales. C'est d'ailleurs le moyen le plus économique de se procurer des plants. Les graines obtenues par des semenciers sont commercialisées par des grainetiers ou des jardineries. On peut aussi récolter ses propres graines sur des sujets cultivés au jardin, pour les semer l'année suivante ou les échanger avec des voisins. Enfin, certaines espèces se ressèment spontanément. C'est le cas de celles qui sont décrites en pages 42 et 43 : les plantules, qui se développent à leur pied, peuvent être arrachées et repiquées à demeure.

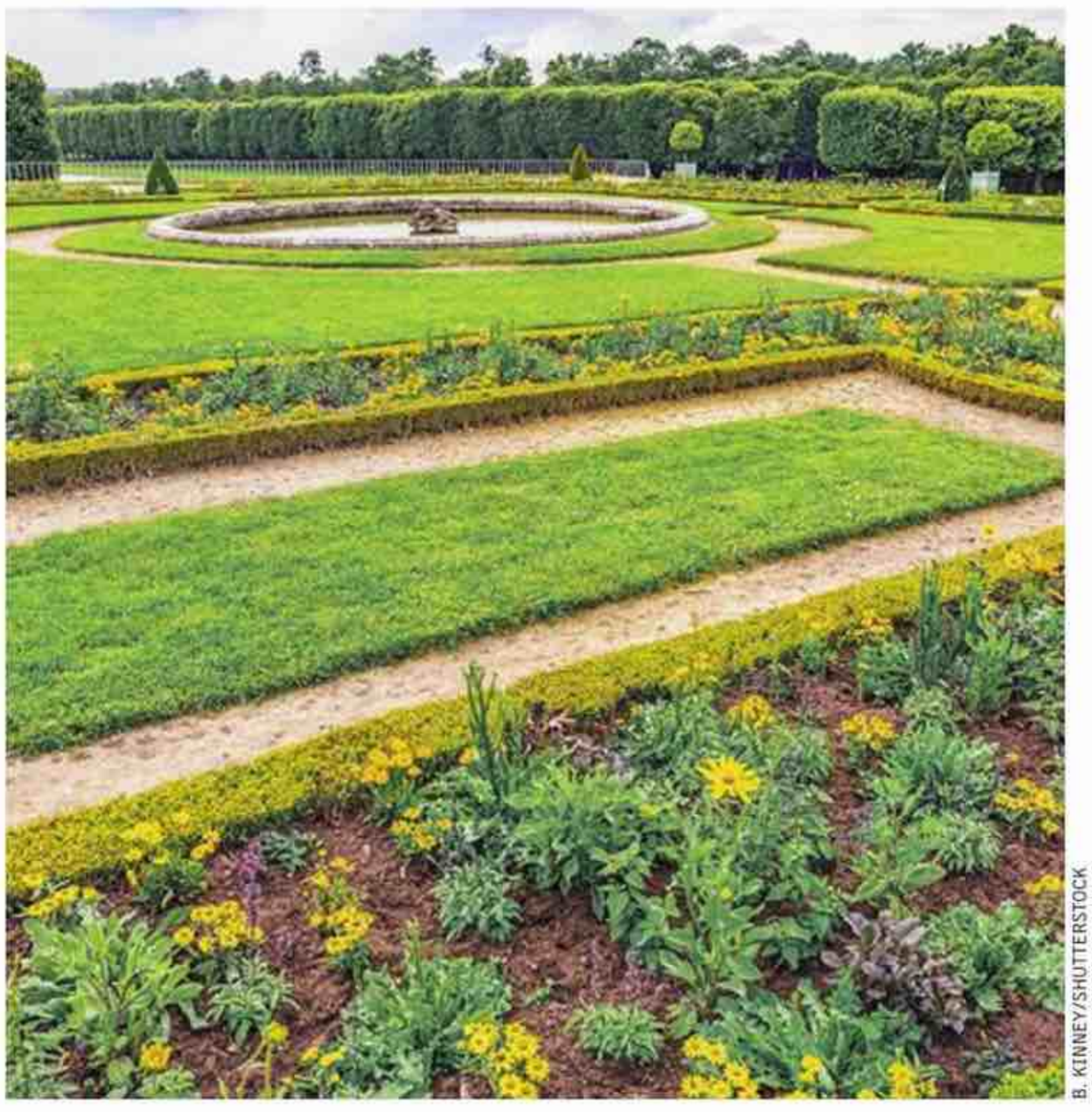
Décor clé en main

Pour les jardiniers qui ne souhaitent pas semer, ni élever leurs plants, la solution consiste à se procurer des sujets âgés de quelques semaines. Produits chez les horticulteurs, les plants sont vendus – via un catalogue ou un site internet – en minimottes, ce qui en facilite l'expédition. Une fois la commande passée et les produits réceptionnés, il ne reste plus qu'à les planter. Ce procédé permet de se procurer, à un prix modique, de grandes quantités de plantes dont certaines, détaillées en pages 44 et 45, sont particulièrement adaptées à ces modes de production innovants. Enfin, pour ceux qui souhaitent planter des sujets "prêts à fleurir" et obtenir un décor clé en main, les jardineries proposent des sujets bien développés, déjà fleuris, cultivés en pot et dont les espèces les plus appropriées sont indiquées en pages 46 et 47.



UNE PRODUCTION MAISON, EN NOMBRE ET EN POT

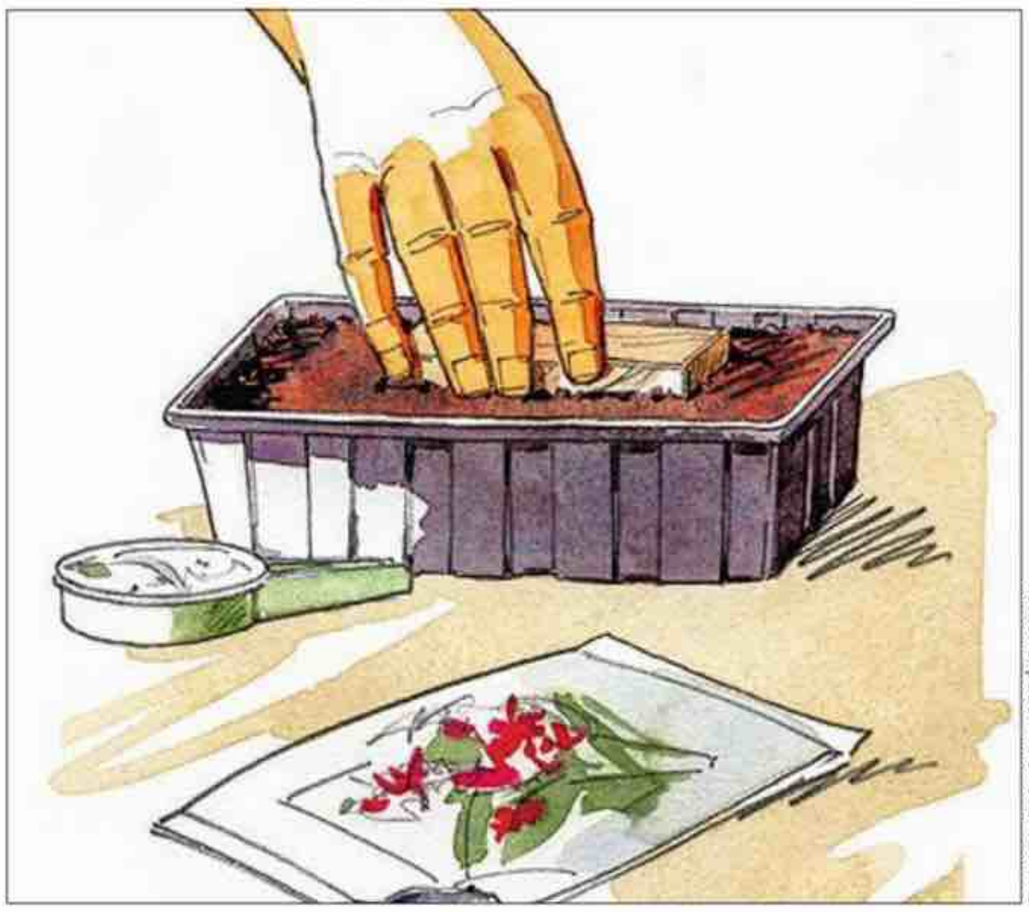
"À Trianon, indique le jardinier en chef, *80 % des fleurs annuelles sont issues de graines semées dans nos serres. Nous achetons très peu de jeunes plants. Les 20 % restants sont des espèces exotiques, non rustiques, que nous cultivons en pot et que nous conservons d'une année à l'autre."* La culture de spécimens en conteneur est une pratique ancienne à Trianon car, précise Alain Baraton: *"À l'époque du Roi Soleil, il était possible, à la demande du souverain, de changer de décor en une seule nuit grâce aux fleurs cultivées en pot. Encore aujourd'hui, cette technique nous permet de remplacer des sujets malades, abîmés ou défleuris sans que les visiteurs s'en aperçoivent."*



B. KINNEY/SHUTTERSTOCK

Trois manières d'obtenir des plants

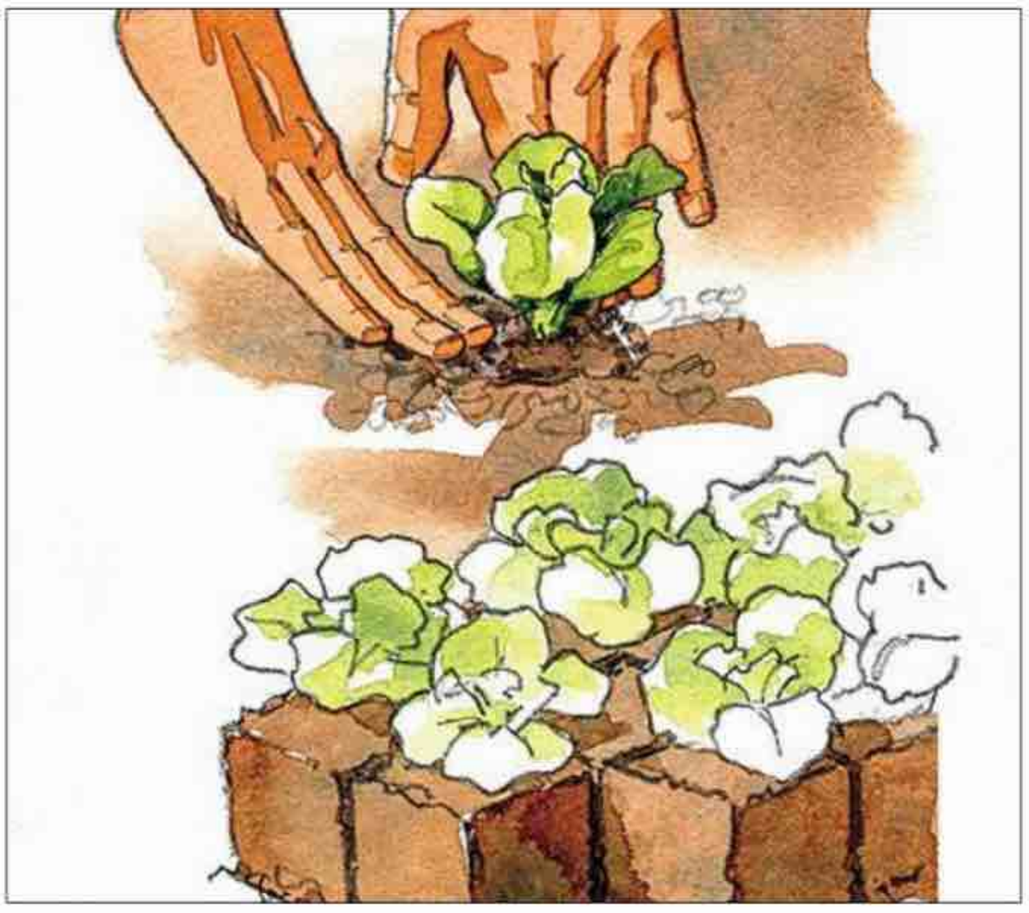
Les graines



ILLUSTRATIONS M. LOPPÉ/RUSTICA

▶ Du semis à la plantation

Les graines, achetées ou récoltées dans son jardin, se sèment de février à avril. Dans une caissette placée au chaud (22 à 25 °C), dans une miniserre ou sous une véranda, effectuez un semis peu dense, tassez le substrat à l'aide d'une planchette puis arrosez en pluie fine. Après la germination, lorsque les plantules ont de 2 à 4 feuilles bien formées, repiquez-les dans des godets ou des pots placés à la lumière et à la chaleur, dans une pièce lumineuse ou une serre pour qu'ils poursuivent leur croissance jusqu'à la plantation en pleine terre ou en pot et ce, dès que les gelées ne sont plus à craindre.



Les minimottes

▶ Respecter une phase d'acclimatation

Dès réception des plants commercialisés en minimottes, il faut les sortir de l'emballage transparent qui les protège des chocs et des aléas climatiques. Déposez-les, côte à côte, dans des caisses, puis réhydratez le substrat avec de l'eau tempérée. Placez-les ensuite à la lumière, mais sans soleil direct, à l'abri des courants d'air et à une température comprise entre 16 et 18 °C, dehors s'il ne gèle pas ou dans une pièce lumineuse, pendant 3 à 5 jours afin de les acclimater à leur nouvel environnement. Les plants ayant été cultivés sous serre, cette étape intermédiaire est nécessaire avant de les installer à demeure.

Les godets ou pots

▶ Bien choisir ses sujets

Dans une jardinerie comme chez un horticulteur, les jeunes plants proposés en godets ou en pots, alors plus fournis que les minimottes, constituent une offre alléchante. Vous avez l'embarras du choix, mais quelques signaux doivent vous alerter sur leur état général. Privilégiez les sujets peu fleuris et de forme bien équilibrée. Écartez ceux qui présentent des feuilles jaunes ou malades, des fleurs fanées ou des tiges cassées. Après avoir dépoté la plante, observez ses racines, qui ne doivent pas être trop nombreuses. La plantation peut se faire immédiatement après l'achat, dans une terre bien meuble.



Faciles à semer

Capucine

- **Nom botanique :** *Tropaeolum majus*
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Les tiges de cette plante tapissante portent des feuilles rondes et vert bleuté. Elles déploient, de juin aux gelées, d'innombrables fleurs jaunes, orange ou rouges. Ces dernières produisent facilement des graines qui, souvent, se ressèment d'elles-mêmes. La capucine se plaît dans tous les sols, même pauvres. Arrosez-la peu et apportez un engrais organique tous les 15 jours. Elle convient en bordure, massif, pot, suspension et jardinière.



F. BOUCOURT/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Lobulaire

- **Nom botanique :** *Lobularia maritima*
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée

▶ Description et entretien

Appelée aussi alysse odorant ou maritime, cette plante tapissante au fin feuillage vert se couvre, de juillet à novembre, de petites fleurs blanches à l'odeur de miel. Leurs graines se propagent spontanément au pied de la plante. Elle supporte un sol calcaire, pauvre et bien drainé, voire sec. Peu exigeante, elle se plaît en bordure, au premier plan d'un massif, en suspension ou en pot, et s'immisce dans les anfractuosités des murs et des dallages.

Nigelle de Damas

- **Nom botanique :** *Nigella damascena* 'Miss Jekyll'
- **Hauteur :** de 40 à 60 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶Description et entretien

Le feuillage vert, fin et vaporeux de cette plante gracieuse s'émaille, de juin à fin août, de fleurs étoilées bleues, blanches ou roses. La nigelle préfère un sol léger, frais et drainant, même pauvre. Elle supporte la sécheresse. Conservez les fleurs fanées pour qu'elles produisent des graines. Ces dernières se ressèment d'elles-mêmes dans un massif, une bordure, une prairie fleurie ou un pot.

C. HOCHET/RUSTICA

Œillet d'Inde

- **Nom botanique :** *Tagetes tenuifolia*
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée

▶ Description et entretien

Dénommé aussi tagète, ce buisson arbore un feuillage fin, vert et fortement odorant. De juin à octobre, il se couvre de nombreuses fleurs simples et jaunes. Il se plaît en sol fertile et frais à la plantation, puis s'accommode assez bien de la sécheresse en été. Conservez les fleurs fanées : elles produiront des graines qui se disséminent autour du sujet. Le tagète convient en massif, bordure, pot, jardinière et suspension.



F. MARRE/RUSTICA



F. BOUCOURT/RUSTICA

Pavot de Californie

- **Nom botanique :** *Eschscholzia californica*
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée

▶ Description et entretien

Formant une touffe de nombreuses feuilles fines et vert bleuté couronnées, de juillet à octobre, par une multitude de fleurs orangé, ce pavot se plaît dans un sol léger, drainant et pauvre. Il supporte très bien la chaleur comme la sécheresse. Si les fleurs fanées ne sont pas supprimées, il se ressème facilement et colonise talus, terrains arides, prairies et dallages. Il convient aussi en bordure, massif, pot et jardinière.

Souci

- **Nom botanique :** *Calendula officinalis*
- **Hauteur :** de 20 à 30 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶Description et entretien

Le souci possède des feuilles allongées, vertes et duveteuses, formant une touffe au cœur de laquelle émergent, de juin à septembre, des fleurs jaune d'or ou orangées appréciées des abeilles. Il pousse dans tous les sols, même pauvres et secs. Conserver les fleurs fanées permet la dissémination naturelle des graines. Cette fleur, que l'on trouve souvent au potager, orne aussi massifs, bordures, talus, prairies fleuries ou potées.



C. HOCHET/RUSTICA

Vendues en minimottes

Bégonia

- **Nom botanique :** *Begonia semperflorens*
- **Hauteur :** de 20 à 30 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Très résistante à la sécheresse, cette plante annuelle possède un feuillage vert ou bronze. De mai à octobre, elle produit des fleurs roses, rouges ou blanches. Elle pousse en sol riche, et supporte des arrosages peu fréquents. Robuste, elle s'accommode de la culture en minimotte et de l'expédition par voie postale. Plantée en grand nombre, elle garnit massifs, bordures et jardinières. Coupez régulièrement les fleurs fanées.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Bidens

- **Nom botanique :** *Bidens* 'Campfire Funny Honey'
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée

▶ Description et entretien

Ce buisson au feuillage fin et vert se couvre, de mai à octobre, d'une multitude de petites fleurs orangées à cœur jaune. Le bidens apprécie un sol léger, drainé et fertile. Il demande des arrosages réguliers en été et un apport d'engrais tous les 15 jours. Sa croissance vigoureuse permet de décorer efficacement bordure, rocaille, premier plan de massif, potée, bac ou suspension.

Euphorbe

- **Nom botanique :** *Euphorbia hypericifolia* 'Diamond Frost'
- **Hauteur :** de 40 à 50 cm
- **Exposition :** ensoleillée à mi-ombragée

▶ Description et entretien

Cette plante vivace non rustique, utilisée comme annuelle, possède de petites feuilles linéaires, fines et vertes se couvrant, de mai à octobre, de fleurs minuscules à pétales fins et blancs. Cette euphrobe se plaît dans une terre riche, fraîche et drainée. Bien que ses tiges soient fragiles, une fois en place, il garnit gracieusement bordures, massifs, suspensions et jardinières.



F. MARRE/RUSTICA

Lobélie

- **Nom botanique :** *Lobelia erinus*
- **Hauteur :** de 15 à 25 cm
- **Exposition :** ensoleillée à mi-ombragée

▶ Description et entretien

Cette plante tapissante arbore des feuilles vertes portées par des tiges souples couronnées, de mai à octobre, par des grappes de fleurs bleu roi, parfois roses ou blanches. La lobélie pousse en sol riche et frais, demande un arrosage régulier par temps chaud et un apport d'engrais tous les 15 jours. Elle se développe vite et fleurit abondamment en toutes situations : bordures, massifs, suspensions, pots ou jardinières.



É. BRENCKLÉ/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Pétunia

- **Nom botanique :** *Petunia* 'BeautiCal Caramel Yellow'
- **Hauteur :** de 40 à 50 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Ce grand classique, à la silhouette retombante, a un feuillage vert et duveteux se couvrant, de mai à octobre, de nombreuses fleurs – jaune caramel à cœur brun, pour cette variété, mais il existe de très nombreux autres coloris. Le pétunia exige un sol riche et drainé, des arrosages réguliers et un apport d'engrais tous les 15 jours. Robuste, il décore avec succès pots, suspensions, massifs ou bordures.

Tabac d'ornement

- **Nom botanique :** *Nicotiana* x *sanderae*
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Cette espèce forme un buisson à feuillage vert dont les tiges portent, de juin à octobre, des grappes de fleurs tubulées aux corolles roses, rouges ou violettes. Ce tabac ornemental préfère un sol frais, riche et drainé. Il demande un apport d'engrais tous les 15 jours et des arrosages réguliers. Couper les fleurs fanées renouvelle la floraison, qui anime avec brio massifs, bordures ou pots, bacs et jardinières.



V. QUÉANT/RUSTICA

Commercialisées en conteneur

Balisier

- **Nom botanique :** *Canna* x *generalis*
- **Hauteur :** de 60 à 150 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Les tiges de cette plante vivace non rustique sont issues de rhizomes et portent un feuillage vert et ample couronné, de juillet à novembre, de généreux bouquets de fleurs jaunes, orange ou rouges. Ce canna hybride exige une terre riche, drainée et maintenue fraîche par des arrosages réguliers. Il doit être hiverné hors gel. Tant pour son feuillage que pour ses fleurs, il gagne à être installé au cœur d'un massif, en toile de fond ou dans un pot.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Fuchsia

- **Nom botanique :** *Fuchsia*
- **Hauteur :** de 50 à 70 cm
- **Exposition :** mi-ombragée ou ombragée

▶ Description et entretien

Ces arbustes non rustiques à feuillage vert et caduc produisent, de juillet à octobre, des grappes de fleurs en forme de clochettes, le plus souvent bicolores, qui déclinent de nombreuses teintes. Les fuchsias poussent en sol riche et drainé. Arrosez-les souvent, apportez un engrais tous les 15 jours et protégez-les du froid en hiver. Ils conviennent en massif, mais surtout en grand pot, ce qui permet de les hiverner plus aisément.

Gaura

- **Nom botanique :** *Gaura lindheimeri*
- **Hauteur :** de 25 à 80 cm, selon la variété
- **Exposition :** ensoleillée, à l'abri du vent

▶ Description et entretien

Cette plante vivace gélive, utilisée comme annuelle, possède des feuilles vertes et fines portées par de hautes tiges souples couronnées, de juillet à octobre, d'une multitude de petites fleurs blanc rosé. Le gaura pousse dans un sol léger, drainé, voire aride. Il se contente de peu d'arrosages, mais exige une protection hivernale en climat froid. Il convient en massif, bordure, rocaille, ou dans un bac ou un grand pot.



F. MARRE/RUSTICA

Géranium odorant

- **Nom botanique :** *Pelargonium* 'Mosquito Fighter'
- **Hauteur :** de 30 à 40 cm
- **Exposition :** ensoleillée

▶ Description et entretien

Vivace mais non rustique, cette plante possède un feuillage vert très découpé qui dégage une forte odeur de citronnelle. Les fleurs de cette variété, rouge grenat et blanc, s'épanouissent tout l'été. Plantez-la dans un sol drainé, meuble et léger, et arrosez-la modérément. Il est conseillé de la protéger du gel d'octobre à avril, donc de la cultiver en pot, jardinière ou suspension pour faciliter son hivernage sous abri.



F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA

Impatiens de Nouvelle-Guinée

- **Nom botanique :** *Impatiens hawkeri*
- **Hauteur :** de 30 à 60 cm
- **Exposition :** ensoleillée ou mi-ombragée

▶ Description et entretien

Cette plante vivace gélive, aussi désignée sous le nom commercial Sunpatiens, possède un feuillage vert et persistant. De juin à fin octobre, elle se couvre de fleurs au nombreux coloris. Elle pousse en sol riche et frais, et redoute la sécheresse. Il faut donc l'arroser régulièrement en été, couper les fleurs fanées et protéger la souche du gel, ou l'hiverner sous abri. Elle fait merveille en massif, bordure, pot ou jardinière.

Marguerite des Canaries

- **Nom botanique :** *Argyranthemum frutescens*
- **Hauteur**: de 30 à 40 cm
- **Exposition**: ensoleillée

▶ Description et entretien

Anciennement dénommée anthémis, la marguerite des Canaries est une plante vivace non rustique. Elle arbore un feuillage découpé, vert bleuté, et se couvre, de juin à novembre, de fleurs qui peuvent être blanches, roses ou rouges. Elle se plaît dans un sol riche et drainé, nécessite des arrosages réguliers et la suppression des fleurs fanées. Elle convient en massif, mais aussi et surtout en pot, bac ou jardinière.



F. MARRE/RUSTICA

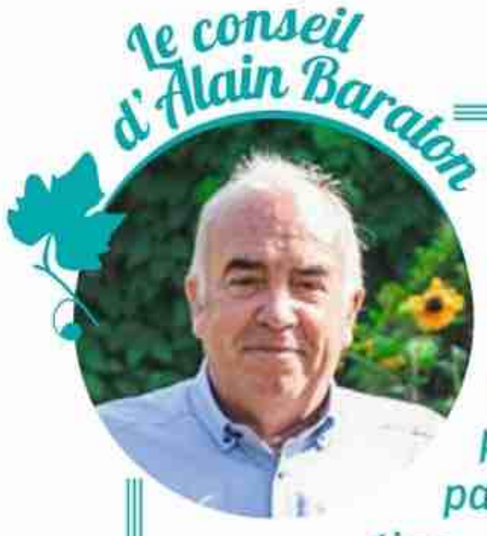
La préparation du sol

Si l'acquisition de plants de qualité est gage de succès, un jardin bien fleuri commence par un travail soigné du terrain.

D'avril à la mi-mai, tant que les saints de glace (du 11 au 13 mai) ne sont pas encore passés, ne vous précipitez pas pour installer les jeunes plants au jardin, ni pour placer les jardinières sur les balcons. Notez tout de même que dans le Sud, s'il fait doux, ces opérations peuvent être effectuées. En revanche, au nord de la Loire, il faut attendre car on peut encore craindre quelques gelées tardives. Vous avez donc un peu de temps – jusqu'à la mi-mai, donc – pour semer et élever, bien au chaud, les derniers plants, mais aussi finaliser les achats de végétaux. Alors que les bulbes et fleurettes de printemps sont à leur apogée, on peut commencer à préparer le terrain, ressortir les contenants pour les nettoyer et se procurer terreau et engrais.

Ameublir et enrichir

Dès la mi-mai et jusqu'en automne, les opérations vont s'enchaîner. Sur le terrain, et une fois les plantations terminées, c'est-à-dire à la fin du mois de juin, prenez soin de vos végétaux en effectuant des arrosages réguliers, en désherbant et en apportant les engrais indispensables pour encourager les floraisons. Surveillez l'apparition des parasites et des maladies, coupez les fleurs fanées et tuteurez les sujets instables. Puis, viendra la fin de l'été, la collecte des graines et l'hivernage des plantes vivaces non rustiques. Mais, pour l'heure, place à la préparation du terrain ! Car le substrat, que ce soit au jardin ou dans un contenant, est le milieu qui va accueillir les racines et où elles vont se développer. Une minutieuse préparation du sol s'impose...



BIEN TRAVAILLER LA TERRE, C'EST ESSENTIEL !

"Nous mettons un point d'honneur à bien préparer le sol de nos parterres avant la plantation, précise Alain Baraton, *car je considère que l'on travaille mieux et que les plantes poussent davantage lorsque la terre est bien ameublie, finement nivelée, propre et surtout bien enrichie. Chaque année, nous fabriquons, sur notre aire de compostage, près de 100 m³ de compost qui produit, à son tour, un terreau de feuilles. Au printemps, celui-ci est incorporé dans les massifs, et ce depuis 400 ans à Versailles. Aussi, grâce à cet amendement organique, 100 % naturel et local, nous n'utilisons pas d'autres engrais par la suite. C'est vous dire si, ici, la terre est riche par excellence !"*



E. SECONDO/GRAND TRIANON VERSAILLES/SP

Créer un bon substrat

Dans les massifs

∂ **Ameublissez la terre** à l'aide d'une bêche ou, mieux encore, d'une Grelinette pour perturber le moins possible la vie du sol. Incorporez quelques pelletées de terreau de compost par mètre carré. Profitez de cette opération pour éliminer cailloux et racines, notamment celles des plantes adventices, pour réduire les désherbages ultérieurs.

☒ **Affinez et nivelez** la surface du sol, d'abord à l'aide d'une griffe afin de briser les mottes de terre et égaliser sa surface. Puis, en vous munissant d'un râteau, affinez davantage les agrégats restants et retirez les cailloux, particules de bois ou de racines afin d'obtenir une surface parfaitement propre et plane, prête à être plantée.

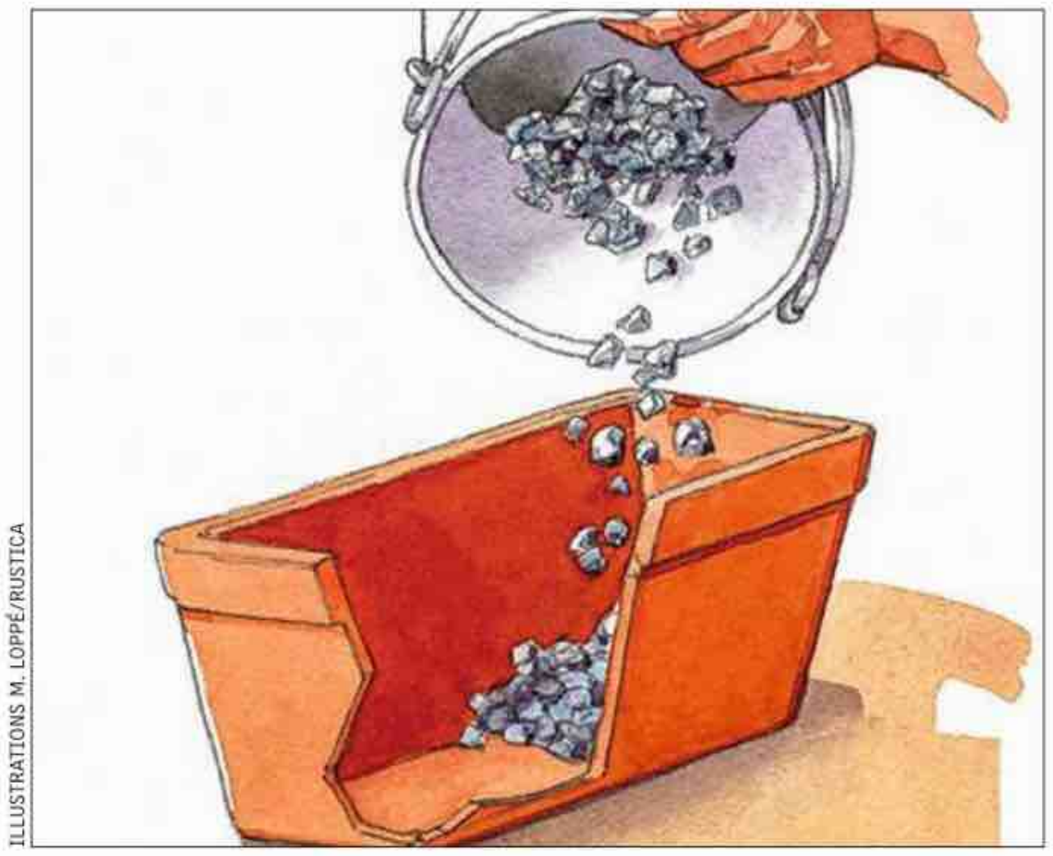


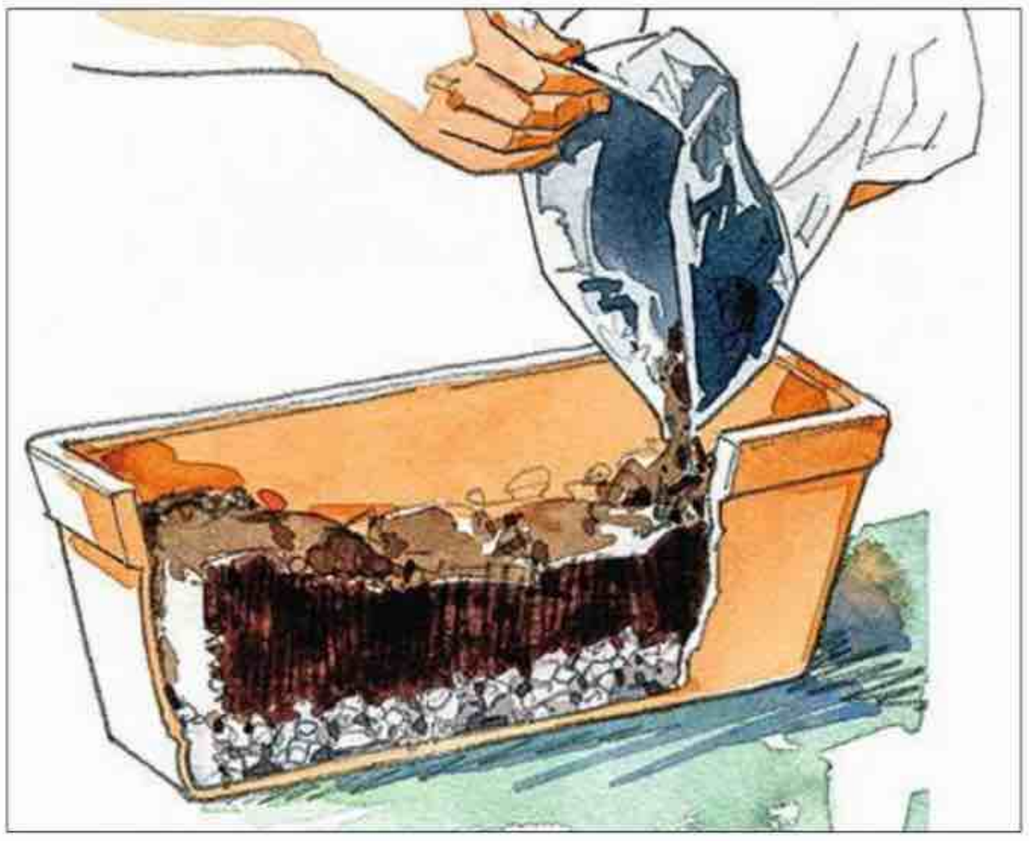


Dans les jardinières

∂ **Versez des graviers** ou des billes d'argile expansée sur une épaisseur de 3 ou 4 cm après avoir placé des tessons de pot sur les trous de drainage pour éviter qu'ils ne se bouchent. Cette couche drainante a pour objectif de collecter les excès d'eau de pluie ou d'arrosage qui pourraient, en saturant le substrat d'eau, asphyxier les racines.

☒ **Remplissez le conteneur** de terreau "spécial jardinière" ou fait maison à partir de terreau de compost ou horticole du commerce (2/3) et de terre de jardin (1/3). En utilisant cette dernière, vous améliorerez la rétention en eau du substrat et espacerez davantage les arrosages. À ce stade, incorporez 1 ou 2 poignées de corne torréfiée en guise d'engrais.





ILLUSTRATIONS M. LOPPÉ/RUSTICA

La plantation

Les végétaux et le terrain sont prêts, les gelées tardives ne sont plus à craindre... c'est donc le bon moment pour procéder à la mise en place !

Planter est un acte gratifiant pour le jardinier. C'est l'aboutissement d'un long processus qui débute par le semis et s'achève par la préparation de la terre des massifs ou des contenants. Ensuite, la plantation marque le point de départ d'une nouvelle étape qui aboutit au fleurissement d'un décor et à l'embellissement d'un lieu. Si l'acte de planter en lui-même (voir ci-contre) répond à quelques principes, la réussite réside dans l'attention et les soins apportés aux jeunes sujets installés. Dans les semaines qui suivent, il faut arroser modérément, car les racines n'occupent pas encore tout le volume de terre, et un excès d'eau risquerait de les asphyxier.

Quelques précautions

Si vous avez déposé un paillage sur le sol, veillez à ce que celui-ci n'étouffe pas la base des jeunes végétaux, car l'excès d'humidité et le manque d'air pourraient provoquer la pourriture des tiges. En l'absence de paillage, arrachez manuellement les herbes adventices et décompactez régulièrement la surface de la terre pour permettre une bonne infiltration de l'eau d'arrosage. Pensez à couper les boutons floraux juste après la plantation pour empêcher qu'une floraison trop précoce nuise à la bonne reprise des sujets. Pincez l'extrémité des jeunes pousses pour provoquer la ramification des sujets, qui deviendront ainsi plus trapus et buissonnants. Enfin, patientez 2 à 3 semaines avant d'effectuer le premier apport d'engrais dilué dans l'eau d'arrosage, car une trop forte concentration en éléments nutritifs peut endommager les racines.

Le conseil d'Alain Baraton



PLANTER EXIGE UNE MOBILISATION GÉNÉRALE !

"À Trianon, l'installation des massifs nous mobilise tous, explique Alain Baraton, *car vous imaginez bien que nous ne pouvons pas présenter des parterres vides aux visiteurs, dont le flux est continu. Sur un site historique aussi prestigieux et fréquenté que Versailles, il n'y a pas de temps mort sur un plan esthétique."* Toutes les équipes – de production, d'entretien et de transport – sont donc mobilisées pour qu'en deux semaines seulement, l'ensemble des parterres soient plantés. *"D'où la nécessité de bien préparer le terrain et de bien organiser l'approvisionnement en végétaux. Mais surtout, plus vite c'est fait, plus vite les plants poussent et fleurissent !"*



E.SECONDO/GRAND TRIANON VERSAILLES/SP

Installer les végétaux avec succès

Dans un massif

∂ **Disposez les pots** sur le sol et à la bonne distance pour juger de l'effet obtenu et adapter leur emplacement selon le résultat souhaité. Au préalable, il faut acclimater les sujets élevés sous serre ou achetés en jardinerie à leur nouvelle situation en les plaçant, pendant quelques jours, à l'extérieur, à l'ombre, et en les arrosant copieusement.



☒ **Dépotez les sujets,** puis réalisez, à l'aide d'un plantoir, un trou aux dimensions de la motte pour l'y installer. Comblez ensuite les vides avec de la terre fine et meuble, puis tassez légèrement. Commencez par le centre du massif, en prenant appui sur une planche pour ne pas compacter la terre, et terminez par la périphérie.

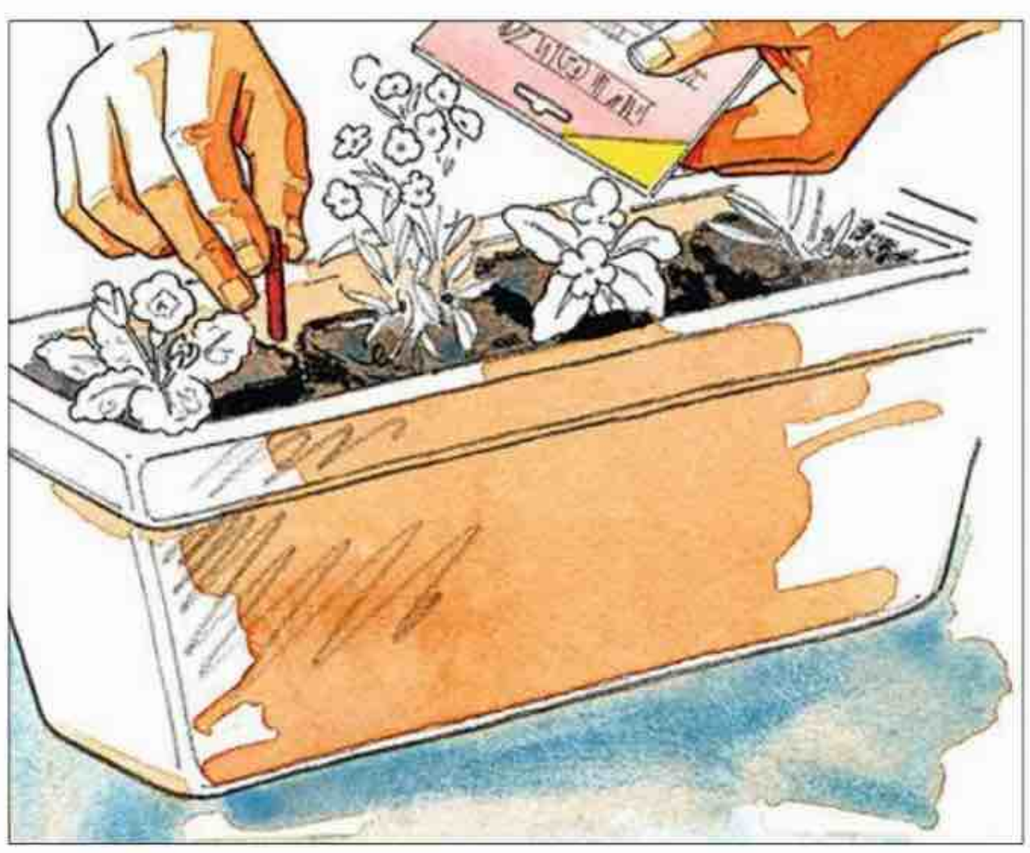


Dans un contenant

∂ **Immergez les plants** dans une bassine remplie d'eau pendant quelques minutes, jusqu'à ce que les bulles d'air disparaissent. Dépotez-les délicatement et placez-les sur une couche de terreau, dans le contenant. Le haut des mottes doit être situé sous le niveau du bord. Disposez les sujets en quinconce pour qu'une fois développés, ils débordent du pot.



☒ **Incorporez un engrais** sous la forme de bâtonnets à raison d'un exemplaire par plant, ou d'une ou deux poignées de granulés par contenant, puis comblez de terreau les vides. Tassez bien autour des mottes, ajoutez du terreau si nécessaire et arrosez copieusement. Quelques jours plus tard, complétez à nouveau si le niveau du substrat a baissé.



ILLUSTRATIONS M. LOPPÉ/RUSTICA

Les soins et l'entretien

C'est parti ! Les premières fleurs s'épanouissent, mais la surveillance reste de mise, et quelques petites attentions s'imposent.

Avec les beaux jours, les plants prennent de l'ampleur et commencent à fleurir. Dès le mois de juin, puis durant tout l'été, jusqu'à fin septembre, les opérations d'entretien s'espacent, laissant le temps de jouir du fleurissement du jardin ou du balcon. Mais l'arrosage, le paillage et la suppression des fleurs fanées restent nécessaires (voir ci-contre). Lors de ces interventions, il faut rester vigilant. Profiter pleinement de votre décor fleuri et coloré est amplement mérité, au vu des efforts fournis, mais cela ne doit pas faire oublier au jardinier les contrariétés que pourrait provoquer un été caniculaire ou, à l'inverse, trop pluvieux.

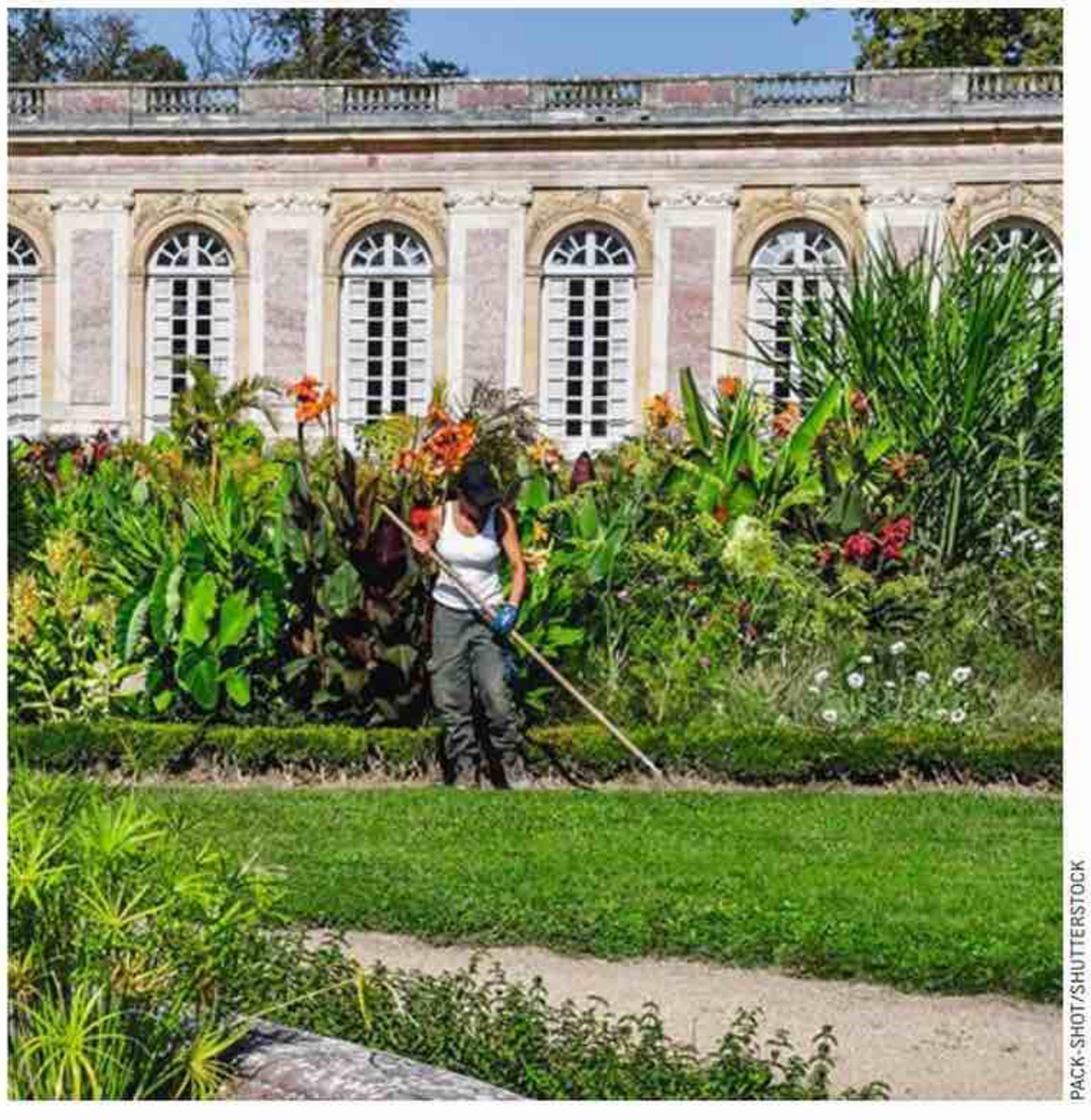
Gare aux maladies !

Ces aléas météorologiques conditionnent la croissance des plantes à fleurs et impliquent d'adapter, par exemple, la fréquence des apports d'eau en les densifiant ou, au contraire, en les espaçant. Une météo favorable va aussi inciter les sujets à croître davantage. Il faudra alors limiter et maîtriser la végétation en supprimant le feuillage excédentaire, afin de conserver des silhouettes bien proportionnées aux dimensions des massifs ou de les maintenir avec des tuteurs pour éviter que le tout ne verse sous le poids du feuillage et des fleurs. Prenez aussi le temps d'inspecter les feuilles, plus précisément celles qui sont tendres et souples, comme celles des dahlias ou des impatiens, qui sont davantage sujettes aux attaques de limaces ou de pucerons s'il fait chaud. Prenez aussi garde aux maladies telles que l'oïdium si le temps est plutôt humide.



UN ENTRETIEN EXCLUSIVEMENT MANUEL

En été, des saisonniers viennent renforcer les équipes d'Alain Baraton *"car tout l'entretien, de la coupe de fleurs au ratissage des allées, en passant par le désherbage et l'arrosage, est assuré à la main. Pour faciliter le travail des saisonniers, nous optons, par exemple, pour des variétés à grandes fleurs simples, plus faciles et rapides à nettoyer. Pour économiser l'eau – prélevée dans le Grand Canal – et réduire la déperdition par évaporation, des paillages couvrent le sol. Quant à l'arrosage, il est assuré, non par des asperseurs oscillants, mais à la lance à main pour ne pas mouiller les feuillages et apporter la quantité d'eau nécessaire à chaque plante, pas plus !"* précise le jardinier en chef.



PACK-SHOT/SHUTTERSTOCK

Réussir le contrôle technique

Arrosage



▶ Bien s'équiper

L'arrosoir est l'outil indispensable pour de petites surfaces ou quelques pots, de même qu'un tuyau équipé d'un brise-jet. L'installation d'un réseau de tuyaux poreux ou de goutteurs reliés à un programmateur est une solution mieux adaptée aux grands jardins et aux terrasses.

▶ Quand procéder ?

Dans un massif, en été, les apports d'eau s'effectuent de préférence le soir, lorsque la terre est sèche en surface. Dans un pot ou une jardinière, le volume de substrat est limité. Cela implique un arrosage plus fréquent. Un système de goutte-à-goutte programmable prend alors tout son sens.



Paillage

▶ Occuper le sol

Recouvrir la surface de la terre de compost grossier, de copeaux, de paillettes de lin ou de roseaux sur une épaisseur de 5 à 8 cm crée un matelas qui, en maintenant l'obscurité, empêche certaines plantes adventices de pousser. Cela réduit la corvée de désherbage.

▶ Retenir l'humidité

Un paillis couvrant le sol diminue également l'évaporation de l'eau dans l'atmosphère sous l'effet des rayons du soleil. Ainsi, les fines particules de vapeur d'eau, plutôt que de s'évaporer, sont retenues par le paillis qui, en restant humide, maintient la fraîcheur du sol.

Nettoyage

▶ Ôter les fleurs fanées

Une inflorescence séchée nuit à l'esthétique d'un massif. Lorsqu'elle est portée par une tige, détachez-la en saisissant sa base entre le pouce et l'index, juste au-dessus d'un niveau de feuilles. S'il s'agit d'une hampe réunissant plusieurs fleurs, coupez-la avec un sécateur à sa base, au plus près de jeunes pousses bien formées qui fleuriront à leur tour.

▶ Couper les feuilles sèches

Éliminez les feuilles sèches, souvent situées au cœur du buisson. N'ayant plus assez de lumière, elles jaunissent. En plus de déprécier une plante, elles peuvent héberger maladies et parasites.



ILLUSTRATIONS M. LOPPÉ/RUSTICA

Fin de saison, et après ?

Le fleurissement estival n'est pas éternel ! Sitôt l'automne venu, les plantes dépérissent ou sont hivernées, jusqu'au printemps suivant.

Le cycle de vie des fleurs annuelles s'achève à la fin de l'été. Elles ont donné le meilleur d'elles-mêmes, ont poussé généreusement et fleuri abondamment. Pour elles, l'aventure s'arrête là, non sans avoir produit pour certaines des graines qui, tombées à leur pied, donneront des plants fleuris l'année suivante. Pour d'autres, les semences peuvent être collectées puis semées sous abri à la fin de l'hiver. Elles donneront des sujets qui, plantés au printemps, fleuriront à leur tour. Pour toutes celles dont les fleurs ne produisent pas de graines, les jardiniers devront acheter des semences ou des plants au printemps prochain. Ainsi va le cycle des fleurs annuelles...

Aux abris !

Il en va tout autrement pour les bulbes à fleurs, les plantes non rustiques, dites aussi d'orangerie, et les espèces exotiques qui, elles, sont vivaces et pérennes. Elles pourront retrouver le chemin des massifs et des terrasses l'année suivante à la condition de leur épargner les rigueurs de l'hiver. Pour cela, il faut les abriter dans un local hors gel – le plus souvent une pièce lumineuse –, une serre ou une véranda. C'est le cas des géraniums et des fuchsias, mais également des gnaphales, héliotropes ou autres coléus. Ils sont soit cultivés en bac, soit arrachés et mis en pot en vue d'être hivernés. Quant aux bulbes d'été (dahlias, bégonias ou cannas), il faut arracher les organes de réserve (tubercules), les débarrasser de leurs feuilles et les placer dans des caisses remisées dans un local hors gel jusqu'au printemps suivant.



RIEN NE SE PERD, TOUT SE RÉCUPÈRE !

"Dès la Toussaint, changement de décor ! indique Alain Baraton. *En quelques jours seulement, nous déplantons les parterres, puis nous trions les plantes car rien ne se perd."* Les fleurs annuelles iront rejoindre l'aire de compostage, les graminées et les plantes vivaces sont rempotées et placées en pépinière pendant tout l'hiver jusqu'à un nouvel usage au printemps suivant. *"Les plantes d'orangerie,* ajoute Alain Baraton, *cultivées en bac ou en pot et utilisées pour décorer les allées, sont hivernées dans nos serres, comme les spécimens exotiques émaillant les parterres. Ils ne quittent jamais leur pot afin de faciliter leur manipulation pendant l'hivernage."*



E.SECONDO/GRAND TRIANON VERSAILLES/SP

Les bonnes pratiques

Plantes annuelles : à semer et à composter

∂ **Collectez les graines** des fleurs annuelles en sélectionnant quelques inflorescences. Dès que les capsules contenant les graines sont sèches et commencent à s'entrouvrir, récupérez les semences et placez-les dans un sachet en papier ou en gaze ultrafine. Stockées ensuite au sec, au frais et à l'obscurité, elles se gardent plusieurs mois.

☒ **Arrachez les feuilles,** tiges et racines des plantes annuelles. Placez au compost, en couche de 30 cm environ, ce matériau vert, plus humide, en alternant avec des matériaux bruns (broyats de branches) pour permettre une bonne décomposition. Brassez le tas tous les un ou deux mois. Vous obtiendrez un compost mûr au bout de 5 ou 6 mois.



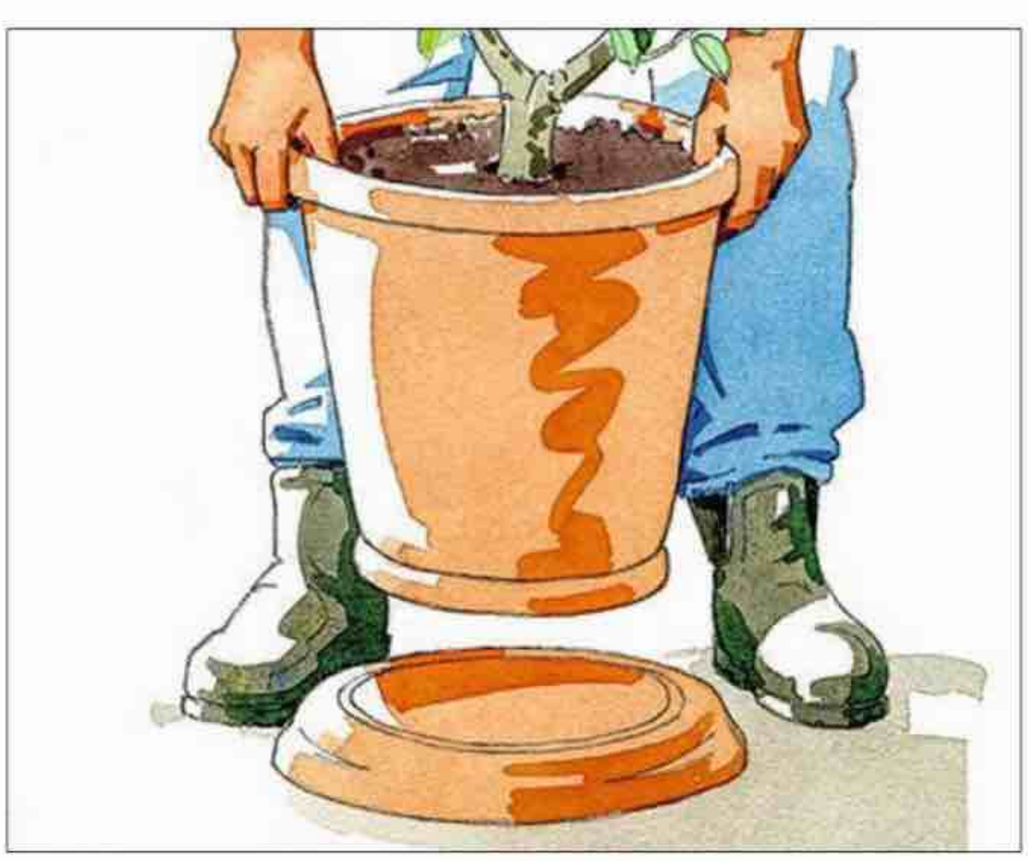


Vivaces non rustiques : à voiler ou à hiverner

∂ **Les espèces frileuses** qui ne peuvent pas être déterrées ou déplacées car trop volumineuses, comme certaines variétés de sauges, fuchsias ou gauras, sont enveloppées dans un voile d'hivernage. Ce dernier est déployé sur le feuillage, puis ficelée et ancré dans le sol à l'aide de sardines, de briques ou de quelques mottes de terre.

☒ **Les plantes gélives** réunissant des espèces exotiques (plectranthus, papyrus...) et des espèces très délicates, comme les impatiens de Guinée ou les héliotropes, gagnent à être cultivées en pot, ce qui facilite leur hivernage dans un local hors gel. Pensez à retourner la soucoupe pour que le substrat ne soit pas saturé d'eau.





ILLUSTRATIONS M. LOPPÉ/RUSTICA

Piments doux ou forts, ils mettent le feu au palais !

De culture assez facile, les piments se collectionnent un peu comme les tomates, tant il existe une diversité de formes, de couleurs et surtout de saveurs.



La diversité des piments se traduit aussi par des saveurs plus ou moins fortes.

V. QUÉANT/RUSTICA

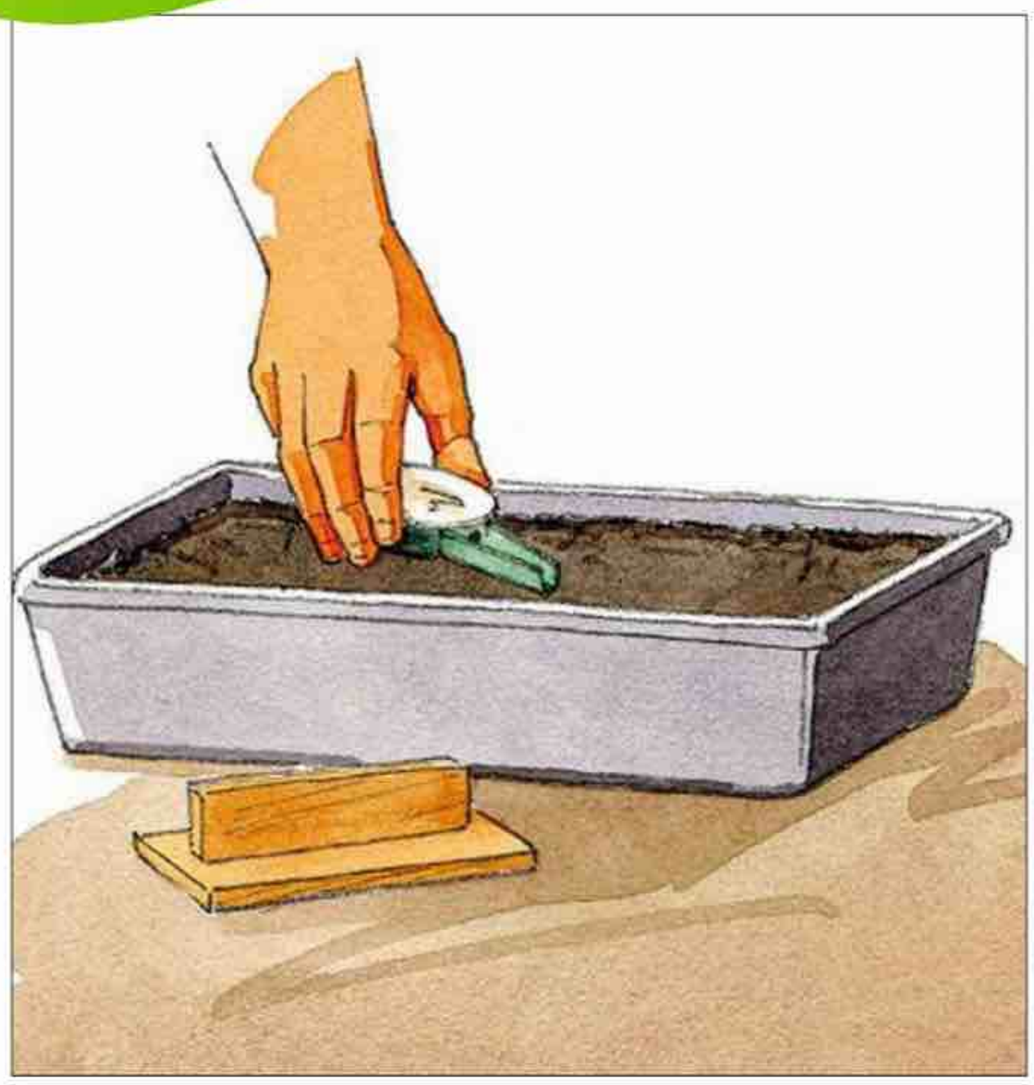
Espèce annuelle originaire d'Amérique centrale, le piment *(Capsicum)* se différencie du poivron par sa forme étroite, allongée et surtout par son goût brûlant. Importé du Mexique au XV^e^ siècle, il forme un buisson de 60 à 80 cm de hauteur, aux feuilles vertes allongées et tendres. Ses fleurs blanches sont remplacées par des fruits creux de diverses formes et couleurs. Le piment exige une exposition ensoleillée, chaude, avec des températures minimales de 15 °C, et une situation abritée du vent.

Échelle de chaleur

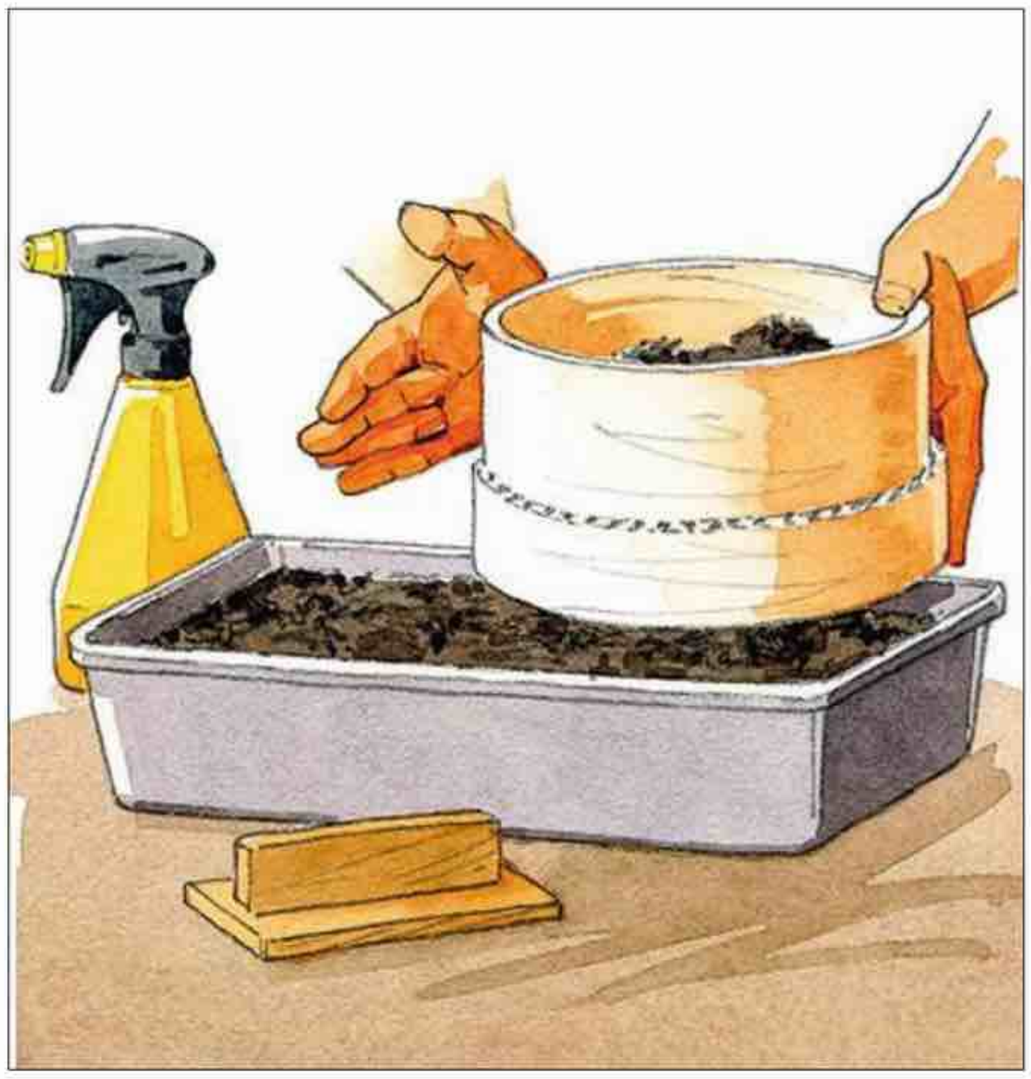
Le piment est utilisé frais ou séché et moulu (paprika), en association avec d'autres aliments pour épargner les palais peu habitués à ses effets brûlants. Dans la culture culinaire de certains pays, il est consommé frais et cru. La force du piquant est due à sa teneur plus ou moins forte en capsaïcine, une molécule issue de la famille des alcaloïdes. Elle se mesure sur l'échelle de Scoville, du nom de son inventeur en 1912, le pharmacologue Wilbur Scoville, et elle classe les piments de 0 à 10. À la base de cette échelle utilisée en cuisine, l'appréciation neutre (0) correspond au poivron. À l'opposé, la note explosive (10) est celle du piment antillais ou piment 'Habanero'. Entre les deux, s'échelonnent divers degrés de saveurs, que chacun appréciera en fonction de ses goûts. ■

Pas-à-pas

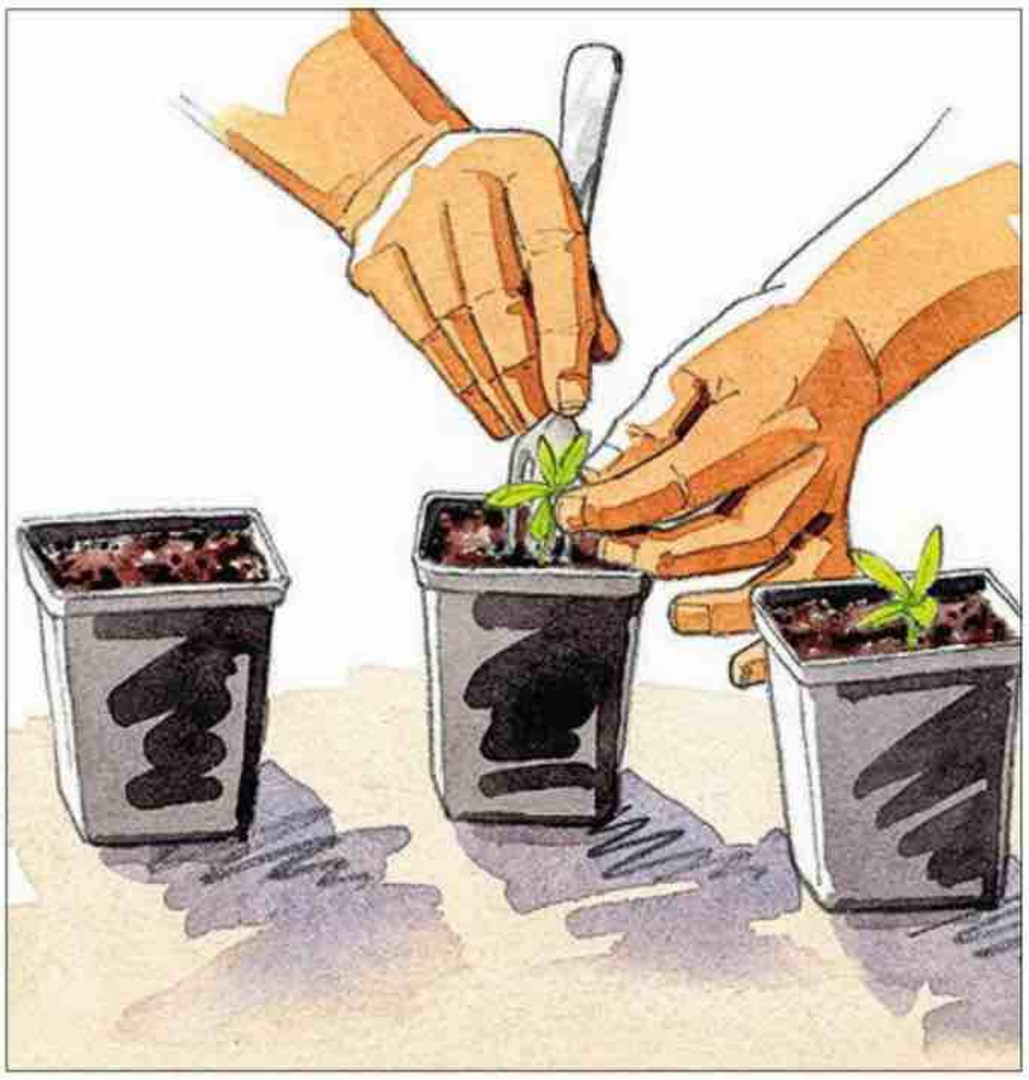
Comment produire ses plants



❶ **Semez les piments** dans une pièce lumineuse, non exposée aux rayons directs du soleil, et chaude (de 24 à 28 °C). Remplissez une caissette d'un mélange composé pour moitié de terreau horticole et de sable. Utilisez un semoir manuel pour répartir les graines de manière pas trop dense.



❷ **Recouvrez les graines** d'une couche de terreau finement tamisé sur une épaisseur de quelques millimètres. Tassez à l'aide d'une planchette en bois pour faire adhérer le substrat aux graines et favoriser la germination. Arrosez en pluie fine et maintenez le substrat humide jusqu'à la levée.



❸ **Repiquez les plants** lorsqu'ils possèdent deux feuilles bien formées. Sortez-les délicatement du substrat à l'aide d'une fourchette. Remplissez des pots individuels de terreau, dans lesquels les piments poursuivront leur croissance. Installez-les en creusant un trou à l'aide de la fourchette.



❹ **Tassez légèrement le substrat** autour des racines, puis arrosez. Installez les jeunes plants au chaud – pas moins de 15 °C la nuit – et à la lumière, dans une serre ou une véranda. Poursuivez les arrosages et, vers la mi-mai, installez les piments au potager, de préférence sous un tunnel.

ILLUSTRATIONS : M. LOPPÉ/RUSTICA

Antillais

Capsicum chinense • **Genre :** piment à la saveur explosive • **Hauteur :** 50 à 60 cm • **Semis :** de février à avril

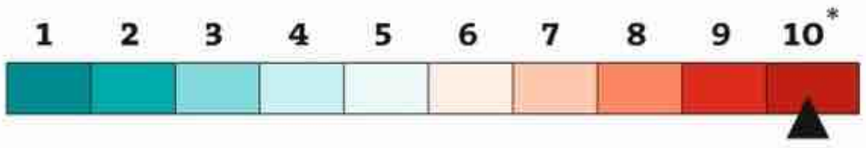
Connu également sous le nom de 'Cabri' à La Réunion ou 'Habanero', ce piment est l'un des plus forts du monde. Ses fruits de 4 ou 5 cm de longueur sont orange à maturité.

Culture

►De nature frileuse, ce piment doit être semé et cultivé sous abri (serre ou tunnel) pour lui procurer une atmosphère chaude et protégée du vent. Maintenez une température constante de 20 °C.

Récolte et utilisations

►La cueillette se déroule des mois de juillet à octobre lorsque les fruits sont bien rouges et parfaitement mûrs : leur chair est alors plus savoureuse. Ils se consomment frais et se conservent très bien après séchage.





F. MARRE/RUSTICA/PARC DU GRAND BLOTTEREAU



F. MARRE/RUSTICA/PARC DU GRAND BLOTTEREAU

'Black Hungarian'

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur forte • **Hauteur :** 60 à 80 cm • **Semis :** de janvier à avril

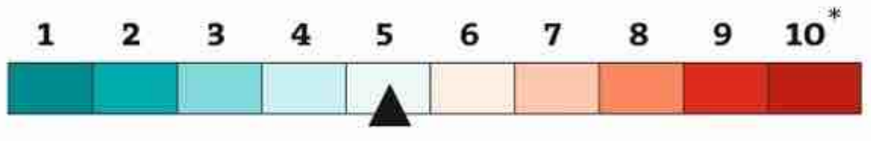
Cette variété assez rare, d'origine hongroise, produit des fruits coniques d'environ 8 cm de longueur. Ils sont d'abord noirs, puis se teintent de rouge sombre une fois mûrs.

Culture

►Un semis sous miniserre à une température de 28 °C est indispensable pour obtenir une germination satisfaisante. Repiquez les plants trois semaines plus tard et plantez-les en mai sous tunnel. Arrosez modérément car cette variété craint les excès d'eau.

Récolte et utilisations

►Prélevez les fruits entre septembre et octobre lorsqu'ils sont rouge pourpre. Ils se consomment crus ou cuits et, après séchage, en condiment.



*Échelle de Scoville

‘De Bresse’

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur chaude • **Hauteur :** 50 à 60 cm • **Semis :** de février à mars

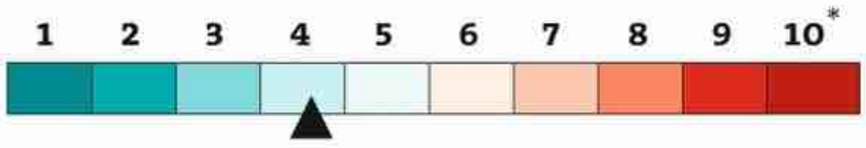
Ce piment originaire de l’Ain se couvre de petits fruits allongés, rouge brillant, à la chair épaisse et fruitée. Ne dépassant pas 50 cm de hauteur, cette variété s’accommode de la culture en pot et tolère les climats plus froids.

Culture

►Pratiquez un semis sous serre à 26 °C dans un substrat maintenu humide jusqu’à la germination. Installez-le en mai sous abri (tunnel ou serre). Arrosez les plants, mais sans excès.

Récolte et utilisations

►Ses fruits, moyennement piquants, se récoltent à maturité, des mois de juin à septembre. Dégustez-les frais, cuits en sauce ou en condiment après séchage au four ou au soleil.





É. BRENCKLÉ/RUSTICA/PÉPINIÈRE CUZENIC



F. MARRE/RUSTICA/PARC DU GRAND BLOTTEREAU

‘De Cayenne’

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur brûlante • **Hauteur :** 50 à 60 cm • **Semis :** de février à mars

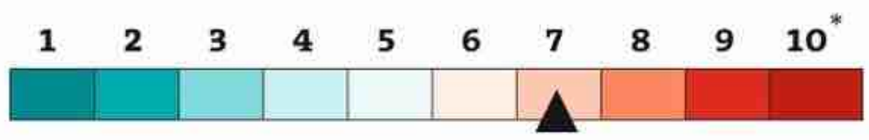
Appelé aussi poivre de Cayenne ou piment du diable, cette variété est la plus connue et la plus consommée dans le monde. Ses fruits fins, allongés et pointus sont rouges à maturité.

Culture

►Semez-le dans une mini-serre à une température de 26 °C, à la lumière jusqu’à la levée. Repiquez-le en pot trois ou quatre semaines plus tard, puis au jardin en mai, de préférence sous un tunnel ou dans une serre.

Récolte et utilisations

►Cueillez les fruits à la taille et à la couleur souhaitée: encore verts, leur goût est similaire au piment doux, rouges, leur parfum est très fort. À consommer frais ou sec et en marinade.



'D'Espelette'

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur chaude • **Hauteur :** 80 à 100 cm • **Semis :** de janvier à mars

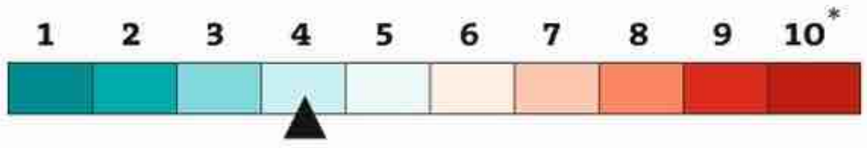
Connu aussi sous le nom 'Gorria' au Pays basque, ce piment est emblématique de cette région. Les fruits verts, coniques et pointus, sont rouges à maturité, puis noirs après séchage. Ils possèdent une chair ferme et fruitée.

Culture

►Pratiquez un semis sous miniserre, à 28 °C, à la lumière. Repiquez les plants un mois plus tard et mettez-les en place en mai, sous tunnel au nord de la Loire. Arrosez peu et taillez pour ne conserver que 30 fruits par plant.

Récolte et utilisations

►Dès juillet, récoltez les piments de couleur rouge pour les consommer frais, cuits ou en condiment après séchage et réduction en poudre.





C. HOCHET/RUSTICA/LE JARDIN DE JEAN-CLAUDE



V. QUÉANT/RUSTICA

'Doux des Landes'

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur neutre • **Hauteur :** 50 à 60 cm • **Semis :** de février à mars

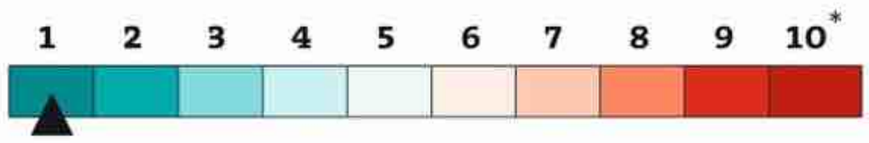
'Doux très long des Landes' est le nom exact de cette ancienne variété originaire du Pays basque. Plutôt précoce, elle arbore de longs fruits, à la peau fine et rouge, dont la chair est sucrée.

Culture

►Dans une serre chauffée à 26 °C, semez ce piment en caissette. Repiquez-le lorsque quatre feuilles bien formées apparaissent. Plantez-le en mai, dans un sol pas trop riche, afin de favoriser une fructification rapide.

Récolte et utilisations

►Récoltez ces piments doux de juin à septembre pour les consommer en piperade, cuits avec des tomates et des oignons, ou frais. Ils se conservent très bien dans de l'huile ou du vin.



*Échelle de Scoville

‘Éléphant’

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur forte • **Hauteur :** 80 à 120 cm • **Semis :** de janvier à avril

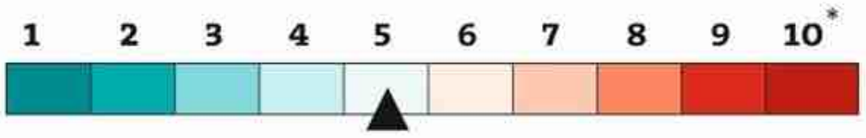
La forme caractéristique des piments évoquant une trompe d’éléphant donne son nom à cette variété originaire du Kosovo. Les fruits mesurent de 15 à 20 cm de longueur. Leur épiderme rouge vif brodé de craquelures indique leur maturité et leur chair est épaisse et fruitée.

Culture

►Dispersez les graines en caissette à 26 ou 28 °C, puis repiquez les sujets trois ou quatre semaines plus tard en pot. Plantez-les en mai en situation chaude et lumineuse. Arrosez modérément.

Récolte et utilisations

►Prélevez les fruits d’août à octobre et consommez-les frais, grillés ou cuits. Après séchage au soleil ou au four, ils gardent longtemps leur piquant.





F. MARRE/RUSTICA/PARC DU GRAND BLOTTEREAU



F. MARRE/RUSTICA/PARC DU GRAND BLOTTEREAU

’Five Colors’

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur torride • **Hauteur :** 80 à 120 cm • **Semis :** de janvier à avril

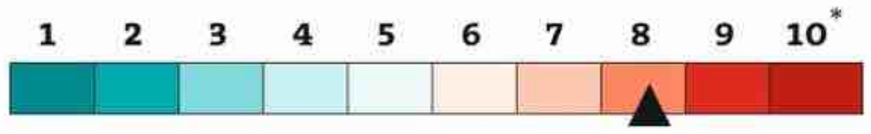
Ce petit piment venu de Chine, de 2 cm de longueur et en forme d’olive, est d’abord blanc crème, jaune et orange, puis il se colore de rouge et de violet à maturité. Il possède une chair parfumée, mais très piquante !

Culture

►Le semis s’effectue en caissette, sous abri à 26 °C, le repiquage en godet, avant d’installer les plants sous serre ou tunnel ou en pot sur une terrasse. Hivernée sous serre, cette variété vivace est pérenne d’une année à l’autre.

Récolte et utilisations

►Cueillez uniquement les fruits qui arborent une teinte rouge à violette, puis consommez-les frais, cuits ou après séchage.



'Hot Paper Lantern'

Capsicum chinense • **Genre :** piment à la saveur volcanique • **Hauteur :** 80 à 120 cm • **Semis :** de janvier à avril

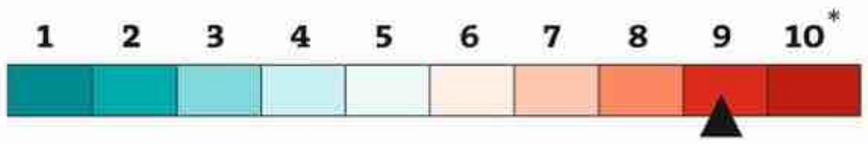
Appartenant à la famille des piments antillais, le buisson se couvre de fruits pendants, en forme de lanterne, affichant 6 ou 7 cm de longueur. Ils se déclinent en teintes vertes, jaune orangé, puis rouges à maturité.

Culture

►Dispersez les graines dans une caissette placée à la lumière et au chaud (28 °C) jusqu'à la germination. Repiquez les petits piments en godet, puis en mai, installez ces plantes frileuses sous tunnel, notamment au nord de la Loire.

Récolte et utilisations

►Récoltez les fruits d'août à octobre pour les consommer frais et en salade ou cuits, en sauce. Sa peau fine facilite un séchage rapide.





É. BRENCKLÉ/RUSTICA/JARDINS FRUITIERS DE LAQUENEXY



F. MARRE/RUSTICA/PARC DU GRAND BLOTTEREAU

'Numex Halloween'

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur volcanique • **Hauteur :** 40 à 50 cm • **Semis :** de janvier à avril

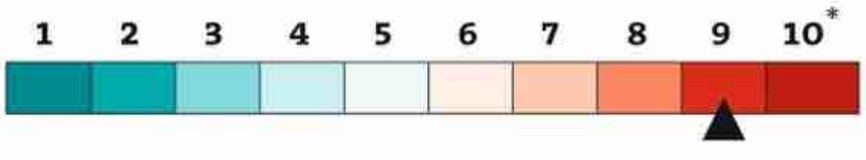
Ce buisson nain, qui est originaire des États-Unis, convient également à la culture en pot. Les mini-piments dressés, noirs, puis de couleur orangée à maturité, renferment une chair au goût puissant et à la saveur très piquante.

Culture

►Semez-le en caissette, à 26 °C et à la lumière, jusqu'à la levée. Repiquez les plants en godet trois ou quatre semaines plus tard. Plantez-les, au potager ou bien en pot, à partir du mois de mai. Arrosez et fertilisez modérément.

Récolte et utilisations

►Prélevez les fruits à la demande lorsqu'ils sont rouges à violets. Dégustez-les frais, cuits ou en condiment après les avoir séchés.



*Échelle de Scoville

‘Oiseau violet’

Capsicum frutescens • **Genre :** piment à la saveur explosive • **Hauteur :** 40 à 50 cm • **Semis :** de janvier à avril

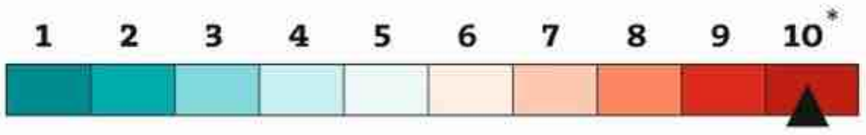
Issue du piment ‘Pili-pili’, cette variété s’en distingue par ses fruits dressés, pointus et étroits, qui sont d’une magnifique couleur violet sombre presque noire.

Culture

► Pratiquez un semis en caissette à 28 °C dans une miniserre, puis trois semaines après la levée, repiquez les plantules dans des godets avant de les installer au potager, sous serre ou tunnel ou encore dans un pot sur une terrasse.

Récolte et utilisations

► Les fruits matures sont cueillis régulièrement durant l’été pour les consommer frais, grillés ou cuits. Vous pouvez également faire sécher et déguster en condiment ce piment très fort.





C. HOCHET/RUSTICA



V. QUÉANT/RUSTICA

‘Peter Pepper’

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur brûlante • **Hauteur :** 80 à 90 cm • **Semis :** de janvier à avril

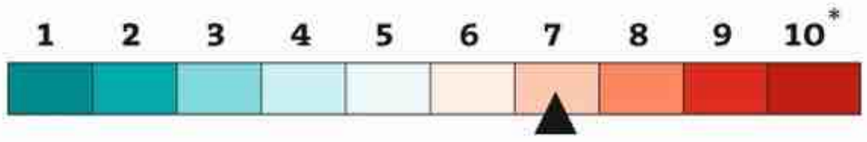
Ce piment de 10 cm de longueur, aussi nommé ‘Pénis rouge’ en raison de sa forme évocatrice..., est une variété ancienne formant un buisson compact adapté à la culture en pot.

Culture

► Il se sème sous une serre, exposé à la lumière et à une température de 26 °C. Repiquez-le en godet lorsque quatre feuilles sont bien formées, puis plantez-le au mois de mai, sous une serre car la maturité des fruits est tardive.

Récolte et utilisations

► En septembre et octobre, cueillez ses fruits lorsqu’ils sont rouges et dégustez-les frais, cuits ou séchés en condiment. Cette variété sert à aromatiser une huile pour la pimenter.



'Pili-pili'

Capsicum frutescens • **Genre :** piment à la saveur volcanique • **Hauteur :** 80 cm • **Semis :** de février à mars

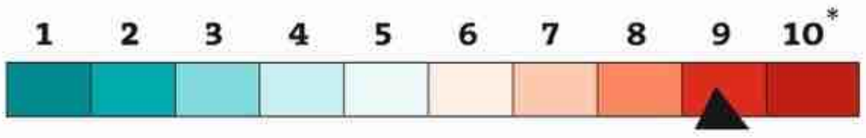
Originaire d'Ouganda, ce petit piment est très prisé en Afrique, aux Antilles, au Brésil et à Madagascar. On lui donne parfois le nom de "piment oiseau". Étroit et pointu, mesurant 6 à 10 cm de longueur, il est vert, puis passe au rouge.

Culture

►Il se sème en miniserre, à 28 °C et à la lumière. Les plants sont repiqués en godet et installés au potager, en mai, sous un tunnel. Pincez les tiges pour limiter la formation des très nombreux fruits.

Récolte et utilisations

►Les fruits se récoltent lorsqu'ils sont rouges, se mangent frais et servent à confectionner la fameuse sauce piri-piri, très hot! Conservez ces piments dans l'huile. Le séchage est possible.





BG/RUSTICA



BG/RUSTICA

'Rocotillo'

Capsicum chinense • **Genre :** piment à la saveur chaude • **Hauteur :** 50 à 60 cm • **Semis :** de février à avril

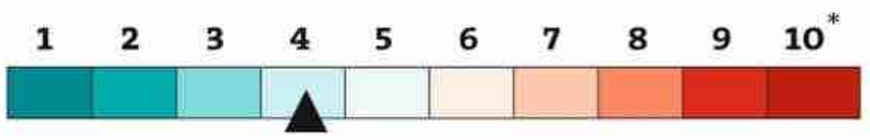
Cette variété ancienne, très productive, vient du Pérou. Elle produit un nombre considérable de fruits, de 4 à 6 cm de longueur, en forme de toupie, arborant une couleur rouge à maturité. La chair est fruitée et sucrée.

Culture

►Placez le semis à 28 °C et à la lumière, mais sans soleil direct. Au mois de mai, installez les plants dans un pot ou sous une serre ou encore un tunnel, à l'abri du vent. Arrosez modérément et pincez l'extrémité des tiges.

Récolte et utilisations

►Réalisez la cueillette des fruits de juin à octobre. Dégustez-les frais ou en condiment après séchage. Ils se conservent très bien dans l'huile.



*Echelle de Scoville

‘Sucette de Provence’

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur brûlante • **Hauteur :** 40 à 70 cm • **Semis :** de février à mars

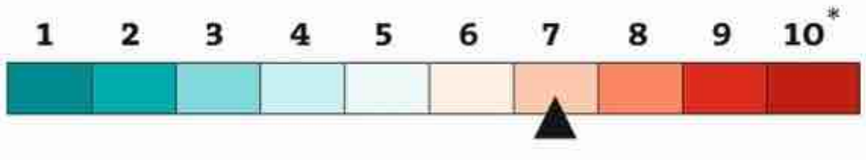
En provenance du sud de la France, cette variété donne des fruits allongés et fins, de 10 cm de longueur, d’une belle couleur rouge brillant. La peau protège une chair fine, à la saveur sucrée.

Culture

► Semez cette variété à une température de 28 °C, à la lumière, dans une miniserre. Lorsque quatre feuilles sont formées, repiquez les plants en godet et poursuivez la culture au chaud avant de les installer en mai sous tunnel au nord de la Loire. Arrosez modérément.

Récolte et utilisations

► Récoltez les fruits des mois de juillet à octobre. Vous les consommerez frais, cuits ou grillés, ou encore séchés.





F. MARRE/RUSTICA



F. MARRE/RUSTICA/PARC DU GRAND BLOTTEREAU

‘Takanotsume’

Capsicum annuum • **Genre :** piment à la saveur brûlante • **Hauteur :** 50 à 60 cm • **Semis :** de février à avril

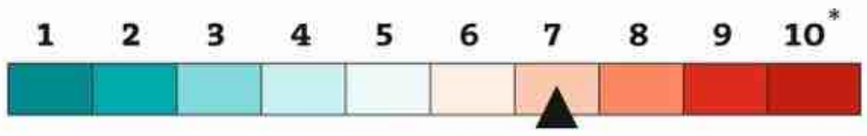
Ce piment vient du Japon, son nom signifiant “la serre de l’aigle”. En effet, ses fruits, fins et dressés, revêtent l’aspect de griffes. De couleur rouge à maturité, ils renferment une chair ferme, goûteuse, à la saveur piquante.

Culture

► Pratiquez le semis dans une miniserre, à 28 °C, pour favoriser la germination, puis repiquez les plants en godet. Conservez-les sous serre ou dans une véranda jusqu’à la plantation, qui interviendra au mois de mai.

Récolte et utilisations

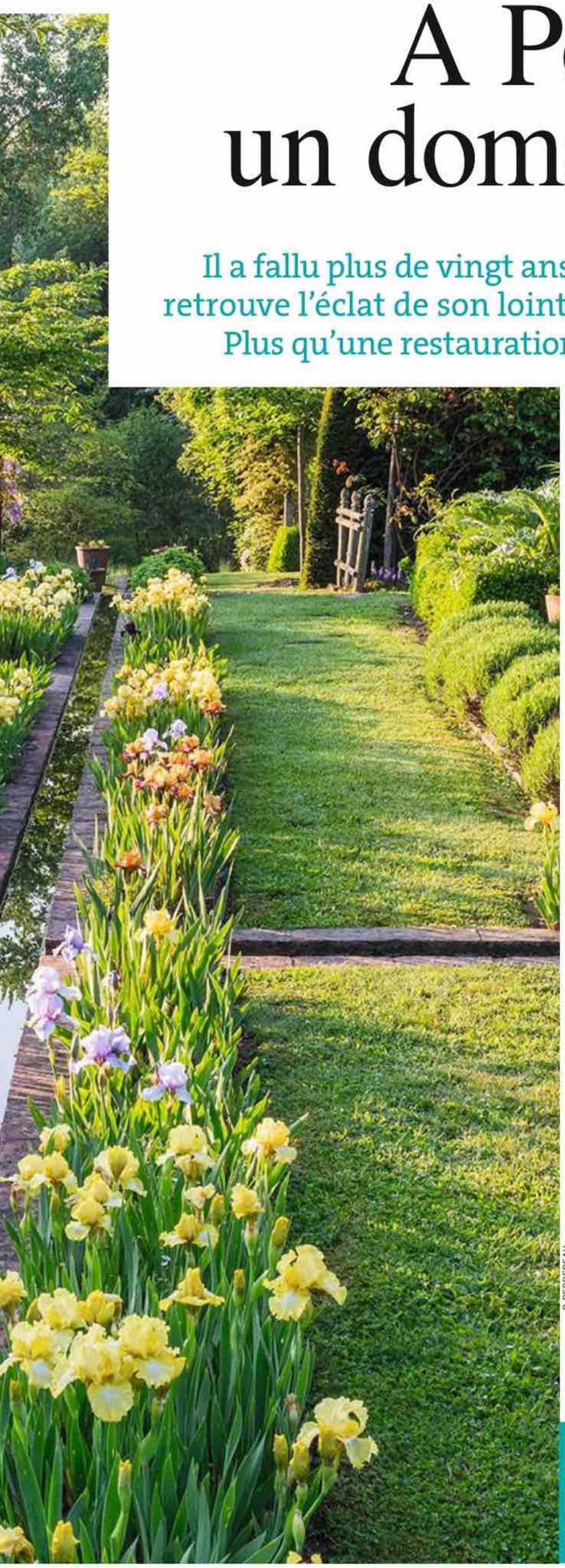
► Prélevez les nombreux piments lorsqu’ils sont rouges pour les faire sécher au four ou au soleil et les consommer en condiment.





À Poulaines, un domaine réunifié

Il a fallu plus de vingt ans pour que ce grand jardin de Sologne retrouve l'éclat de son lointain passé, au prix de nombreux essais. Plus qu'une restauration, c'est une véritable réhabilitation !



P. PERDEREAU

Le chemin d'eau, fin filet aquatique bordé d'iris dessinant une ossature, est l'un des aménagements emblématiques des lieux.

Qu'imagineriez-vous trouver en prenant possession d'un beau manoir aux portes de la Sologne, planté là depuis des siècles ? Un grand parc planté d'arbres vénérables et dégageant une harmonie presque intemporelle ? Que nenni ! Lorsque les propriétaires ont pris possession des lieux, en 1991, l'urgence était à la restauration du bâti. Quant aux alentours, ils faisaient peine à voir. Il y avait bien quelques arbres, mais si maltraités qu'ils en avaient perdu toute noblesse. Et, dans ce lieu, il n'y avait aucun cheminement, ni même de perspective.

Au temps perdu

Alors, pourquoi s'enticher d'un pareil lieu ? À l'époque, Valérie Esnault souhaitait avant tout offrir à ses enfants le bonheur d'un cadre verdoyant, à l'image de celui qu'elle avait connu lorsqu'elle était petite, et produire de quoi offrir à la famille une alimentation saine avec les fruits et les légumes issus du potager. Pendant que les travaux avançaient sur le bâti, elle a donc commencé à envisager la restauration des lieux. Au début, il s'agissait simplement de créer un verger et un potager, avec l'aide d'un paysagiste et d'un pépiniériste local. L'endroit est occupé depuis l'Antiquité

“Certains arbres anciens, taillés en têtard et irrécupérables, ont dû être supprimés.”





➠ et on en retrouve de nombreuses traces remontant au Moyen Âge. Valérie Esnault soupçonne le passage d’un paysagiste de l’Ancien Régime, mais n’en trouvera aucune preuve. Alors, en quête d’inspiration, elle commence à visiter des jardins dans les environs. À l’époque, deux d’entre eux attire son attention, non seulement pour leur restauration réussie, mais aussi pour la renommée et l’écho dont ils bénéficient : ceux du prieuré d’Orsan, à Maisonnais, et celui du château d’Ainay-le-Vieil, tous deux dans le Cher. Les arches végétales taillées en ogive témoignent de cette influence.

Rencontre décisive

À ce moment-là, Valérie Esnault fait également la connaissance de Pierre Joyaux, paysagiste installé à Saint-Christophe-le-Chaudry (18). Grâce à son expertise, le jardin change de physionomie car l’homme de l’art propose des aménagements originaux, comme le chemin d’eau : une croix formée de deux tout petits canaux bordés d’iris, guidant le regard dans quatre directions. Il aide également la propriétaire à structurer les lieux. Mais son regard a surtout encouragé cette dernière à changer le sien, à observer davantage pour mieux cerner

PHOTOS P. PERDEREAU







Les haies délimitent des espaces aux thématiques variées et façonnent le paysage en proposant une diversité de formes et de silhouettes, comme le pin ci-dessus, taillé en nuage par le pépiniériste Christian Coureau.



Contre une dépendance, un rosier 'de Banks Lutea' et une glycine en arbre diffusent leurs délicieuses fragrances, comme sous la pergola qui fait face à la demeure.



PHOTOS P. PERDEREAU



“Éclaté en plusieurs propriétés, le domaine a demandé un patient travail de réunification.”

l’esprit du site. C’est ainsi qu’elle a découvert qu’en réalité, il appartenait à un ensemble bien plus vaste, mais qui avait été totalement démembré et composait jadis une seigneurie — et non pas un prieuré isolé, comme elle le pensait initialement. En explorant les environs, elle déniche une métairie cachée –et délabrée – dans les bois voisins et comprend qu’elle était reliée à sa propriété. Elle réalise son rêve en rachetant cette pièce. Dès lors, comme elle l’explique, son projet consistait à réunir les composantes du domaine, un peu comme on rassemble les pièces d’un puzzle.

Relookage définitif

Certains aménagements de départ sont conservés, en particulier le verger, mais le potager est déplacé. La refonte du projet a aussi amené à repositionner le portail et, ainsi, l’entrée du domaine a été déplacée en retrait de ce que Valérie Esnault appelle les *“prairies portail”*, des étendues herbeuses offrant une respiration. Elles se retrouvent désormais derrière un vieux portail rapporté de Limoges (87) par d’anciens propriétaires. En quelques années, le domaine a ainsi retrouvé une forme d’unité et, surtout, une logique paysagère.



PHOTOS P. PERDEREAU

Cette étape passée, la propriétaire s'est lancée dans un travail de raffinement des espaces, en cherchant notamment à leur donner une identité végétale plus marquée et soignée. C'est aussi l'époque d'une rencontre décisive avec des amoureux des arbres : Claudie et Gérard Adeline, pépiniéristes du Cher. Le couple transmettra le virus des arbres à Valérie, qui n'aura de cesse d'adopter de nouvelles essences, jusqu'à manquer de place pour les nouveaux arrivants. Elle doit donc se résoudre à ajouter un hectare suplémentaire pour en faire un arboretum réunissant plus de 300 sujets !

Esprit nippon

Une autre rencontre, cette fois avec Christian Coureau, maître des arbres sculptés en nuage via la taille dite "niwaki", produit un déclic. Séduite par ces silhouettes si particulières, elle fait l'acquisition de plusieurs spécimens. Mais cette rencontre lui donne aussi envie de créer une clairière ondulantes composée de vagues de bambous nains et d'érables. Ces aménagements ont permis d'introduire, à l'ombre des frondaisons, des fougères, peu présentes à l'origine sur le domaine, de les acclimater et de les disposer en tapis, eux aussi ondulants. Le jardin a également bénéficié du travail d'Hubert Puzenat, maître ès taille des arbres et des haies. Ensemble, ils ont mis au point des gabarits pour reprofiler les haies, affiner les alignements

Les premières plantations montrent diverses influences mais guident les pas du visiteur en suscitant sa curiosité.







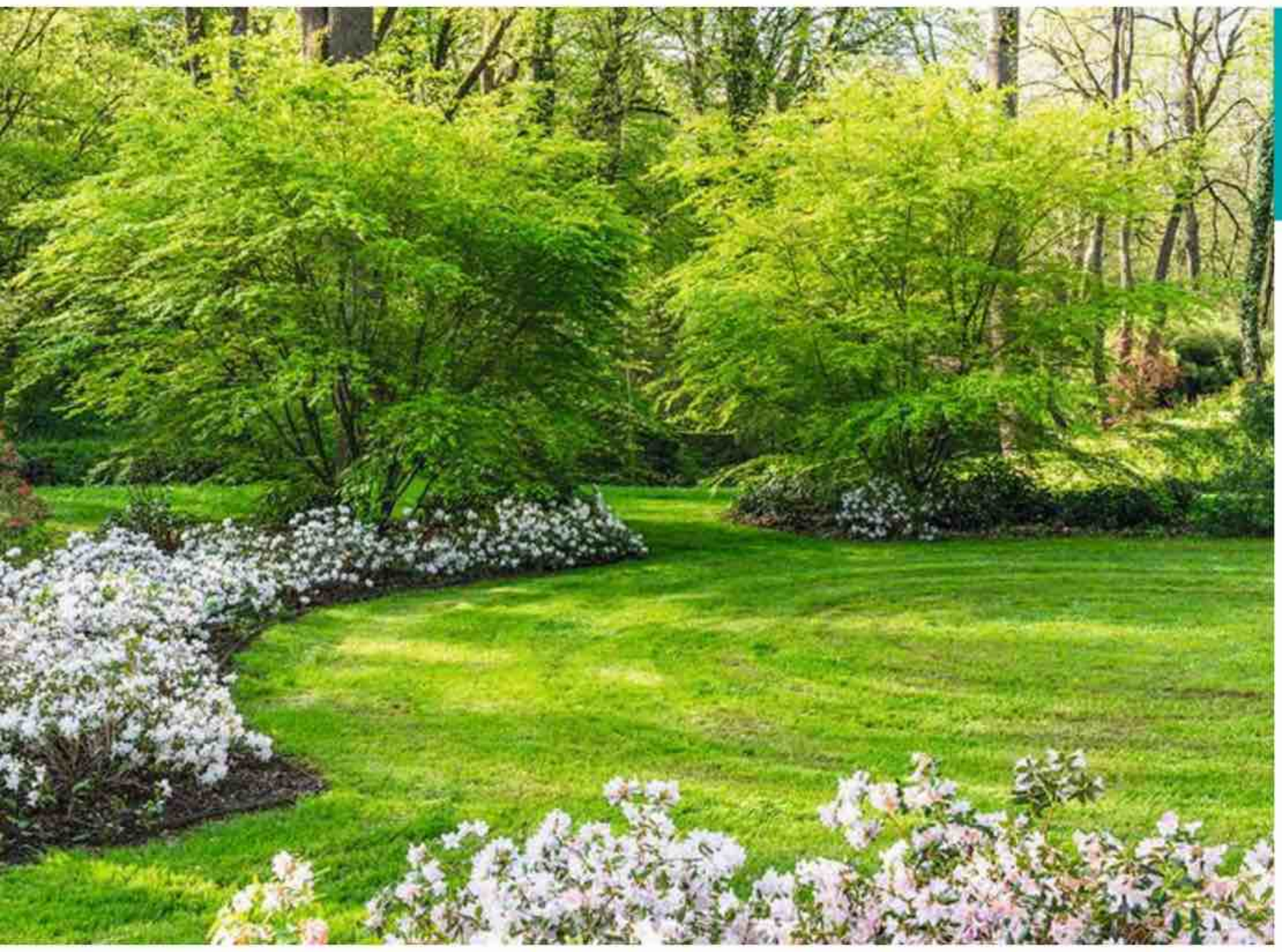
et renforcer ainsi la force des perspectives. Ces ajustements sculpturaux ont demandé près de trois ans de travail. Mais cela paie car, aujourd'hui, le jardin est en voie d'aboutissement. Preuve en est, le nombre de visiteurs qui ne cesse de croître, alors qu'à l'origine, le domaine n'était pas destiné à être ouvert au public. Valérie avoue volontiers qu'elle l'a d'abord conçu pour elle et ses enfants, comme une sorte de grande balade. *"Ce n'est pas un jardin au sens classique du terme, mais un enchaînement d'espaces paysagers subtilement reliés entre eux."*

Souvenirs, souvenirs

Pour accueillir les visiteurs, le jardin s'est doté d'un salon de thé, d'une boutique et de gîtes. Il a aussi fallu procéder à des petits aménagements quelque peu contraignants pour la famille, comme de fermer à double tour les cabanes des enfants. Ces derniers ont grandi et sont maintenant partis, mais leurs refuges à rêves sont encore là. Valérie a souhaité les conserver, expliquant qu'ils appartiennent finalement au renouveau du domaine et qu'ils abritent, sans doute, de beaux souvenirs. D'autres espaces, plus éloignés de la maison, sont en cours d'élaboration : les arbres y ont été plantés, ne reste plus qu'à leur laisser le temps de prendre de l'ampleur. Car, dans ce grand puzzle paysager, si l'œil du jardinier a décidé de l'assemblage des pièces, c'est Dame Nature qui reste maîtresse du temps... ■



PHOTOS P. PERDEREAU



Les "clairières" sont prétextes à l'introduction de végétaux d'ombre et de terrain frais, en particulier les érables du Japon.



“Plutôt que d’installer des sculptures, nous avons choisi des végétaux d’exception.”







Votre calendrier de saison



AVRIL 2024

LÉGUMES

- **Planter les aromatiques** (thym, sauge, romarin) et les bulbes comestibles (ail, oignon et échalote).
- **Poursuivre les semis** au chaud et sous abri des tomates, poivrons et aubergines.
- **Semer au potager** les pois, épinards, carottes, navets, radis et betteraves, puis poser un voile ou installer un tunnel chenille.
- **Planter les choux,** céleris, salades et artichauts vendus en minimotte ou en godet dans les jardineries.

FRUITS

- **Rabattre les framboisiers** remontants à 20 cm du sol. Pour les non remontants, conserver une branche tous les 10 cm, puis les palisser sur un support.
- **Achever** la taille des actinidias, ronces à mûres et de la vigne, décompacter le sol, puis épandre un engrais organique et pailler.
- **Planter les petits fruits** et arbres fruitiers vendus en conteneur en jardineries.
- **Palisser et attacher** les jeunes pousses des fruitiers conduits en espaliers.

MASSIFS DE FLEURS

- **Couper les fleurs fanées** des bulbes printaniers, mais garder le feuillage qui, en séchant, reconstitue les réserves des bulbes.
- **Sortir les tubercules** de dahlias de l'hivernage (page 36), les rempoter et les placer à la lumière, à environ 18° C.
- **Arroser les bisannuelles** et bulbes, si le printemps est sec, après avoir décompacté le sol.
- **Débuter les semis** des fleurs annuelles au chaud et sous abri (page 40).



MAI 2024

- **Éclaircir les rangs** des primeurs (carotte, navet, et épinard) semés le mois précédent.
- **Semer en pleine terre** des fèves, pois et haricots ainsi que les melons, courges, concombres et cornichons.
- **Planter les piments** (page 56), tomates et aubergines, et les recouvrir d'un voile de protection jusqu'aux saints de glace.
- **Enlever les voiles,** châssis et cloches, mais laisser un voile d'ombrage sur le mesclun, roquette et salade à tondre.

- **Éclaircir les fruits** des poiriers et pommiers en conservant 3 ou 4 jeunes fruits par bouquet.
- **Terminer de planter** les arbres fruitiers proposés en conteneur en pépinières et jardineries.
- **Installer des pièges** à phéromones et des bandes engluées sur les troncs afin de piéger les parasites.
- **Inspecter les liens** et les attaches qui, avec la reprise de la végétation ainsi que l'épaississement des troncs, étrangleraient les rameaux.

- **Arracher les bisannuelles,** ameublir la terre, puis installer les plants d'annuelles (page 48).
- **Désherber les massifs** de vivaces, ameublir la terre avant d'épandre un engrais organique et de pailler la surface du sol.
- **Diviser les souches âgées** des vivaces et des graminées en éclats avant de les replanter.
- **Semer** en pleine terre les annuelles tels le pavot de Californie, le souci et la nigelle de Damas (page 42).



JUIN 2024

- **Planter les laitues,** céleris raves, branches et courgettes.
- **Installer les tuteurs** et attacher les tiges des tomates, aubergines, poivrons et piments, puis pailler le sol.
- **Semer choux et poireaux** en pépinière pour produire les plants à installer en été pour les récoltes d'automne et d'hiver.
- **Récolter les navets,** petits pois, épinards, carottes et oignons blancs ainsi que les premiers haricots, fèves et courgettes.

- **Tailler en vert** des arbres fruitiers à pépins, ronces à fruits, vignes et actinidias en coupant les jeunes pousses en surnombre et mal placées.
- **Épandre un engrais organique** au pied des arbres, petits fruits et fraisiers pour accompagner la croissance, la formation et la maturité des fruits.
- **Récolter les cerises,** cassis, groseilles et framboises.
- **Surveiller les ennemis** des fruitiers en inspectant le revers des feuilles et les jeunes pousses.

- **Arracher** les derniers bulbes de printemps, les nettoyer et les stocker dans des caisses placées à l'obscurité et au sec.
- **Planter les fleurs d'été** vendues en motte, godet ou pot et les bulbes de glaïeul, canna, dahlia, lis et bégonia (page 33).
- **Pincer les jeunes pousses** des asters, géraniums et coréopsis pour les ramifier davantage et renforcer la tenue des hampes florales.
- **Installer des tuteurs** au pied des vivaces hautes afin de maintenir les tiges.

PHOTOS : V.QUEANT/RUSTICA (COGNASSIER DU JAPON ET LAITUE) - F. MARRE/RUSTICA (CERISE BIGARREAU)

Arrivée de l'été le 20 juin (solstice à 22 h 50).
Lune rousse du 8 avril (à 20 h 20) jusq'au 8 mai (à 5 h 21).
Dates des saints de glaces : 11, 12 et 13 mai.



ARBUSTES ET GRIMPANTES	PLANTES EN POT	PLANTES D'INTÉRIEUR
• **Tailler les arbustes** à floraison printanière dès que celle-ci est terminée, ameublir la terre et épandre un engrais organique. • **Couper** les fleurs fanées des camélias, rhododendrons et azalées pour favoriser la formation de boutons à fleurs. • **Planter les rosiers** proposés en conteneur ou en motte dans les jardineries, mais aussi tous les arbustes vendus en pot. • **Tailler les clématites printanières** *(C. armandii* et *C.montana)* en ôtant les lianes défleuries et en ne conservant que les nouvelles pousses.	• **Planter** les derniers bulbes forcés de printemps et les bisannuelles pour garnir potées et jardinières. • **Nettoyer les contenants** après l'hivernage et vérifier leur état afin qu'ils soient prêts à être utilisés pour le fleurissement des balcons. • **Tailler** les grenadiers, agrumes et lauriers-roses avant de les sortir de l'hivernage, décompacter la terre, épandre un engrais et arroser. • **Réactiver les systèmes** d'arrosage par goutte-à-goutte sur le balcon ou la terrasse. • **Commander les plants** proposés en minimotte via internet ou les catalogues (page 41).	• **Rempoter les plantes vertes** dans un pot plus grand en utilisant du terreau pour plante d'intérieur, puis arroser. • **Espacer les arrosages** et stopper les fertilisations afin d'imposer une période de repos végétatif aux orchidées, poinsettias ainsi qu'aux azalées. • **Ajouter du terreau neuf** à la surface des pots des plantes d'intérieur qui sont devenues trop difficiles à rempoter. • **Bouturer** les misères, hibiscus de Chine et bégonias et repiquer les fragments de tiges dans un terreau léger.
• **Tailler les charmilles,** ifs, buis et lauriers-cerises formant des haies, bordures et topiaires. • **Terminer la plantation** des arbustes d'ornement, plantes pour haies et végétaux de terre de bruyère vendus en conteneur. • **Continuer la taille** des arbustes à floraison printanière en ôtant les branches défleuries et en ne gardant que les rameaux ayant poussés depuis la fin de l'hiver. • **Bouturer les hortensias,** spirées, potentilles, saules et cornouillers et placer les boutures dans du sable et sous une miniserre.	• **Arracher les bulbes printaniers** défleuris des pots et jardinières, puis les faire sécher avant de les stocker au sec et à l'obscurité. • **Planter** des fleurs et bulbes d'été dans les potées, suspensions et jardinières (page 49). • **Enlever les voiles** d'hivernage enveloppant les espèces gélives (cactées, palmiers) restées dehors et reprendre les arrosages. • **Sortir les plantes d'orangerie** en les acclimatant à l'air libre, mais avant de les installer à demeure, les faire transiter par une phase d'acclimatation à l'extérieur dans un coin abrité et ombragé.	• **Rabattre court** certaines branches des ficus, yuccas et philodendrons pour les régénérer et obtenir une silhouette plus équilibrée et compacte. • **Appliquer un engrais liquide** tous les 15 jours avec l'eau d'arrosage pour soutenir la croissance des plantes vertes. • **Nettoyer les feuilles** des plantes d'intérieur avec un chiffon doux et humide pour retirer les taches de calcaire, la suie, la poussière... • **Bouturer** les succulentes tel l'arbre de Jade en prélevant des fragments de tiges ou de feuilles et les repiquer dans du sable.
• **Élaguer les arbres** formant des rideaux, futaies et écrans pour régénérer les sujets, mais veiller à ne pas déranger les nidifications en cours. • **Décompacter la terre** au pied des arbustes, des plantes grimpantes et des conifères, puis épandre un engrais complet et arroser copieusement. • **Prélever des boutures** de céanothes, forsythsias et cornouillers qui s'enracinent facilement dans du sable humide. • **Terminer la tailler** des arbustes à floraison printanière même s'ils sont en feuilles en coupant les branches défleuries.	• **Arroser les contenants** installés sur les balcons (page 52), apporter un engrais liquide, tous les 15 jours, lors de l'arrosage. • **Planter les dernières fleurs** et feuillage décoratifs de l'été (page 22), les aromatiques et quelques légumes dans des pots ou des bacs. • **Ameublir la surface de la terre** des bacs contenant des arbustes d'ornement, puis épandre un engrais et arroser copieusement. • **Pincer l'extrémité des rameaux** des fleurs d'été (pétunia, coléus, géranium...) pour obtenir des sujets plus ramifiés et compacts.	• **Pulvériser de l'eau tempérée** et non calcaire sur les feuilles des plantes vertes, si l'atmosphère est chaude et sèche dans la maison. • **Couper les tiges** des plantes installées dans un terrarium, devenues envahissantes, puis nettoyer les parois. • **Placer à l'extérieur,** au jardin ou sur le balcon, les orchidées à l'ombre, cactées et plantes grasses en plein soleil. • **Bouturer les coléus** utilisés dans les massifs d'été (page 38), le chlorophytum et le papyrus, placer les boutures dans un simple verre d'eau.

Cuisine

80 Les feuilles tendres et les cœurs fondants des artichauts apportent toutes leurs saveurs à des plats originaux. Un légume à redécouvrir !

92 Les gourmands ne pourront pas résister à ces desserts qui révèlent toute la douceur du miel, ou plutôt des miels : de lavande, d'acacia, floral...

V. MASLOVA/SHUTTERSTOCK

Déshabillez l'artichaut

Consommé jadis en entrée à la vinaigrette, ce légume singulier à effeuiller se sert désormais avec du fromage, des gnocchis, en croquette, en flan... Un bouton aux saveurs subtiles qui se pique de fantaisie !

Tarte au comté et salsa verde

Préparation : 15 min • **Cuisson :** 25 min

Pour 4 pers. : 1 pâte feuilletée • 10 cœurs d'artichaut cuits (280 g) • 10 fonds d'artichaut cuits (280 g) • 1 gousse d'ail • noix de muscade • 150 g de crème fraîche • 100 g de comté • 1 œuf • 50 g de pignons de pin **Salsa verde au comté** • 20 brins de basilic • 3 gousses d'ail • 10 cl d'huile d'olive • 60 g de pignons de pin • 100 g de comté • sel • poivre

Préparation

► Égouttez les cœurs d'artichaut, puis coupez-les en deux. Égouttez les fonds d'artichaut et conservez-les entiers s'ils sont petits.

► Chemisez un moule avec la pâte feuilletée, piquez le fond. Pelez et pressez l'ail dans un grand bol, ajoutez la crème fraîche, l'œuf, salez, poivrez. Râpez un peu de noix de muscade et mélangez bien.

► Étalez cette préparation sur le fond de tarte.

► À l'aide d'un couteau éplucheur, émincez la moitié du comté en copeaux sur la tarte, placez les morceaux d'artichauts et recouvrez du reste des copeaux de comté. Parsemez de pignons de pin.

► Enfournez pendant 25 min à 190 °C (th. 6-7).

► Salsa verde au comté : émincez les gousses d'ail et mixez-les avec les pignons, l'huile et le comté. Salez, poivrez, ajoutez les feuilles de basilic lavées, séchées. Mixez à nouveau. Servez avec la tarte encore chaude.

Variante

► Vous pouvez réaliser une salsa rossa en remplaçant le basilic par un poivron rouge.

Salade de pommes de terre, radis et ananas

Préparation : 15 min • **Cuisson :** 20 min

Pour 4 pers. : 8 cœurs d'artichaut • 500 g de pommes de terre primeurs ou pour cuisson vapeur • 2 avocats • 125 g de jeunes pousses • 3 tranches d'ananas frais • 8 radis • 2 cébettes • le jus d'un citron • quelques feuilles de coriandre • quelques baies roses • 3 cuill. à soupe d'huile de noix • 2 cuill. à soupe de vinaigre de cidre • sel • poivre



A. ROCHE/CNIPT

Préparation

► Plongez les pommes de terre dans une casserole d'eau salée. Faites-les cuire 20 min après ébullition. Laissez-les refroidir, puis coupez-les en dés.

► Égouttez et coupez les cœurs d'artichaut en deux dans le sens de la longueur. Pelez, puis émincez finement les cébettes. Coupez les tranches d'ananas en petits morceaux. Taillez les radis en fines lamelles. lavez, séchez les jeunes pousses. Coupez les avocats en morceaux. Arrosez-les de jus de citron pour éviter qu'ils ne noircissent.

► Mélangez les ingrédients dans un grand saladier. Parsemez de baies roses concassées, salez et poivrez.

► Accompagnez votre salade d'une vinaigrette à l'huile de noix et au vinaigre de cidre.

RECETTE ET PHOTO A. KEROUÉDAN/CNIEL



RECETTE A. CHARDON/PHOTO J. MECHALI/CNIEL

Croquettes de risotto aux artichauts et comté

Préparation : 30 min • **Réfrigération** : 2 h • **Cuisson :** 50 min

Pour 6 pers. : 300 g de fonds d'artichaut • 2 cubes de bouillon de légumes • 1/2 citron • 50 g de beurre • 1 petit oignon • 300 g de riz à risotto • 10 cl de vin blanc • 100 g de comté râpé • 100 g de comté coupé en 20 dés • 40 g de farine • 3 œufs • 200 g chapelure • sel • poivre • huile de friture

Préparation

► Portez à ébullition 90 cl d'eau et le bouillon de légumes. Faites-y cuire les fonds d'artichaut 15 min. Égouttez et conservez le bouillon au chaud. Mixez les 2/3 des artichauts avec le jus et le zeste râpé du demi-citron, coupez le reste en petits dés et réservez.

► Faites revenir l'oignon émincé avec 30 g de beurre dans une grande casserole, ajoutez le riz. Dès qu'il devient brillant, incorporez le vin et mélangez. Versez ensuite le bouillon de légumes chaud, louche par louche, en mélangeant et en attendant à chaque fois que le liquide soit absorbé. Cela prend 15 min environ.

► Ajoutez alors la purée d'artichaut, laissez cuire encore 5 min. Puis incorporez les dés d'artichaut, le comté râpé, 20 g de beurre, salez et poivrez. Mélangez.

► Versez le risotto dans un plat. Quand il est tiède, incorporez un œuf. Étalez et lissez le dessus du risotto. Couvrez et laissez refroidir au réfrigérateur pendant au moins 2 h (ou toute la nuit).

► Découpez 20 parts dans le risotto. Avec vos mains humides, prenez une part et formez une boule en insérant au centre un dé de comté. Procédez ainsi pour toutes les boules.

► Passez-les dans la farine, dans deux œufs battus avec du sel et du poivre et enfin dans la chapelure.

► Faites frire les croquettes de risotto dans un bain d'huile à 180 °C (th. 6) pendant 5 min et mettez-les au fur et à mesure sur une plaque à four recouverte de papier cuisson. Finissez la cuisson pendant 10 min au four à 160 °C (th. 5-6).

Service

► Servez avec des quartiers de citron, des graines germées de betteraves rouges ou d'une sauce tomate.

Œufs cocotte au jambon de Parme

Préparation : 15 min • **Cuisson :** 20 min

Pour 4 pers. : 8 artichauts poivrades • 8 œufs • 4 fines tranches de jambon de Parme • 8 tomates confites • le jus d'un citron • 20 cl de crème liquide • 2 cuill. à soupe d'huile d'olive • 100 g de pecorino ou de parmesan râpé • basilic frais • 10 g de beurre • sel • poivre du moulin



P.ASSET/CNPO/ADOCOM RP

► Préchauffez le four à 200 °C (th. 6-7). Cassez les queues des artichauts, puis faites-les cuire 5 min dans de l'eau bouillante salée citronnée. Retirez le foin des artichauts. Coupez-les en tranches et faites-les revenir 2 min dans l'huile d'olive. Salez, poivrez et réservez.

► Coupez les tranches de jambons en lanières. Cassez les œufs et séparez les jaunes des blancs. Réservez quatre jaunes entiers dans une assiette creuse et gardez les quatre autres pour une autre recette.

► Fouettez légèrement les blancs avec une fourchette, versez la crème fraîche, salez et poivrez en mélangeant bien. Ajoutez les 3/4 du fromage râpé.

► Beurrez les cocottes. Versez les blancs battus, puis les artichauts, les tomates confites et les lanières de jambon. Saupoudrez du reste de fromage, puis enfournez 10 min à mi-hauteur.

► Sortez les cocottes du four, déposez 1 jaune d'œuf sur le dessus, salez, poivrez et continuez la cuisson pendant 1 à 2 min. Ajoutez le basilic et servez aussitôt.

Tajine au poulet, carottes et citrons confits

Préparation : 20 min • **Cuisson :** 35 min env.

Pour 4 pers. : 10 petits artichauts • 4 cuisses de poulet • 1 citron • 1 oignon • 5 gousses d'ail • 20 cl de bouillon de volaille • 2 citrons confits • 4 petites carottes • 2 cuill. à café de ras-el-hanout en poudre • sel • poivre



RECETTE ET PHOTO AGENCE CRU/INTERFEL

Préparation

► Dans un grand faitout, faites chauffer un filet d'huile d'olive. Laissez colorer les cuisses de poulet de chaque côté sur feu moyen.

► Retirez le poulet du faitout. Ajoutez-y l'oignon et l'ail émincés, puis le ras-el-hanout.

► Faites cuire quelques minutes en mélangeant bien, puis remettez les cuisses. Incorporez le bouillon de volaille et refaites cuire sur feu doux pendant 15 min.

► Préparez les artichauts en les effeuillant, enlevez le foin et gardez les cœurs dans de l'eau citronnée pour éviter l'oxydation. Épluchez les petites carottes et conservez-les entières. Ajoutez les artichauts et les carottes dans le faitout et laissez cuire 15 min.

► Coupez les citrons confits en quatre, ôtez la pulpe puis coupez-les en petits dés. Ajoutez-les dans le faitout 5 min avant la fin de la cuisson.

► Assaisonnez de sel et poivre, servez bien chaud.

Œufs cocotte en coques d'avocat

Préparation : 15 min • **Cuisson :** 20 min

Pour 4 pers. : 4 petits artichauts violets • 200 g de julienne de légumes frais ou surgelés (carottes, fèves, navets, pois gourmands...) • 8 œufs • 2 échalotes • 2 avocats • 1 citron • 1 tomate • 6 brins de ciboulette • 6 brins de coriandre • 15 g de beurre • 20 cl de crème fraîche • sel • poivre du moulin

Préparation

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

► Faites suer la julienne de légumes et une échalote ciselée dans une poêle avec le beurre pendant 5 min. Salez, poivrez et réservez.

► Préparez les artichauts en retirant les feuilles extérieures, coupez les pointes et ôtez le foin du centre. Faites-les cuire 5 min dans une casserole d'eau bouillante salée avec le jus du citron. Égouttez-les et réservez-les.

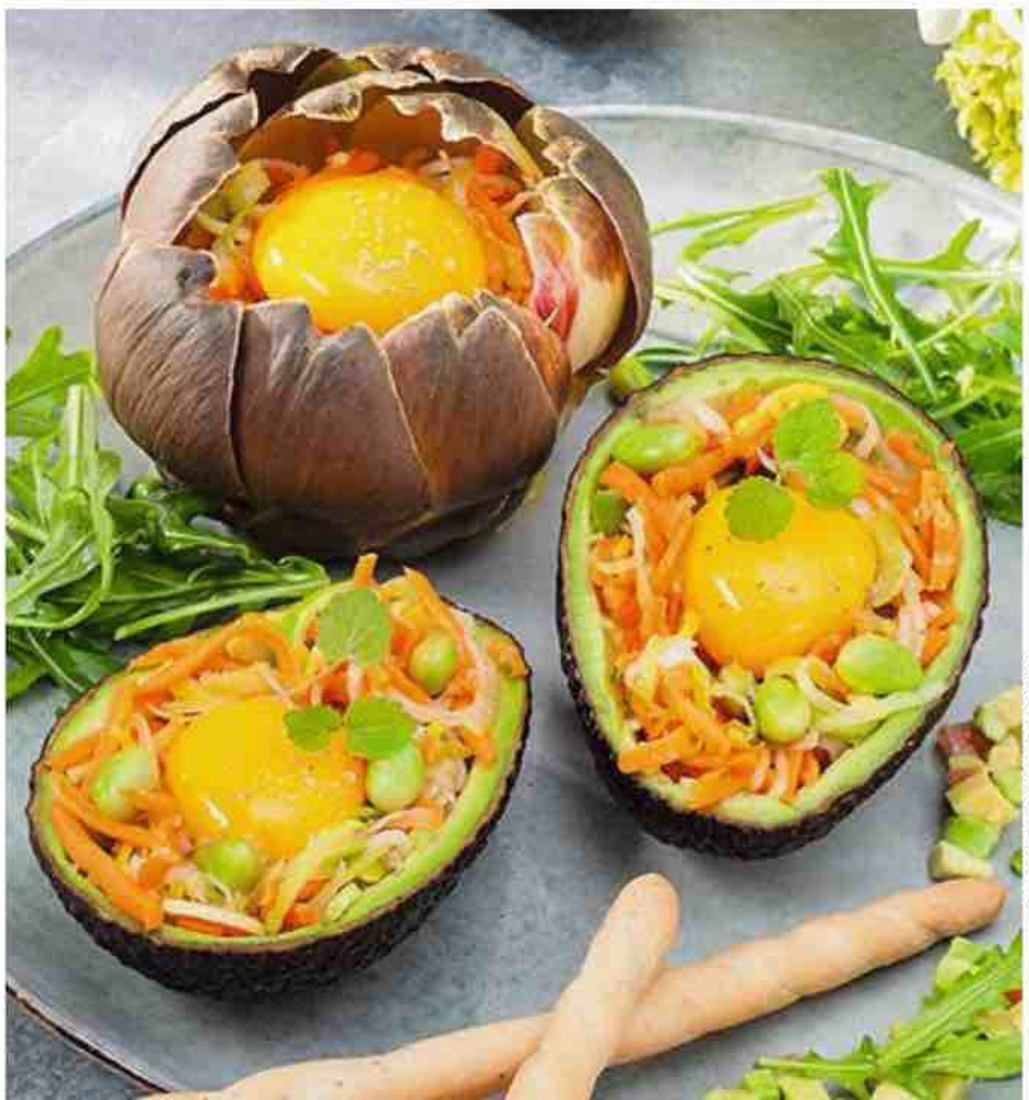
► Coupez les avocats en deux, enlevez les noyaux, puis retirez leur chair en gardant les coques. Coupez leur chair et celle de la tomate en petits dés. Mélangez avec une échalote et les fines herbes ciselées. Arrosez de vinaigrette, salez, poivrez et réservez.

► Remplissez les avocats et les artichauts avec la julienne de légumes. Versez dessus une cuill. à café de crème fraîche, puis déposez un œuf au centre.

► Enfournez et laissez cuire 10 min.

Service

► Servez avec le mesclun et la petite salade préparée avec la chair de l'avocat réservée.



P. ASSET/ADOCOMRP/CNPO



RECETTE ET PHOTO CUISINE ADDICT/PAVILLON FRANCE/SP

Langoustines pimentées à la tomate

Préparation : 30 min • **Cuisson :** 20 min

Pour 4 pers. : 14 artichauts poivrades • 24 langoustines • 2 grosses tomates • 12 pétales de tomates confites à l'huile • 2 cl de cognac • 12 cl de vin blanc sec • 5 gousses d'ail • 1 cuill. à café de concentré de tomate • 1 pincée d'herbes de Provence • 2 pincées de piment d'Espelette • 2 cuill. d'huile d'olive • sel

Préparation

► Épluchez les langoustines en laissant leur nageoire caudale. Gardez les pattes et les carapaces.

► Coupez les tomates en quatre, épépinez-les et concassez-les. Détaillez les tomates confites en cubes.

► Tournez les artichauts : enlevez les plus grosses feuilles. Coupez la pointe dure de la fleur et tournez autour de l'artichaut à l'aide d'un couteau pour ôter la base des feuilles. Coupez les artichauts en deux.

► Dans une casserole, faites revenir les pattes et la carapace des langoustines. Flambez-les au cognac, puis ajoutez les herbes de Provence et une gousse d'ail écrasée. Mouillez avec 25 cl d'eau, laissez cuire et réduisez de moitié. Passez et récoltez le jus.

► Salez et assaisonnez de piment d'Espelette les langoustines. Faites-les revenir rapidement dans une poêle et un peu d'huile sans les cuire complètement. Dès qu'elles sont dorées, ôtez-les et réservez-les.

► Faites revenir dans la même poêle les artichauts, les gousses d'ail restantes, les tomates confites et fraîches. Salez. Arrosez de vin banc, couvrez et cuisez 10 min. Égouttez les gousses d'ail en chemise et les artichauts. Récupérez les tomates, mélangez-les au jus de cuisson des pattes et des carcasses et mixez le tout.

Service

► Réchauffez les langoustines dans la sauce. Décorez de brins de thym et d'une pincée de piment d'Espelette.

Dips d'artichaut à la cancoillotte

Préparation : 15 min

Pour 4 pers. : 210 g de fonds d'artichaut cuits • 2 cuill. à soupe de cancoillotte nature IGP • 1 gousse d'ail • 1 citron bio • 60 ml d'huile d'olive • sel • poivre • ciboulette

Accompagnements : radis • asperges vapeur • petits pois vapeur • salade de saison • tomates cerises • crackers • wraps

Préparation

▶ Pressez le citron, prélevez son zeste. Égouttez les fonds d'artichaut.

▶ Dans le bol d'un blender, déposez les fonds d'artichaut, la gousse d'ail, la cancoillotte nature IGP, le jus du citron et l'huile d'olive.

▶ Mixez afin d'obtenir un mélange homogène. Transférez dans un bol, assaisonnez, puis parsemez de zestes de citron et de ciboulette.

Service

▶ Servez les dips d'artichaut à l'apéritif ou en entrée, entouré de légumes croquants, crackers, wraps coupés en morceaux et dorés à la poêle.



S. ALPHONSINE/CANCOILLOTTE IGP



GALBANI

Petits flans d'artichaut au parmesan

Préparation : 30 min • **Cuisson :** 1 h

Pour 4 pers. : 4 artichauts • 50 g de parmigiano reggiano DOP Galbani • 150 g de béchamel • 3 œufs • 1 citron • 3 cuill. à s. d'huile d'olive • bouillon de légumes • 1 oignon • 100 ml crème liquide entière • sel • poivre

Préparation

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

▶ Commencez par nettoyer les artichauts. Épluchez-les et enlevez les feuilles extérieures les plus dures. Découpez-le, une fois arrivé à son cœur, en quatre parties. Placez-les dans de l'eau citronnée.

▶ Épluchez l'oignon et découpez-le en fines lamelles. Égouttez les cœurs d'artichaut et détaillez-les en morceaux.

▶ Faites revenir l'oignon dans une poêle à feu doux avec l'huile d'olive et les morceaux d'artichaut pendant 15 à 20 min. Couvrez et ajoutez du bouillon de légumes si nécessaire.

▶ Une fois la cuisson terminée, lorsque le liquide est évaporé, salez et poivrez. Versez le mélange refroidi dans un mixeur jusqu'à l'obtention d'une crème lisse.

▶ Incorporez la sauce Béchamel à la crème d'artichaut, puis ajoutez le parmesan ainsi que les 3 œufs. Mélangez à nouveau.

▶ Huilez cinq ramequins de type moule à crème caramel. Partagez la préparation en quatre parts et répartissez-les dans les ramequins.

▶ Enfournez les ramequins pendant 35 à 40 min.

▶ Préparez la sauce parmesan: placez la crème liquide entière dans une casserole et portez à ébullition, puis ajoutez 20 g parmesan et remuez. Laissez fondre. Assaisonnez.

Service

▶ Laissez refroidir un peu les flans, puis servez-les avec la sauce.

Filets de barbue, sauce aux olives vertes

Préparation : 30 min • **Cuisson :** 50 min

Pour 4 pers. : 12 artichauts poivrades • 4 filets de barbue (600 g) • 1 poivron rouge ou jaune • 80 g d'olives vertes dénoyautées • 2 cornichons • 2 gousses d'ail • 40 cl de crème liquide • 5 cuill. à soupe d'huile d'olive • 1 citron • 1 pincée de piment d'Espelette • 1 pincée de sel • 1 pincée de poivre • 10 olives pour la déco

Préparation

► Salez et poivrez le poisson, réservez-le au frais.

► Éliminez 6 à 7 cm de queue d'artichaut et tournez-les avec un petit couteau pour enlever les feuilles. Coupez le haut et réservez-les dans de l'eau citronnée.

► Lavez et tranchez en deux les barbues.

► Éliminez graines et membranes blanches du poivron, puis passez-le sous le gril du four jusqu'à noircissement de la peau pendant 25 min. Enlevez la peau sous un filet d'eau froide et réservez.

► Faites revenir, 10 min sur feu moyen, dans une petite poêle et 3 cuill. à soupe d'huile d'olive, les olives, les cornichons, l'ail haché, le thym et le piment. En fin de cuisson, mélangez avec la crème et mixez.

► Égouttez, séchez et tranchez les artichauts en deux dans le sens de la longueur. Cuisez une dizaine de minutes dans 2 cuill. à soupe d'huile, salez et poivrez.

► Pendant ce temps, faites cuire les filets de barbue à la vapeur et le poivron en lanières 4-5 min.

Service

► Dressez le poisson, les artichauts et les olives à l'assiette. Nappez d'un filet d'huile de cuisson des artichauts. Ajoutez la sauce et servez avec le poivron.



COOKLOOK/PAVILLON FRANCE/SP



A. RÉTY/ANICAP

Tartinade au cabécou du Périgord et bresaola

Préparation : 20 min

Pour 4 pers. : 300 g de fonds d'artichaut cuits et égouttés • 1 gousse d'ail • le jus d'un citron jaune • 2 cuill. à soupe d'huile d'olive • 1 cuill. à soupe d'origan séché • sel • poivre du moulin • 8 tranches de pain noir • 2 cabécous du Périgord • 8 tranches de bresaola • 1 poignée de graines germées

Préparation

► Épluchez la gousse d'ail, puis déposez-la dans la cuve du blender. Ajoutez les fonds d'artichauts coupés en morceaux, le jus de citron et l'huile d'olive.

► Mixez le tout quelques secondes jusqu'à l'obtention d'une crème.

► Versez dans un petit bol, puis incorporez l'origan séché, le sel et le poivre. Mélangez le tout.

► Toastez légèrement les tranches de pain noir, puis tartinez-les de crème d'artichaut.

► Surmontez chaque tartine d'une tranche de bresaola, de quelques graines germées et déposez enfin un quartier de cabécou du Périgord. Terminez par un tour de moulin à poivre et un léger filet d'huile d'olive.

Variante

► Pour une version veggie, remplacez la bresaola par des tomates confites à l'ail et au romarin.



T. ANTABALIAN/UE/MAAF/FAM/INTERFEL

Artichauts violets à la coriandre

Préparation : 20 min • **Cuisson :** 20 min

Pour 5 pers. : 10 petits artichauts violets • 2 oignons • 1 gousse d'ail • 3 cuill. à soupe d'huile d'olive • 1 bouillon de volaille en cube • 1 pincée de coriandre en poudre • 10 brins de coriandre fraîche • sel

Préparation

► Coupez les artichauts en quatre. Réservez-les.

► Ciselez les oignons et faites-les revenir dans une grande sauteuse ou un wok avec l'huile d'olive.

► Faites chauffer 50 cl d'eau dans une casserole et laissez fondre le cube de bouillon de volaille.

► Incorporez les artichauts dans la sauteuse, puis versez le bouillon. Ajoutez la gousse d'ail juste écrasée.

► Parfumez de coriandre en poudre et salez très légèrement. Laissez cuire pendant 15 min en remuant régulièrement.

► Servez les artichauts parsemés de feuilles de coriandre fraîche ciselées.

Linguine revisitées aux coquillages

Préparation : 20 min • **Cuisson :** 20 min

Pour 2 pers. : 120 g de cœurs d'artichaut • 400 g de linguine • 800 g de coquillages (moules, coques, amandes de mer...) • 2 cuill. à soupe de crème fraîche • 1 échalote • 1 cuill. à soupe rase de fécule de maïs • quelques feuilles d'estragon et de persil • 20 g de parmesan râpé • 1 pincée de piment d'Espelette



RECETTE A. BRETTIN/PHOTO A. ROCHE/INTERFEL

Préparation

► Émincez l'échalote. Ciselez finement les herbes aromatiques. Rincez les coques et les moules.

► Dans une sauteuse, faire revenir l'échalote émincée jusqu'à ce qu'elle soit fondante. Déposez les coquillages et laissez-les s'ouvrir sur feu moyen, à couvert.

► Décortiquez les coquillages, réservez quelques moules et coques entières pour la décoration. Filtrez le jus à travers une passoire et réservez-le.

► Faites cuire les linguine dans un grand volume d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient *al dente*. Égouttez-les.

► Faites chauffer le jus des coquillages, ajoutez la crème fraîche et la fécule de maïs préalablement diluée dans un fond d'eau. Mélangez jusqu'à ce que la crème épaississe légèrement. Poivrez.

► Versez la crème sur les linguine, ajoutez les cœurs d'artichaut et les coquillages. Mélangez.

Service

► Parsemez le plat d'estragon et de persil, saupoudrez de piment d'Espelette et dégustez aussitôt.



EXPRESSION BRETAGNE/PRINCE DE BRETAGNE/SP

Gnocchis aux petits violets et à la crème d'échalote et parmesan

Préparation : 30 min • **Cuisson :** 50 min

Pour 4 pers. : 5 petits artichauts violets Prince de Bretagne (seulement le cœur, les feuilles pourront être dégustées à part) • 1 kg de pommes de terre primeurs • 600 g de farine • 1 œuf • noix de muscade • 1 gousse d'ail • 2 échalotes • 30 g de beurre • 50 cl de crème • poivre noir • sel

Préparation

► Faites cuire les pommes de terre dans une grande casserole d'eau bouillante salée 30 min env. selon le type de pommes de terre. Épluchez-les après cuisson.

► Faites cuire les artichauts petits violets en entier dans une casserole d'eau bouillante salée 10 min. Réservez quatre artichauts pour la crème d'échalotes aux artichauts et utilisez les cinq autres pour les gnocchis. Passez les pommes de terre au moulin à légumes ou écrasez-les pour en faire une purée.

► Dans un saladier, mélangez 1 œuf, la noix de muscade, le poivre et le sel. Ajoutez-y les pommes de terre écrasées, le cœur des petits violets et la farine. Travaillez l'ensemble de façon à obtenir une pâte bien lisse, homogène et non collante. Farinez votre plan de travail, prélevez au fur et à mesure un peu de pâte et formez des boudins longs et fins de 1 à 2 cm de diamètre environ.

► Coupez les boudins de pâte en petits tronçons de 1 cm de longueur. Roulez chacun sur le dos d'une fourchette en exerçant une légère pression : les boudins vont prendre la forme allongée caractéristique des gnocchis, ainsi que les rayures qui leur permettent d'accrocher la sauce.

► Faites cuire les gnocchis dans une casserole d'eau bouillante salée. Les gnocchis sont prêts quand ils commencent à flotter. Si vous souhaitez les dorer, sortez-les juste quand ils commencent à flotter et faites-les revenir rapidement dans une poêle avec une noisette de beurre.

► Épluchez et émincez les échalotes et l'ail. Dans une casserole, faites-les revenir avec le beurre. Faites cuire les artichauts petits violets à la vapeur ou à l'eau bouillante.

► Mixez les échalotes, les cœurs des petits violets (et toutes les parties tendres) avec la crème fraîche.

► Ajoutez la muscade et le parmesan. Réchauffez le mélange avant d'en napper les gnocchis.

Cœurs gratinés au parmesan

Préparation : 40 min • **Cuisson :** 1 h

Pour 4 pers. : 4 artichauts • 30 g de parmesan râpé • quelques brins de ciboulette • 4 cuill. à soupe de crème fraîche épaisse • 1 citron non traité

Préparation

► Lavez les artichauts avant de les faire blanchir pendant 40 min dans de l'eau bouillante salée et légèrement citronnée avec la moitié du jus du citron. Égouttez-les et laissez-les refroidir.

► Après avoir dégusté la base charnue des feuilles (avec une vinaigrette aux herbes par exemple), préparez les cœurs d'artichaut à gratiner : enlevez le foin, rincez les fonds pour éliminer d'éventuels résidus de foin et laissez-les sécher sur du papier absorbant.

► Rangez les fonds d'artichaut dans un plat à gratin.

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

► Dans un récipient, mélangez la crème fraîche, l'autre moitié du jus du citron ainsi que les zestes. Ajoutez la ciboulette finement ciselée, salez et poivrez. Garnissez chaque fond d'artichaut de cette préparation et saupoudrez de parmesan râpé.

► Enfournez 20 min jusqu'à ce qu'ils soient gratinés.



RECETTE A. BRETIN/PHOTO A. ROCHE/UE/INTERFEL

Lasagnes aux artichauts et à la ricotta

Préparation : 20 min • **Cuisson :** 1 h 25

Pour 4 pers. : 4 artichauts • 80 g de parmigiano reggiano DOP Galbani • 250 g de ricotta Galbani • 1 boîte de pâte à lasagnes • 1 pincée de noix de muscade • 250 ml de lait • 25 g de farine • 25 g de beurre • poivre • sel • huile d'olive

Préparation

► Éliminez les tiges des artichauts et placez-les dans l'eau bouillante pendant 30 min. Égouttez-les, puis enlevez les feuilles et la barbe pour récupérer le cœur.

► Tranchez le cœur en fines lamelles et faites-le revenir dans de l'huile d'olive 5-6 min. Quand il est bien tendre, réservez-le.

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

► Faites fondre le beurre à feu doux dans une casserole et ajoutez la farine jusqu'à ce que le mélange devienne roux. Versez le lait porté à ébullition, puis mélangez pour éliminer les grumeaux. Assaisonnez et incorporez une pincée de noix de muscade. Retirez-le du feu après épaississement de cette béchamel qui doit avoir la consistance d'une crème.

► Montez les lasagnes. Déposez deux cuillerées de béchamel dans un plat, une couche de pâte à lasagnes, à nouveau de la béchamel, des lamelles d'artichaut et des morceaux de ricotta.

► Répétez l'opération jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'ingrédients. Terminez en saupoudrant le plat de parmesan râpé.

► Faites cuire pendant 35 à 40 min. Servez chaud.



GALBANI

Dips à la fourme d'Ambert



É. MASCIA/FOURME D'AMBERT AOP

Préparation : 15 min

Pour 4 pers. : 350 g de cœurs d'artichaut cuits • 100 g de fourme d'Ambert AOP • 1 cuill. à soupe bombée de crème fraîche épaisse • le jus de 1/2 citron • 1 gousse d'ail • 150 g de crackers au sésame • sel • poivre

Préparation

► Coupez la fourme d'Ambert en gros dés.

► Égouttez les cœurs d'artichaut et coupez-les grossièrement en deux.

► Placez tous les ingrédients (sauf les crackers) dans un robot et mixez par impulsions jusqu'à l'obtention d'une belle texture crémeuse.

► Versez les dips dans un bol de présentation et servez avec des crackers aux graines de sésame.

Nouveautés



















1. Seau à compost en métal peint avec filtre à charbon dans le couvercle.
Pebbly (7 l), 40 € env.

2. Croquettes végétales surgelées à l'aubergine, courgette, mozzarella...
Bonduelle (12 x 20 g), 3,70 € env.

3. Vinaigre de kéfir (500 ml) aux saveurs de pin, chêne et menthe.
Kéfir & Kombucha Cie, 13 € env.

4. Levure de bière bio en flocons, source de protéines végétales.
Ibo! (100 g), 5 € env.

5. Crème fleurette bio onctueuse et fine, garantie 100 % naturelle.
Le Gall (40 cl), 5 € env.

6. Huile d'olive issue des fruits récoltés en automne, en France.
Émile Noël (500 ml), 16 € env.

7. Couteau d'office très résistant assurant une coupe nette.
Nogent* (9 cm), 14 € env. pièce.**

8. Nettoyant cuisine en recharge compatible avec la plaque de cuisson.
Rainett (1 l), 3,50 € env.

9. Extraits naturels de plantes bio parfumant les plats salés ou sucrés.
Helia (10 ml), 4 € env.

Essentiellement miel

De ce don que les abeilles font aux hommes, apprenons à tirer le meilleur parti en pâtisserie. Car le miel apporte tant aux préparations gourmandes qu'on le tient pour le parfait synonyme de douceur.

Pain d'épice maison

Préparation : 20 min • **Cuisson :** 30 min

Pour 4 pers. : 250 g de farine complète • 2 œufs • 250 g de miel liquide • 1/2 sachet de levure • 70 g de sucre roux • 70 g de beurre • 10 cl de lait • 1/4 cuill. à café de gingembre en poudre • 1/4 cuill. à café de cannelle en poudre • 1/4 cuill. à café d'anis vert en poudre • 1 cuill. à café de bicarbonate de soude

Préparation

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

▶ Faites fondre le miel et le sucre avec le lait à feu doux dans une petite casserole, en remuant. Hors du feu, incorporez le beurre en mélangeant bien.

▶ Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Délayez les jaunes avec 3 cuillerées à soupe du mélange au miel.

▶ Ajoutez le bicarbonate de soude, puis le reste du mélange au miel en remuant vigoureusement.

▶ Versez la farine dans une terrine. Ajoutez une pincée de sel, la levure, les épices, et incorporez au miel.

▶ Mélangez énergiquement cette pâte pendant quelques minutes, jusqu'à ce qu'elle présente un aspect bien lisse et homogène.

▶ Versez la préparation dans un moule à cake beurré, jusqu'aux trois quarts de la hauteur.

▶ Enfournez 30 min sur la grille à mi-hauteur, puis baissez à 150 °C (th. 5) et laissez cuire durant 15 min, en couvrant d'une feuille de papier cuisson.

▶ Vérifiez alors la cuisson avec la lame d'un couteau : elle doit ressortir légèrement humide. Évitez la surcuisson du pain d'épice, cela le rendrait dur

▶ Sortez le moule du four, démoulez à chaud et laissez refroidir sur une grille.

Tiramisu figues et miel

Préparation : 15 min • **Réfrigération :** de 12 à 24 h

Pour 4 pers. : 250 g de mascarpone Galbani • 80 g de sucre • 100 g de confiture • 1 brioche • 2 cuillerées à café de miel • 4 figues fraîches • 4 figues sèches • 3 œufs



GALBANI

Préparation

▶ Coupez les figues fraîches en petites tranches et les figues sèches en petits dés, réservez.

▶ Séparez les blancs des jaunes d'œufs dans deux saladiers distincts.

▶ Battez énergiquement les jaunes avec le sucre semoule jusqu'à ce qu'ils blanchissent, ajoutez le mascarpone, les dés de figues sèches et le miel.

▶ Incorporez délicatement les blancs d'œufs montés en neige au mélange.

▶ Composez dans un verre ou sur une assiette, en ayant soin de mettre la brioche au fond, et les petites tranches de figue fraîche contre le bord, puis remplissez de la préparation au mascarpone.

▶ Mettez votre dessert au réfrigérateur pendant quelques heures, idéalement de 12 à 24 heures.

Service

▶ Décorez les verrines d'une fine couche terminale de confiture de figues.

MARGOUILLAT PHOTO/SHUTTERSTOCK



SUNVIC/SHUTTERSTOCK

Granola maison

Préparation : 15 min • **Cuisson :** 30 min

Pour 4 pers. : 250 g de flocons d'avoine • 125 g de miel • 100 g de noix de coco râpée • 2 cuill. à soupe d'huile de tournesol • 150 g de germe de blé • 50 g de noisettes • 50 g de noix hachées • 100 g de raisins secs ou de fruits secs • 1 pincée de sel

Préparation

▶ Mélangez avec soin tous les ingrédients.

▶ Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6). Graissez une plaque allant au four ou recouvrez-la de papier cuisson. Étalez dessus votre mélange en une couche homogène pas trop épaisse.

▶ Mettez au four pendant 30 min. Remuez tous les 5 min à la spatule. À la sortie du four, laissez refroidir. Puis, mettez votre granola maison en bocaux hermétiques.

Ingrédients alternatifs

▶ Amandes concassées, graines écalées de citrouilles ou de tournesol.

Mousse au miel

Préparation : 20 min • **Congélation** : 2 h

Pour 6 pers. : 4 œufs • 2 cuill. à soupe de sucre • 250 g de miel parfumé • 30 g d'amandes effilées • 30 cl de crème fraîche épaisse • 20 g de beurre



A. BIERLIEZOVA/SHUTTERSTOCK

Préparation

► Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Battez 4 jaunes avec le sucre jusqu'à obtenir une pâte lisse et pâle.

► Préférez un miel épais et bien parfumé. Versez-le sur les jaunes d'œufs battus et mélangez-le bien. Incorporez la crème fraîche.

► Battez les 3 blancs d'œufs en neige très ferme.

► Mélangez les 2 préparations et mettez en sorbetière. À défaut, mettez dans un récipient au congélateur. Dans ce dernier cas, fouettez la mousse régulièrement. Faites griller les amandes dans le beurre. Sortez la mousse du congélateur au moment de servir et parsemez les amandes sur la mousse.

Service

► Assortissez cette mousse de langues-de-chat ou de tuiles aux amandes.

Baklava

Préparation : 30 min • **Cuisson :** 1 h

Pour 18 parts : 500 g de feuilles de filo • 250 g de pistaches décortiquées • 250 g d'amandes en poudre • 250 g de beurre fondu • 250 g de sucre en poudre • 250 g de miel • 1 citron non traité • 1 cuill. à café de cannelle



E. SELVI/SHUTTERSTOCK

Préparation

► Hachez grossièrement les pistaches. Mélangez les amandes, la cannelle et 50 g de sucre. Beurrez une plaque. Déposez dessus un tiers des feuilles de filo. Badigeonnez-les de beurre fondu refroidi.

► Recouvrez du mélange pistaches-amandes, puis du deuxième tiers de feuilles de filo.

► Badigeonnez-les à nouveau de beurre fondu. Recouvrez du reste de mélange puis des dernières feuilles de filo. Badigeonnez de beurre fondu.

► Entaillez le dessus avec un couteau sur une profondeur de 1 cm en formant des rectangles ou des triangles. Faites cuire 1 h dans le four préchauffé à 150 °C (th. 5).

► Préparez un sirop. Portez 20 cl d'eau à ébullition avec le reste de sucre et le miel. Laissez bouillir jusqu'à ce que le sirop atteigne une température comprise entre 110 et 105 °C. À défaut de thermomètre à sucre, versez une petite cuillerée de sirop dans un bol d'eau très froide. Vous devez sentir une boule malléable entre les doigts.

► Après refroidissement, parfumez le sirop du zeste râpé et du jus du citron.

► Sortez le baklava du four. Arrosez-le encore chaud du sirop en écartant les entailles. Laissez refroidir.

Minibeignets parfumés à la rose

Préparation : 20 min • **Cuisson :** 5 x 4 min

Pour 15/20 pièces : 250 g de farine • 1/2 sachet de levure • 100 g de sucre • 200 g de miel liquide • 1 cuill. à soupe d'eau de rose • 1 cuill. à café de cannelle en poudre • sel • huile pour friture

Préparation

► Délayez la farine avec 1 verre d'eau tiède. Ajoutez la levure, une pincée de sel et l'eau de rose.

► Préparez ensuite le sirop.

► Chauffez le miel avec un verre d'eau, 4 cuill. à soupe de sucre et la moitié de la cannelle.

► Faites chauffer le bain de friture.

► Façonnez des boules de la grosseur d'une noix en roulant la pâte entre vos mains huilées.

► Faites-les frire dans l'huile quatre par quatre, 4 min environ, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

► Égouttez les beignets sur du papier absorbant.

► Arrosez-les sans tarder de miel brûlant.

Service

► Ces minibeignets parfumés à la rose sont meilleurs servis encore chauds et saupoudrés de cannelle.



E. DEWI AMBARWATI/SHUTTERSTOCK



D. MYKHAILOV/SHUTTERSTOCK

Pommes rôties au miel et aux fruits secs

Préparation : 15 min • **Cuisson :** 20 min

Pour 4 pers. : 1 cuill. à s. de noisettes concassées • 4 cuill. à s. de miel liquide • 20 g de beurre • 4 belles pommes de bonne tenue à la cuisson (Boskoop, Canada...) • 1 cuill. à s. de raisins secs réhydratés (eau, rhum ou calvados tiédi) • 2 cuill. à s. de noix grossièrement concassées • 2 cuill. à s. de cassonade

Préparation

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

► Lavez les pommes, puis séchez-les. Détachez leurs "chapeaux". À l'aide d'un vide-pomme ou d'un couteau, évidez leur centre pour éliminer le cœur contenant les pépins.

► Mélangez le miel, les noisettes, les noix, les raisins secs égouttés, 1 cuill. à soupe de cassonade et 10 g de beurre dans un saladier.

► Farcissez les pommes de cette préparation.

► Placez les pommes garnies dans un moule. Posez les "chapeaux". Versez un peu d'eau dans le fond du moule. Répartissez le reste de beurre coupé en parcelles sur les pommes et saupoudrez de cassonade.

► Enfournez 20 min. Arrosez de jus pendant la cuisson pour que le fruit n'éclate pas. Éteignez le four et laissez les pommes tiédir.

Service

► Au moment de servir, sortez les pommes du four et servez avec quelques sablés croquants.

Cake aux cerises

Préparation : 20 min • **Cuisson :** 40 min

Pour 6 pers. : 200 g de farine • 100 g de beurre • 3 œufs • 1 cuill. à soupe de rhum (facultatif) • 300 g de cerises • 60 g de miel • sel • 1 sachet de levure

Préparation

► Dans un saladier, travaillez le beurre ramolli coupé en morceaux avec le miel jusqu'à former une pâte homogène. Ajoutez la farine, la levure, une pincée de sel.

► Mélangez bien pour obtenir une pâte lisse. Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6).

► Incorporez les œufs un à un dans la pâte. Ajoutez le rhum (facultatif). Beurrez un moule à cake et versez une partie du mélange. Ajoutez des cerises dénoyautées.

► Remettez de la pâte puis des cerises, etc. De cette façon, les cerises ne risquent pas de tomber au fond du moule.

► Laissez cuire environ 40 min. Vérifiez la cuisson en piquant la lame d'un couteau qui doit ressortir propre.

Service

► Ce cake peut être agrémenté d'épices et de zestes de citron ou d'orange et accompagné de glace.



NDANKO/SHUTTERSTOCK



P. BOCKLAND/SHUTTERSTOCK

Barres de nougat

Préparation : 30 min • **Repos :** 24 h • **Cuisson :** 30 min

Pour 5 barres de nougat : 250 g de sucre en morceaux • 3 blancs d'œufs • 200 g d'amandes mondées • 300 g de miel • 100 g de pistaches mondées • 100 g de pralines roses • feuilles de pain azyme (facultatif)

Préparation

▶ Placez les amandes et les pistaches sur une plaque à pâtisserie. Faites-les sécher au four à 60 °C (th. 2) jusqu'à ce qu'elles prennent une belle couleur dorée.

▶ Réservez-les au chaud avec les pralines. Placez les blancs d'œufs dans un récipient pouvant supporter la chaleur. Montez-les en neige bien ferme, au fouet ou au batteur électrique. Réservez.

▶ Versez le miel dans une casserole et faites-le cuire à feu modéré.

▶ Mettez, en même temps, le sucre dans une casserole à fond épais, mouillez-le avec 20 cl d'eau et faites-le fondre à feu doux. Augmentez le feu et laissez-le cuire jusqu'au "petit cassé" (29-133 °C).

▶ Arrêtez la cuisson dès que le miel et le sucre ont atteint la même température. Placez le récipient contenant les œufs en neige au-dessus d'une casserole d'eau bouillante sans que le fond du récipient ne touche l'eau. Versez petit à petit la préparation au sucre et au miel sur les blancs d'œufs battus.

▶ Mélangez délicatement à l'aide d'une spatule, en ramenant la pâte du fond sur le dessus, de manière que toute la masse cuise uniformément. Comptez 20 min environ avant que la pâte ne devienne ferme.

▶ Ajoutez ensuite les pistaches, les amandes, les pralines, mélangez bien. Versez cette préparation dans un moule tapissé de feuilles de pain azyme.

▶ Lissez la surface avec le dos d'une cuillère légèrement humide. Recouvrez de pain azyme.

▶ Disposez sur le nougat une planche de la dimension du moule, placez un poids dessus et laissez reposer 24 h. Démoulez le nougat et coupez-le en bandes.

Astuces

▶ Ces nougats se conservent très bien à l'abri de l'humidité, enveloppés dans une feuille de Cellophane et placés dans une boîte hermétique.

Riz au lait de coco et abricots rôtis au miel

Préparation : 10 min • **Cuisson :** 35 min

Pour 4 pers. : 100 g de riz • 50 cl de lait de coco • 2 cuillerées à soupe de cassonade • 4 abricots • 2 cuillerées à soupe de miel

Préparation

► Portez le riz à ébullition pendant 2 min dans un grand volume d'eau. Égouttez puis ajoutez le lait de coco et la cassonade.

► Mélangez et laissez cuire en remuant régulièrement jusqu'à ce que le riz soit cuit. Si besoin, remettez un peu de lait de coco, de lait ou de l'eau tout simplement.

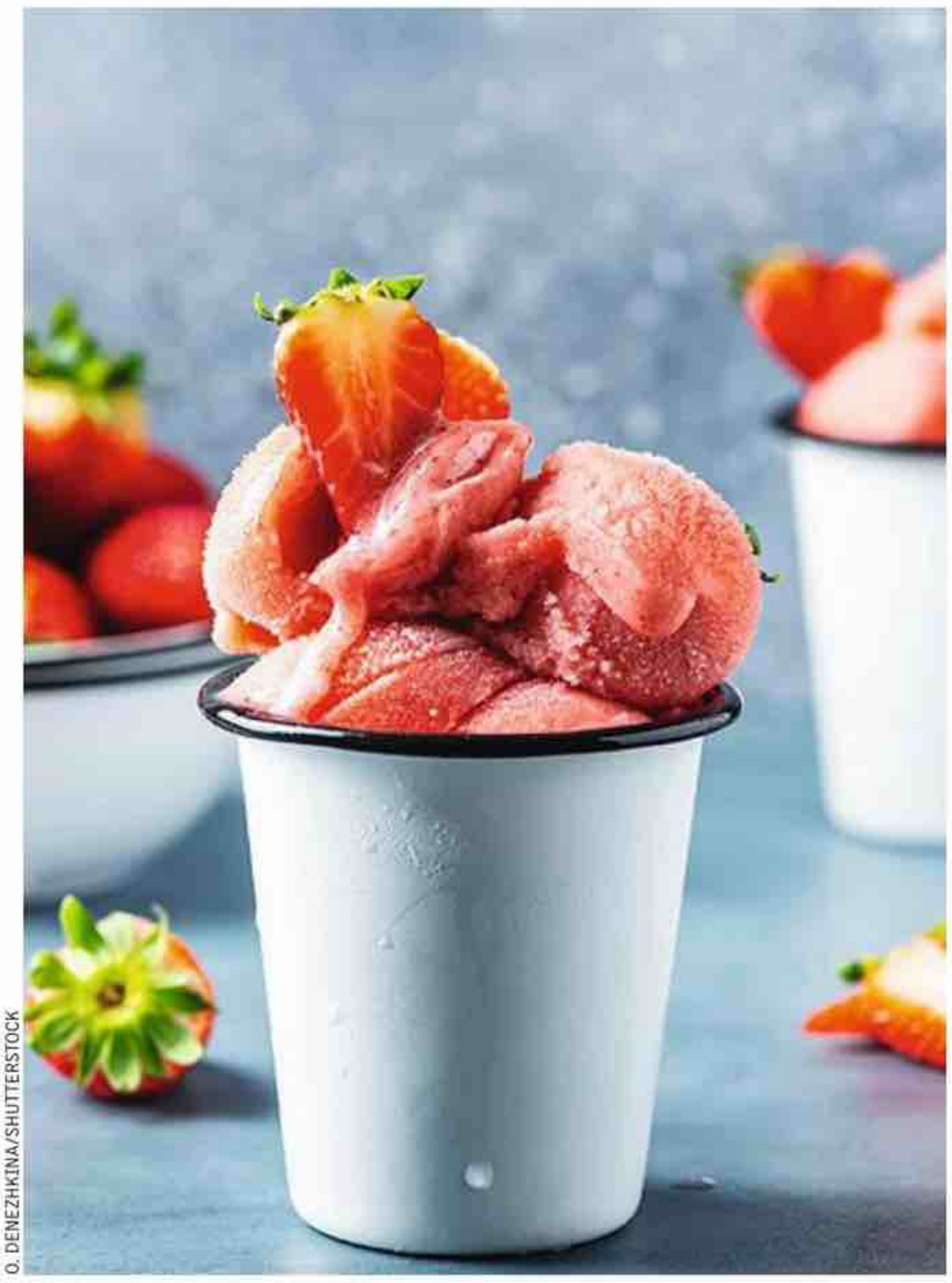
► Coupez, dans l'intervalle, les abricots en deux. Dans une poêle, versez le miel et faites légèrement chauffer avant de disposer les oreillons d'abricots.

► Laissez cuire pendant 5 min environ en remuant et retournant les abricots régulièrement.

► Lorsque le riz est bien moelleux, versez-le dans des verrines et faites revenir à température ambiante. Disposez dessus deux oreillons d'abricots par personne avant de servir en dessert.



J. JELLY/SHUTTERSTOCK



O. DENEZHKINA/SHUTTERSTOCK

Sorbet aux fraises

Préparation : 30 min • **Cuisson :** 5 min
Congélation : 3 h

Pour 6 pers. : 1 citron • 6 cuill. à soupe de miel • 2 feuilles de gélatine • 2 blancs d'œufs • 1 kg de fraises • feuilles de menthe fraîche

Préparation

► Faites ramollir les feuilles de gélatine dans une tasse d'eau. Passez les fraises lavées et équeutées au mixeur pour les réduire en purée. Pressez le citron et ajoutez le jus aux fruits.

► Dans une casserole, faites chauffer 2 verres d'eau et le miel de façon à obtenir un sirop léger.

► Essorez la gélatine et mélangez-la hors du feu au sirop. Laissez refroidir. Ensuite, incorporez-y la purée de fraises.

► Battez les blancs en neige ferme. Incorporez-les délicatement à la purée de fraises.

► Mettez en sorbetière ou pendant 3 h au congélateur (dans ce cas, mélangez régulièrement la préparation).

► Pour servir, mettez le sorbet dans des coupes et décorez avec les feuilles de menthe fraîche.

Précaution

► Respectez les proportions : un excès de crème ou de lait risque d'altérer la texture de votre sorbet.

Tarte aux noisettes et amandes caramélisées

Préparation : 15 min • **Cuisson :** 15 min

Pour 4 pers. : 1 pâte brisée • 60 g de noisettes mondées • 60 g d'amandes mondées • 4 cuill. à soupe de miel liquide • 15 cl de crème liquide entière • 15 g de beurre demi-sel

Préparation

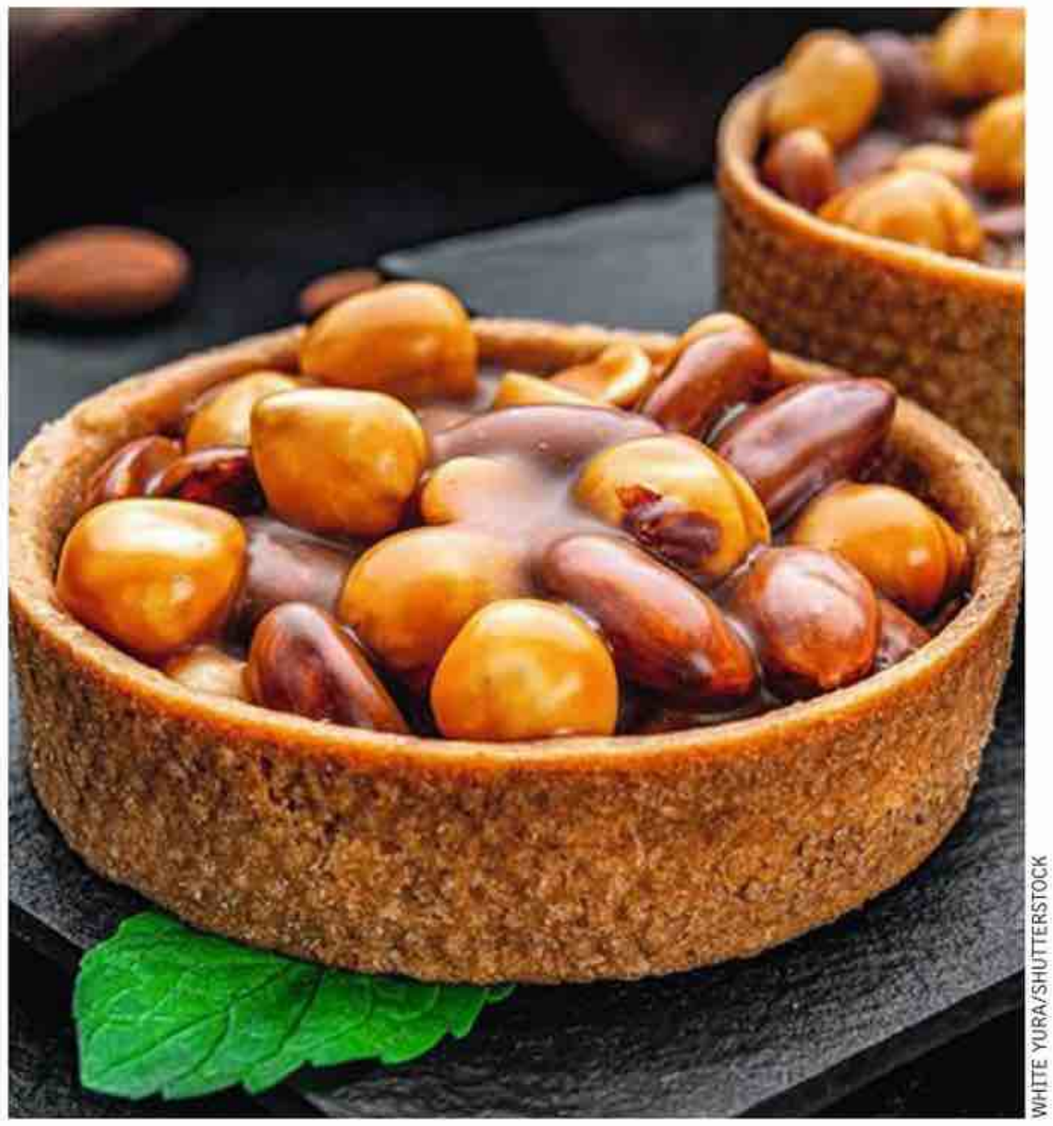
▶ Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6).

▶ Garnissez un moule à tarte de 22 cm de diamètre beurré ou recouvert de papier cuisson avec la pâte (ou bien quatre moules à tartelettes individuelles de 10 cm de diamètre). Piquez le fond à la fourchette.

▶ Répartissez les noisettes et les amandes dans le fond de tarte.

▶ Mélangez dans une casserole la crème avec le miel et le beurre. Portez à frémissements en remuant sur feu doux à moyen. Laissez épaissir jusqu'à obtention d'une légère coloration dorée. Retirez du feu, puis incorporez les noisettes et les amandes.

▶ Répartissez le contenu de la casserole sur le fond de pâte. Enfournez pour environ 15 min de cuisson, pour bien caraméliser la tarte sans la laisser trop brunir.



WHITE YURA/SHUTTERSTOCK

▶ Sortez la tarte du four. Laissez reposer 15 min, puis démoulez sur un plat de service, en tirant sur le papier cuisson pour l'ôter.

Service

▶ Encore tièdes, ces tartes aux noisettes et amandes caramélisées sont irrésistibles.

Plateau de beurre AOP à partager



CHARENTES-POITOU AOP

Préparation : 15 min

Pour 4 pers. : 400 g de pain tranché au choix • 50 g de beurre Charentes-Poitou AOP mou • 100 g de fruits rouges mélangés (framboises, myrtilles, groseilles...) • 25 g de miel • quelques tiges d'herbes fraîches mélangées (ciboulette, basilic, aneth, thym...) • 1 petite poignée de fleurs comestibles

Préparation

▶ Déposez sur un grand support plat et propre des petites tranches de beurre à l'aide d'un couteau à beurre. Disposez ces écailles sur toute la surface.

▶ Répartissez les fruits, les fleurs et les herbes de façon harmonieuse sur le beurre en répartissant les touches de couleurs. Versez un filet de miel sur le plateau de beurre et servez sans attendre.

Suggestion

▶ Dégustez avec un pain aux céréales tranché froid ou préalablement toasté.

Fruits rouges au miel

Préparation : 15 min

Pour 6 pers. : 1 l de framboises • 1 l de fraises • 250 g de groseilles • 2 oranges • 1/2 citron • 6 cuill. à s. de miel d'acacia • 6 feuilles de menthe



MARGOUILLAT PHOTO/SHUTTERSTOCK

Préparation

- Passez rapidement les fruits rouges sous l'eau, puis égouttez-les et équeutez-les.
- Épluchez 1 orange à vif sans laisser de peau blanche.
- Coupez-la en 6 fines rondelles.
- Pressez l'autre orange et le demi-citron.
- Ajoutez le miel.
- Réservez la moitié des fruits rouges, passez le reste au mixeur de façon à obtenir une purée.
- Mélangez-la au jus au miel.
- Versez cette purée dans des coupes individuelles et répartissez les fruits restants dans chaque coupe.
- Décorez de menthe et de rondelles d'orange.

Nouveautés



1. Machine à café avec broyeur intégré et 6 boutons de réglage.
Cuisinart, DGB2E, 200 € env.

2. Maté vert au cacao et fève de Tonka, à déguster chaud ou froid.
Aromandise (100 g), 5 € env.

3. Sorbet à l'ananas et mandarine enrobé d'une pâte mochi sucrée.
Little Moons (192 g), 5 € env.

4. Tablette de chocolat (100 g) au lait caramelisé, noisettes et amandes.
Merveilles du monde, 2,50 € env.

5. Miel d'acacia à la robe rose, parfumé aux framboises et goyaves.
Famille Mary (170 g), 10 € env.

6. Bouilloire, de 50 à 100 °C, avec filtre anticalcaire et bec antigouttes.
KitchenAid (1,7 l), 200 € env.

7. Yaourt dans une brique pliable pour moins de gaspillage et déchets.
Yoplait (750 g), 2,50 € env.

8. Nappe (140 x 200 cm) en 100 % lin lavé, à l'imprimé d'inspiration vintage.
Linge particulier, 160 € env.

9. Biscuits au chocolat, aux graines de kasha enrichis en spiruline.
Hoope (160 g), 2,80 € env.

Maison

104 Envie de changer de déco, mais vous n'êtes pas un as du bricolage ? Le home staging, à la portée de tous, vous vient en aide et est économique.

108 Vous trouvez la beauté de vos fleurs digne de figurer sur une toile de maître. Avec un peu de cire, elles seront l'objet d'un élégant tableau.

112 Au jardin, le poids de certaines corolles menace de briser les tiges. Pour les soutenir, fabriquez des tuteurs naturels qui se fondent dans le décor.

GHOUND PICTURE/SHUTTERSTOCK





Rénovez votre maison par petites touches et à moindre coût.

PIXEL-SHOT/SHUTTERSTOCK

Ma déco en mode home staging

Valoriser son logement sans s'embarquer dans de grands travaux de rénovation, c'est tout l'objet du home staging.

Donner du graphisme à ses murs, repeindre des meubles, rafraîchir une pièce avec un joli papier peint, changer les poignées de porte..., le home staging explore tous les aspects de la décoration d'intérieur. On profite de ce ludique rajeunissement pour réparer les petits dégâts domestiques, désencombrer et réorganiser l'aménagement. Alléger une bibliothèque croulant sous les livres, changer la disposition de certains meubles et luminaires sur pied suffisent à fluidifier l'espace.

Offrant une large palette de couleurs et d'effets, la peinture reste l'élément star de la décoration d'intérieur. Simulateurs et nuanciers virtuels permettent d'élaborer in situ associations de teintes et effets visuels. Mais, pour apprécier le rendu réel ou la délicatesse des nuances, mieux vaut se procurer des testeurs de peinture, en magasin ou auprès des fabricants, et faire des essais sur un coin de mur. On les trouve sous forme de petits flacons intégrant un pinceau ou un minirouleau. Ne peindre qu'un seul mur ou bien les portes et les plinthes d'une pièce, il n'en faut pas plus pour lui donner une tout autre allure. À chacun de définir ses envies de changement, d'opter pour une ambiance douce ou tonique, de réaliser un décor graphique inédit suivant la grande tendance du moment.

Revêtement express

Permettant de transfigurer un intérieur en un temps record, le papier peint ouvre les perspectives d'un salon, joue les têtes de lit dans la chambre, camoufle une enfilade de placards dans un couloir, etc. Les panoramiques XXL sont furieusement tendance....

Atmosphère Japandi

Contraction des mots Japon et Scandinavie, le style Japandi allie la sobriété esthétique de l'artisanat nippon et le minimalisme du design nordique. L'aménagement se fonde sur une authentique simplicité. On mise sur des matériaux naturels comme le bois massif, le bambou, l'osier ou la pierre qui apportent chaleur et douceur à un intérieur. Le béton ciré peut aussi se plaire dans ce style hybride. Pas de couleurs criardes, les tons neutres et pastel (beige, crème, gris perle...) sont la règle. On ajoute volontiers quelques plantes et bibelots issus de ces deux horizons et l'on adopte un éclairage en clair-obscur afin que la pièce devienne un cocon.

... Animaux sauvages, flore tropicale, jardin fantastique, plage ou forêt, ciel étoilé..., il existe une foule d'imprimés pour voyager sans bouger de chez soi. Ces papiers peints sont proposés sur mesure, avec un nombre de lés et des dimensions ajustés à chaque projet.

Composé de fibres polyester et de cellulose, l'intissé a le pouvoir d'escamoter de petites irrégularités. Il se pose par encollage du mur et non sur l'envers des lés, comme le papier peint classique. On peut donc se passer d'une table à tapisser et le travail est plus rapide. Plus simple encore, le papier peint préencollé se pose à l'eau ! Soit on fait tremper le rouleau dans un bac fourni avant l'affichage, soit on vaporise le mur et le dos des lés. Peu coûteux, durable, le vinyle mural adhésif revient sur le devant de la scène avec une plus grande diversité décorative. On peut lui préférer l'originalité des stickers ou des posters adhésifs, qui se collent et se décollent plusieurs fois de suite.

En un coup de pinceau, ce meuble est comme neuf.



S. PILOLLA 2/SHUTTERSTOCK

Relookage de façade

Les peintures multimatériaux ou de rénovation sont formulées pour adhérer sans sous-couche sur la plupart des supports lisses ou "bloqués", comme la faïence, le métal, le mélaminé, le stratifié ou le verre. Ce sont des solutions tout-en-un pour personnaliser ses meubles de cuisine ou de salle de bains, son carrelage mural et même la baignoire ou le lavabo. Habiller les éléments de cuisine avec des façades plus au goût du jour est un autre moyen d'embellir cette pièce sans gros travaux. Tout comme le remplacement des abat-jour, coussins, tapis et rideaux de la chambre ou du salon.

Détails tous azimuts

Dans l'entrée, installez un joli portemanteau, éventuellement déniché dans une brocante. Un peu partout, disposez des cadres, des statuettes, des objets décoratifs de tous horizons. Dans une petite pièce, des miroirs judicieusement placés réfléchissent la lumière en donnant une impression d'espace. Exploitez aussi les possibilités décoratives de la quincaillerie d'ameublement. Imaginez ce que peuvent apporter de nouvelles poignées de portes ou de tiroirs, des crochets muraux stylisés, des magnets photos à fixer sur le réfrigérateur ou un tableau aimanté.

Carrelage fendu, joints noircis, plinthes décollées, lames de parquet abîmées..., avec l'habitude,

Ce papier peint met en valeur une alcôve.



GROUND PICTURE/SHUTTERSTOCK

Les textiles habillent votre intérieur en douceur

Tamisants ou occultants, rideaux et stores constituent des éléments décoratifs de première importance. Choisissez-les en accord avec vos goûts et le style (classique, moderne, ethnique, nature…) de la chambre ou du séjour. Un plaid artistiquement jeté sur le canapé ou le lit apporte une touche de chaleur supplémentaire. Multipliez les coussins, changez les housses défraîchies en jouant avec les matières, motifs et coloris. Quant aux tapis, ils donnent du cachet et réchauffent l'ambiance autant que les pieds. À mèches courtes ou longues, bouclés, en fibres naturelles, synthétiques ou mélangées, ils sont doux à la marche et absorbent les bruits.

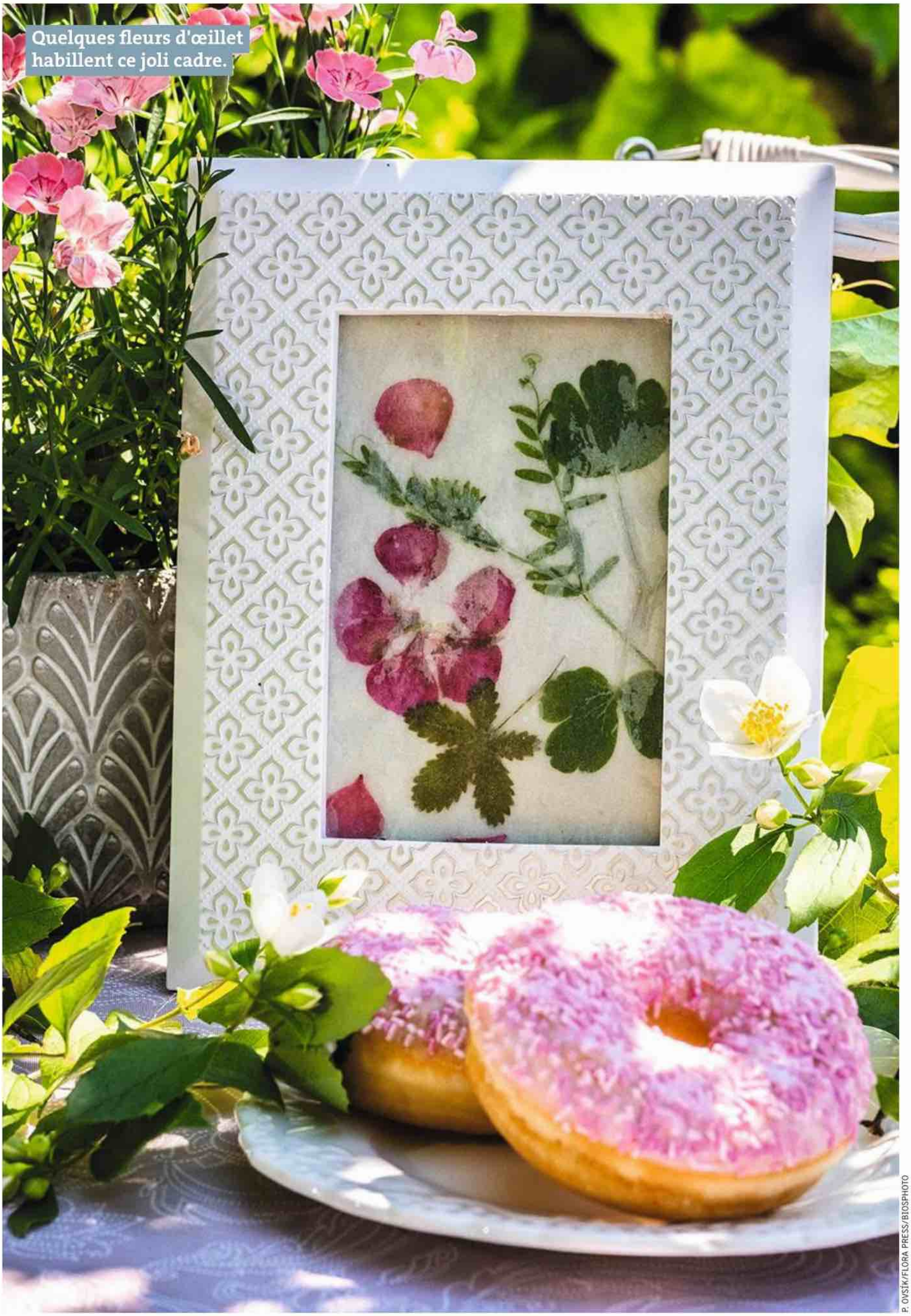


PINKYSTOCK/SHUTTERSTOCK

on a tendance à ne plus les voir. Or, c'est bien connu, le diable se cache dans les détails ! Effectuer ces petites réparations donne un coup de fraîcheur à son intérieur sans s'imposer beaucoup d'effort. Les joints de carrelage peuvent se blanchir ou se colorer à l'aide de stylos spéciaux, les éclats se comblent avec des résines en tube à base de ciment et d'émail. Même constat avec les prises de courant branlantes, les interrupteurs victimes de l'usure du temps ou encore les éclairages qui pendouillent lamentablement au plafond. Leur réparation est à la portée de tout bricoleur et peu onéreuse. Pourquoi ne pas en profiter pour poser de nouvelles plaques de finition ou montures électriques coordonnées avec la couleur des murs ou d'autres éléments du décor ? Au préalable, on aura pris la précaution de couper le courant au tableau électrique du logement et de vérifier les branchements avant de le rétablir. ■



PHOTOGRAPHEE.EU/SHUTTERSTOCK



P. OVSÏK/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

Le printemps bien encadré !

Immortalisez les plus belles fleurs de votre jardin en les transformant en une décoration romantique que vous pourrez poser sur une table ou bien suspendre. En plus d'être jolie, cette création est facile à réaliser.

Pas-à-pas

Il vous faut

- Fleurs et feuilles
- Papier sulfurisé blanc
- Cire
- Râpe
- Fer à repasser
- Ciseaux







1 2

PHOTOS P. OVSÍK/FLORA PRESS/BIOSPHOTO - PICTO SHUTTERSTOCK

Le matin, une fois que la rosée a séché, cueillez les fleurs et les feuilles que vous souhaitez encadrer.

1. Découpez deux feuilles de papier sulfurisé à la dimension du cadre. Sur l'une d'elles, posez bien à plat les fleurs et les feuilles.

2. À l'aide d'une râpe (à fromage par exemple), déposez sur les végétaux des copeaux de cire en veillant à bien les répartir.



3. Disposez la seconde feuille de papier sulfurisé sur les plantes.

4. Repassez-la jusqu'à ce que la cire se liquéfie et relie vos deux feuilles. Encadrez votre création.

5. Vous pouvez également suspendre à l'aide de jolies pinces plusieurs décorations comme une guirlande.





PHOTOS P. OVSÍK/FLORA PRESS/BIOSPHOTO - DÉTOURAGE : NEW AFRICA/SHUTTERSTOCK

ABONNEZ-VOUS

RECEVEZ Rustica PRATIQUE DIRECTEMENT CHEZ VOUS



Votre compagnon Jardin, Cuisine, Maison, Nature, Bien-être.



Tous les trois mois, retrouvez dans **Rustica Pratique** des conseils et des fiches pratiques pour mieux vivre chaque saison au jardin et à la maison !

Offre 1 an
23,60 €
4 numéros

Offre 2 ans
47,20 €
8 numéros

PRP50

BULLETIN D'ABONNEMENT

Complétez le bulletin ci-dessous et retournez-le accompagné de votre règlement dans une enveloppe SANS L'AFFRANCHIR à :
RUSTICA PRATIQUE – Libre réponse 23102 – 60647 CHANTILLY CEDEX

+ SIMPLE + RAPIDE, ABONNEZ-VOUS

0 806 000 465 Service gratuit + prix appel — indiquez le code **PRP50T**

Par internet sur **abo.rustica.fr/ABORP50**

Oui, je me réabonne à Rustica PRATIQUE

☐ **Offre 1 an - 23,60 €** PRP501
4 numéros en versions papier et numérique

☐ **Offre 2 ans - 47,20 €** PRP502
8 numéros en versions papier et numérique

JE CHOISIS MON MODE DE PAIEMENT

- Chèque bancaire à l'ordre de Rustica
- Par carte bancaire / PayPal par internet sur **abo.rustica.fr/ABORP50**
  Paiement possible en 4x sans frais !

MES COORDONNÉES : M ☐ Mme ☐

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe : Mobile :

E - mail :

☐ **Oui,** Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans de Rustica.

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

Offres valables jusqu'au 30/09/2024 en France métropolitaine. 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 PRATIQUE pour la mise en place et le suivi de l'abonnement souscrit ainsi que pour l'envoi des courriers ou emails de réabonnement. Elles sont destinées à être utilisées par RUSTICA PRATIQUE et les prestataires techniques de RUSTICA PRATIQUE 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 rectifer en adressant un courrier à RUSTICA PRATIQUE - 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

VOS AVANTAGES ABONNÉS

- Frais de port offerts en France métropolitaine
- Recevez le magazine directement chez vous
- Version numérique incluse
- Gestion de votre abonnement en ligne à tout moment



H. NOACK/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

Des tuteurs à portée de main

Afin d'empêcher les grandes plantes de votre jardin de ployer sous leur poids, fabriquez des tuteurs naturels, qui se fondront dans le décor. Tuteurer n'a jamais été aussi simple !

Pas-à-pas

Il vous faut

- Tasseaux en bois de dimensions: l. 3 x ép. 1 cm
- Branches flexibles
- 1 scie
- 1 perceuse avec foret à bois

1. Découpez à l'aide d'une scie des tasseaux en bois de la longueur souhaitée, en fonction des plantes à soutenir. Puis, percez, le long de chaque tasseau, des trous distants les uns des autres d'environ 10 cm.

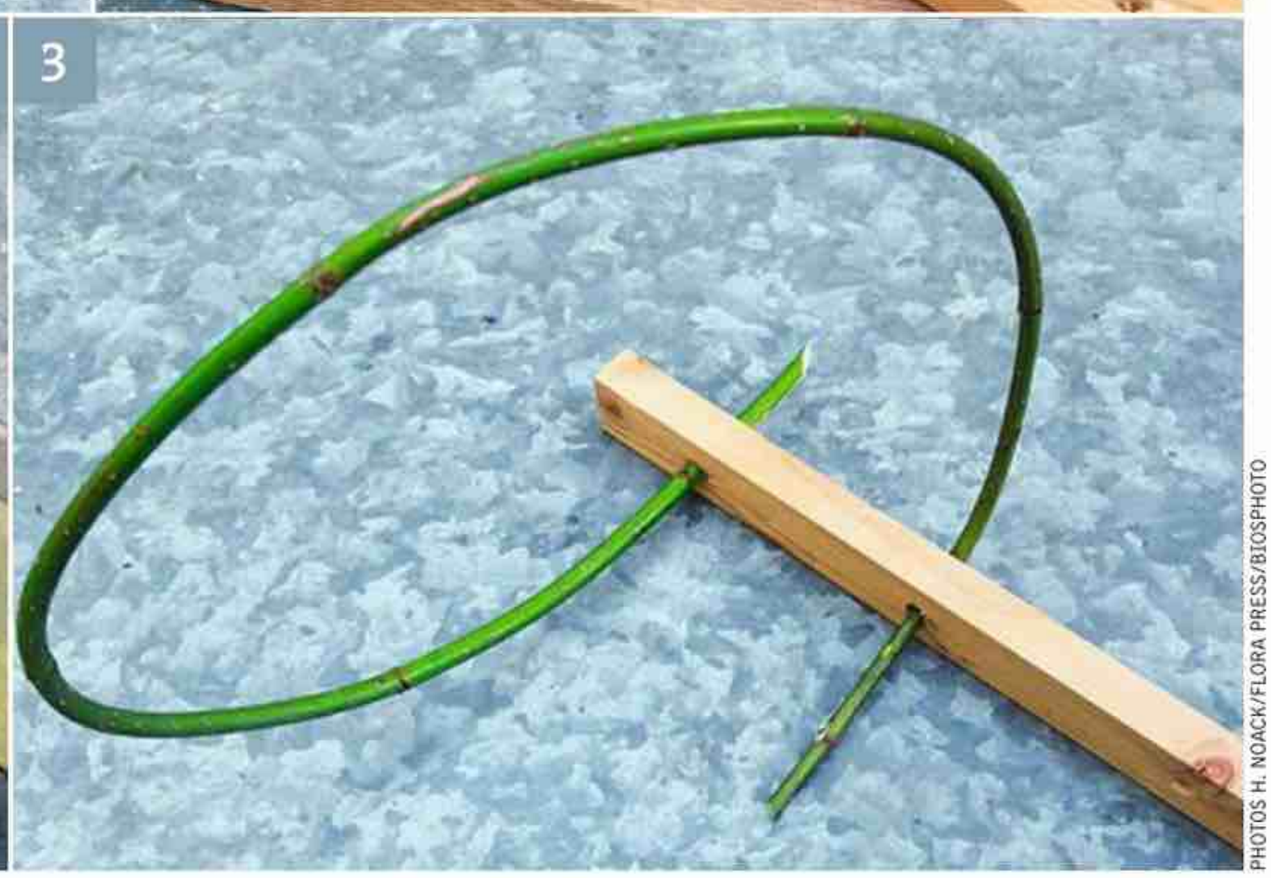
2. Sciez en biais l'extrémité opposée aux trous de vos tasseaux afin que celle-ci puisse pénétrer dans le sol.

3. Insérez dans les trous une branche végétale flexible en formant un cercle.









PHOTOS H. NOACK/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

Nature

116 Le pissenlit est doté de fleurs d'un jaune éclatant. Cueillez-le au jardin et créez des compositions originales qui feront entrer le soleil dans la maison.

120 Le printemps est la saison des amours pour la gent ailée. Sachez reconnaître les nids et les œufs dissimulés dans les arbres et les buissons.

© C. COUPPEY/BIOSPHOTO

Pas si peste, le pissenlit !

Aussi nommé dent-de-lion, le pissenlit est considéré comme une plante adventice. Il a pourtant plein d'atouts, dont sa fleur au soleil pareille.

Le nom scientifique du pissenlit, *Taraxacum officinale*, donne quelques indications sur les vertus de cette plante vivace tant redoutée des jardiniers. En effet, le terme botanique *officinale* rappelle que le pissenlit possède des propriétés détoxifiantes. Ses feuilles sont consommées en salade, mais aussi en infusion ou en teinture mère. Les racines, quant à elles, sont utilisées en décoction ou en extrait à la manière de compléments alimentaires. L'intérêt des phytothérapeutes pour cette plante riche en principes actifs est grand. Il l'est beaucoup moins pour les jardiniers qui ne voient guère dans le pissenlit que son tempérament conquérant et sa propension à envahir le terrain. Cette plante vivace très répandue en Europe produit en effet une rosette de feuilles découpées et dentées qui lui vaut le nom de dent-de-lion. Très vite, le feuillage s'étale et colonise le terrain, laissant peu de chances aux autres espèces – graminées dans un gazon ou fleurs horticoles dans un massif – de se développer.

Fugitif et renouvelé

Au cœur de la rosette s'épanouissent des tiges creuses couronnées par des fleurs plates et jaunes. Elles sont appréciées des abeilles et, récoltées fraîches, servent à confectionner vins et gelées. Les inflorescences sont ensuite remplacées par une ombelle d'aigrettes argentées – emblème d'une célèbre maison d'édition – permettant la dispersion "à tout vent" des graines qu'elles portent. Les fleurs cueillies lorsque les boutons commencent à s'ouvrir conviennent pour de petites compositions florales d'allure champêtre. Collectée tôt le matin et mise immédiatement dans l'eau, la fleur de pissenlit ne dure cependant que d'un à trois jours. Cette tenue en vase très fugitive est cependant compensée par une longue période de floraison d'avril à octobre. L'approvisionnement en donc largement assuré !

Le pissenlit cultivé, un concentré de bienfaits

- **Semis :** mars à juin
- **Récolte :** janvier à avril

Le pissenlit de culture se distingue par des feuilles petites, nombreuses et tendres.

Variétés conseillées

▶ Au XIXe siècle, l'espèce sauvage est améliorée par les Éts Vilmorin qui proposent des variétés telles que 'Amélioré à cœur plein' mais aussi 'Amélioré très hâtif' et 'Vert de Montmagny amélioré'.

Culture

▶ Semez en ligne, éclaircissez à 10 cm et récoltez les jeunes feuilles vertes ou blanchies (elles sont moins amères).



V. QUÉANT/RUSTICA

1. Créez cette suspension avec un fil de fer fin entourant un vase en verre. Garnissez-le de pissenlits et marguerites. Accrochez avec un ruban.

2. Tressez cette couronne de fleurs d'amélanchier, de pissenlits et d'aspérules odorantes : tressez les fleurs sur un rond en osier ou en mousse des fleuristes. Puis suspendez cette composition à l'aide d'un ruban jaune.

3. Composez un bouquet uniquement dans les tons jaunes : pissenlits et renoncules dans un vase rempli d'eau placé dans une panière en osier.





1 2

3

FLORA PRESS/BIOSPHOTO

PHOTOS F. STRAUSS/BIOSPHOTO



1



2

PHOTOS F. STRAUSS/BIOSPHOTO

1. **Dans un plateau,** entrelacez pissenlits, bugles, lamiers, pulmonaires et renoncules. Ajoutez de la mousse naturelle et des petites pommes de pin.

2. **Sur un fil,** suspendez des fleurs pour former une guirlande végétale originale.

3. **Un pot en zinc** accueille un bouquet où le jaune des pissenlits contraste avec le violet du lilas.

4. **Ce bouquet** de fleurs d'hortensia et de pissenlits au charme rétro est disposé dans un broc ancien.

5. **Sur le chemin de table**, dans chaque assiette, les bouquets de pissenlits de différentes tailles égayent la tablée.





3 4



5

FLORA PRESS/BIOSPHOTO



M. MIERZEJEWSKI/SHUTTERSTOCK

À qui est ce nid dans mon jardin ?

Le printemps est la grande période de reproduction de nombreux oiseaux. Si de bonnes conditions sont réunies, ils peuvent fonder leur famille chez vous.

Selon une étude publiée au printemps 2023 dirigée par deux scientifiques du CNRS, ce sont 25 % des oiseaux qui ont disparu en Europe depuis 1980. Cela conforte les chiffres qu'avaient déjà publiés le Muséum national d'histoire naturelle et le CNRS en 2021, annonçant une disparition programmée de 30 % de nos oiseaux communs. Ainsi, les populations de moineaux domestiques qui égayent nos villes et villages connaissent, elles aussi, un fort déclin : 75 % en seulement 13 ans ! De nombreuses causes environnementales expliquent cet inquiétant déclin. Parmi celles-ci, on note la raréfaction des sites de reproductions. Nombre d'oiseaux ne trouvent plus les conditions nécessaires à leur nidification.

Gîte et couvert

Si, pour le particulier, il n'est guère possible d'agir sur l'extension des milieux urbains et la bétonisation, comme sur l'abattage des haies dans les campagnes, il lui est loisible de créer de bonnes conditions pour le retour de la gent ailée dans son jardin. La meilleure façon de les attirer est de satisfaire leur appétit. Ils séjournent volontiers dans un espace garni d'arbustes produisant baies et fruits. Certains oiseaux sont granivores, d'autres frugivores et d'autres encore insectivores – des alliés pour le jardinier. Retenez que les volatiles ne mangent pas à l'endroit où ils nichent. Si vous installez des nichoirs, éloignez-les donc des mangeoires. Et pour aider les espèces cavernicoles, veillez à ne pas boucher tous les trous et fissures des murs et bâtiments (laissez-leur une place dans la cabane à outils ou le mur du jardin). Si vous trouvez un nid, surtout ne le déplacez pas et ne touchez pas aux œufs, les parents ne doivent pas être loin. Sachez que la destruction d'un nid d'une espèce protégée est punie par la loi !

Opérations sous surveillance

Dans votre jardin, pour favoriser la reproduction des oiseaux, plantez des haies bocagères qui réunissent des végétaux à baies. Privilégiez les espèces locales, en les variant : elles constitueront un garde-manger pour nombre d'espèces. Laissez traîner du bois mort, des feuilles mortes, des brindilles, voire des poils d'animaux qui procurent les matériaux pour l'édification des nids. Attention à la taille et à l'élagage des haies, arbres et arbustes ! Opérez de novembre à février, avant la période de nidification. Si vous devez absolument pratiquer une taille, assurez-vous, avant toute intervention, que le végétal n'abrite aucune nichée. Pour les haies libres, taillez-les un an sur deux, par roulement. Enfin, gardez une bande de pelouse non tondue qui enrichira la biodiversité et, de ce fait, offrira plus de nourriture aux oiseaux.



I. INSHYNA/SHUTTERSTOCK

Accenteur mouchet

Prunella modularis

En raison de son plumage marron marqué de noir, ce Prunellidé peut être confondu avec le moineau. Il fréquente les buissons denses des jardins.



P. C FOX/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON ERNI/SHUTTERSTOCK

Nidification

▶La femelle construit seule le nid. Sur une base de brindilles, il est composé de mousse, d'herbes sèches et son intérieur est garni de crin, de mousse et de radicelles. D'un diamètre de 8 cm et d'une épaisseur de 5 à 6 cm, il est dissimulé dans un buisson touffu ou un petit conifère, à faible hauteur, entre 30 et 160 cm du sol.

Ponte et couvée

▶Le mâle n'est guère fidèle et les accouplements ont lieu entre avril et août. La femelle pond de 3 à 6 œufs. Vu leur couleur bleu vif, on comprend pourquoi le nid est bien caché. La femelle va couver les œufs pendant deux semaines. Les oisillons séjournent au nid durant 10 à 14 jours. Ils le quittent en ne sachant pas toujours bien voler. Sous nos climats, il y a généralement une seconde couvée dans l'année.

Bergeronnette grise

Motacilla alba

Reconnaissable à son vol ondulé typique, ce Motacillidé arbore un plumage blanc et noir, nuancé de gris, au dimorphisme sexuel limité.



MAKSIMILIAN/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON P. LUNA/SHUTTERSTOCK

Nidification

▶La saison de reproduction s'étend d'avril à août. Après avoir établi son territoire, le mâle séduit la femelle. Même si cette dernière fait le plus gros du travail, les deux partenaires construisent le nid dans une anfractuosité : dans une fissure, du bois stocké, sous un toit, etc. Ils le bâtissent en tiges, herbes, radicelles, mousse. En forme de coupe, il est garni de poils, de laine et de plumes.

Ponte et couvée

▶La femelle dépose dans le nid 5 ou 6 œufs gris-bleu et tachetés de brun. Leur incubation dure une quinzaine de jours. Durant leurs 5 premiers jours, les oisillons sont couvés par la femelle, le couple de parents se relayant pour les nourrir. Les jeunes quittent le nid au bout de 2 semaines, mais ils restent aux alentours. La seconde reproduction peut avoir lieu.

Bruant zizi

Emberiza cirlus

Ce passereau affectionne les endroits ensoleillés. Il se montre discret, sauf lorsque, au printemps, le mâle chante sur un perchoir bien exposé.



M. GUNTHER/BIOSPHOTO - MÉDAILLON F. DESMETTE/BIOSPHOTO

Nidification

►Dès la fin mars et jusqu'en août, cet oiseau sédentaire se reproduit. Le mâle volette avec des brins d'herbe dans le bec afin qu'une femelle séduite se mette au travail et construise un nid. Édifié à faible hauteur, à moins de 1, 50 m du sol, il est bâti dans un arbuste dense, un buisson touffu, une plante grimpante. Il est constitué de tiges et d'herbes sèches, puis garni de poils et fibres.

Ponte et couvée

►La femelle y dépose 3 ou 4 œufs, plutôt grisâtres avec des taches brunes. Ils seront incubés uniquement par la femelle pendant 11 à 13 jours. Après leur éclosion, les oisillons restent au nid pendant 10 à 13 jours. Les deux adultes assurent leur nourriture. Puis, les jeunes bruants zizis prennent leur envol. Une deuxième couvée a lieu au printemps, et parfois une troisième en été.

Chardonneret élégant

Carduelis carduelis

Ce granivore se reconnaît à son chatoyant plumage et à son chant agréable. Plus petit qu'un moineau, il a un vol rapide et ondulant.



V. VISHNEVSKIY/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON F. DESMETTE/BIOSPHOTO

Nidification

►Si les couples peuvent se former dès février, l'édification d'un nid commence au mois d'avril. La femelle le construit dans la fourche d'un arbre, près de l'extrémité d'une branche, située en hauteur (2 à 10 m). Parfois, ce bel ouvrage tombe en raison du vent. Compact et en forme de bol, il est tressé serré de radicelles et d'herbes sèches. La finition est soignée, l'intérieur est tapissé d'éléments doux: laine, plumes, aigrettes, chatons de saule...

Ponte et couvée

►Pendant 12 à 14 jours, la femelle assure seule l'incubation de la ponte comprenant 5 ou 6 œufs bleu pâle, tachetés de brun rougeâtre. Les jeunes sont nourris par leurs parents, puis quittent le nid après 14 ou 15 jours. Les adultes assurent encore leur pitance pendant une semaine avant leur envol définitif. La seconde ponte peut avoir lieu.

Grive musicienne

Turdus philomelos

Ce Turdité doit son nom à son chant puissant et mélodieux, qu'il pousse perché en haut d'un arbre. Un plus pour le jardinier: il se régale d'escargots!

Nidification

▶Les couples se forment à la sortie de l'hiver pour s'accoupler au début du mois d'avril. Contre le tronc d'un arbre, à un endroit plutôt sombre et assez haut (entre 1 et 4 m), la femelle édifie un nid d'assez bonnes dimensions au moyen de brindilles, d'herbes sèches et de mousse. Ensuite, elle le consolide en tapissant l'intérieur avec sa poitrine d'une couche de boue et de fibres de bois.

Ponte et couvée

▶La femelle dépose dans le nid de 3 à 5 œufs reconnaissables à leur teinte bleu-vert vif, portant des petites taches brun-noir. L'incubation dure 13 jours environ. Puis les petits sont nourris par les parents et restent au nid 15 jours. Ils y seront nourris et protégés pendant 2 à 3 semaines. Suivant la prédation (la mortalité s'élève à 52 % au cours de la 1re année), il y a 2 ou 3 pontes par an.



V. VISHNEVSKIY/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON R. ZWERVER/SHUTTERSTOCK

Linotte mélodieuse

Linaria cannabina

De la taille d'un moineau, ce Fringillidé se rencontre toute l'année. Au printemps, le front et la poitrine du mâle deviennent rouge vif.

Nidification

▶Le couple se forme pour toute la saison. Le mâle défend le territoire sur lequel se situera le nid. Après les parades, la femelle le construit, seule, dans un buisson bas, souvent épineux, malheureusement aussi exposé à la vue des prédateurs. C'est une petite coupe constituée de radicelles, brindilles, herbes... L'intérieur est tapissé de plumes, de laine.

Ponte et couvée

▶La ponte comprend de 4 à 6 œufs d'un bleu pâle parsemé de petites taches brun-rose, concentrées sur la partie renflée. L'incubation assurée par la femelle dure 12 jours. Le couple nourrit les oisillons pendant 15 jours, puis encore quelques jours après l'envol. Aussitôt, la femelle construit un nouveau nid (le premier étant trop souillé par les fientes) pour accueillir la seconde ponte.



M. JONES/FRANK LANE PICTURE AGENCY/BIOSPHOTO - MÉDAILLON Y. BALAGULA/SHUTTERSTOCK

Merle

Turdus merula

On reconnaît ce Turdité, présent toute l'année dans les jardins et en ville, à son plumage noir brillant uniforme et à son bec jaune orangé.

Nidification

►La période de reproduction démarre tôt, dès la fin février. Une fois la merlette séduite par le mâle, qui surveille le territoire, elle édifie le nid à la fourche d'une branche, dans une haie, un bosquet, un trou de mur... entre 1 et 3 m de hauteur. D'un diamètre de 15 cm, il est fait de brindilles entrelacées, de tiges, d'herbes sèches. Il est renforcé par un mortier de boue. La garniture interne est très hétéroclite : papier, ficelle, plastique...

Ponte et couvée

►De 3 à 6 œufs, d'un ton vert clair, mouchetés de brun-roux, y sont couvés par la femelle durant 2 semaines. Après l'éclosion, les jeunes sont nourris durant 12 jours par leurs 2 parents. Ces derniers les alimentent encore pendant 3 semaines après l'envol. Le nid est alors libre pour accueillir une seconde ponte.



MIKKOLA/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON F. DESMETTE/BIOSPHOTO





D. DELFINO/BIOSPHOTO - MÉDAILLON IMAGEBROKER ON OFFSET/SHUTTERSTOCK

Mésange charbonnière

Parus major

Star des jardins, cet élégant et très coloré Paridé chante en toutes saisons. Peu farouche, il se laisse approcher par l'homme.

Nidification

►C'est au printemps, qu'a lieu la nidification. Cette espèce cavicole (qui installe son nid dans une cavité) se dérobe à la vue des prédateurs. Le mâle attire la femelle vers une loge : trou d'arbre ou de mur. Ce peut-être un nichoir ou... une boîte aux lettres ! L'édification est l'œuvre de la femelle. Elle opère avec des brindilles, radicelles, feuilles, mousses et des plumes et des poils pour l'intérieur.

Ponte et couvée

►La ponte comporte de 5 à 12 œufs, voire davantage. Blancs, ils sont tachetés de brun-roux. L'incubation, assurée par la femelle, dure de 13 à 14 jours. Les oisillons restent au nid 3 semaines, nourris par le couple qui effectue d'incessants va-et-vient à la recherche de la pitance. Puis, 3 autres semaines sont nécessaires avant qu'ils ne soient indépendants et que se prépare la 2de ponte.

Moineau domestique

Passer domesticus

Présent à la campagne comme en ville, c'est le plus commun de nos passereaux. Mais ces effectifs diminuent. Faites-lui une place au jardin!

Nidification

▶Dès janvier, le mâle lance son chant de séduction. Puis, il jette son dévolu sur une cavité (dans un arbre, un mur, un nichoir, sous un toit), toujours en hauteur, qu'il défend. Si une femelle la visite, le couple se forme, souvent en avril. Ils garnissent le trou de paille, herbes sèches, laine, ficelle qu'ils mettent en boule pour former un nid, consolidé par des plumes et des crins.

Ponte et couvée

▶La femelle dépose dans le nid 5 ou 6 œufs, de couleur blanche, bleuâtre ou verdâtre, constellés de nombreuses taches grises ou brunes. Pendant 11 à 14 jours, ils sont couvés le jour par les 2 parents à tour de rôle, la femelle assurant seule la "permanence de nuit". Puis, les jeunes sont nourris au nid durant 15 jours, et prennent leur indépendance 8 jours après l'envol. Il y a de 2 à 4 nichées par an.



A. B. SCHROEDER/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON N. Z. PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK

Pinson des arbres

Fringilla coelebs

Facile à identifier, ce Fringillidé n'est pas des plus farouches au jardin. Infatigable mélomane, il fait retentir son chant à partir de février.

Nidification

▶Le mâle détermine l'emplacement du nid, souvent dans la fourche d'un arbre ou un buisson, entre 2 et 6 m de hauteur. Puis, il confie à la femelle le soin de le construire, lui défendant le territoire. Se fondant dans le décor, celui-ci est une coupe de tiges, mousse, fibres végétales et radicelles, dont l'extérieur est garni de lichens et de fil d'araignée, et l'intérieur de plumes et de poils.

Ponte et couvée

▶La femelle pond 5 ou 6 œufs coniques. Leur couleur de fond varie: bleu pâle ou verdâtre, vert olive vif, brun terne, mais ils sont toujours parsemés de taches plus foncées. Couvés par la femelle, ils éclosent au bout de 12 à 14 jours. Les jeunes sont nourris par leurs 2 parents pendant 15 jours, puis ils quittent le nid, laissant la place à la seconde nichée.



YK/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON F. DESMETTE/BIOSPHOTO

Pouillot véloce

Phylloscopus collybita

Ce Phylloscopidé ne viendra nicher dans votre jardin que s'il y trouve un espace naturel propice : bande herbeuse, haie, buisson, arbustes...

Nidification

▶Une fois la femelle séduite par la parade du mâle, elle se lance dans la construction du nid. Au sol ou à une hauteur de 20 cm au maximum, il est dissimulé dans les herbes, au pied d'un buisson. Sphérique, il est constitué d'herbes sèches entrelacées, de feuilles mortes, de brindilles, de mousse. Il est garni de plumes et de poils.

Ponte et couvée

▶La femelle pond en moyenne 5 ou 6 œufs blancs maculés de brun et de mauve sur leur grosse extrémité. Elle couvera seule pendant 13 à 15 jours. C'est elle aussi qui assurera en grande partie le nourrissage des oisillons durant leur séjour au nid, soit 15 jours. Leur émancipation réclame une quinzaine de jours à nouveau. Une seconde couvée peut intervenir dans les régions où le pouillot véloce est sédentaire.



A.TROOST/BUITEN-BEELD/BIOSPHOTO - MÉDAILLON F. DESMETTE/BIOSPHOTO

V. VISHNEVSKIY/SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON M.SCHAEF/BIA/BIOSPHOTO

Rouge-gorge

Erithacus rubecula

Tout au long de l'année, ce petit passereau rondelet nous gratifie de son chant mélodieux. C'est sa façon de marquer son territoire.

Nidification

▶Lors de la parade nuptiale, le mâle offre des proies à la femelle. Séduite, elle fabrique seule un nid placé au sol ou à très faible hauteur qu'elle cache dans les feuilles mortes, les herbes et adosse à un talus, un muret. Faite de brindilles, d'herbes, de feuilles sèches, de mousse, cette coupe assez profonde est tapissée de crin végétal et de poils d'animaux, mais jamais de plumes.

Ponte et couvée

▶La ponte comporte de 5 à 7 œufs de couleur blanchâtre, constellés de points marron à gris. Nourrie par le mâle, la femelle couve durant 11 à 14 jours. Puis les parents assurent le nourrissage des oisillons pendant 12 à 15 jours. Après avoir quitté le nid, les jeunes restent en leur compagnie pendant encore 3 semaines. Leur émancipation signe le temps de la seconde couvée.

Bien dans ma vie

130 Pour soulager les tensions et petites douleurs du quotidien, apprenez à pratiquer l'automassage en suivant les conseils d'une professionnelle.

134 Élisabeth Heim conserve aux fleurs séchées, grâce à sa technique de séchage, toute leur beauté qu'elle met en valeur dans ses œuvres.

138 Partez à la rencontre de la faune sauvage dans les plus beaux parcs animaliers de France. Un "voyage" dépaysant pour toute la famille.

DANIEL XD/SHUTTERSTOCK

Je pratique l'automassage

Pour vous sentir bien dans votre corps, apprenez cette technique permettant d'apaiser tension et douleurs.

Qui, ayant ressenti quelques douleurs ou des contractures dues à un rythme de vie stressant, n'a pas rêvé d'un bon massage relaxant ? Comme l'on n'a pas forcément un masseur à disposition, il est intéressant de connaître les techniques de l'automassage. Pour soulager des maux ou s'offrir un moment de détente, ces mouvements sont efficaces et simples à mettre en œuvre. Naturopathe et formatrice, Christiane Dildée recommande les vertus de cette pratique millénaire. *"Elle fait intégralement partie de notre vie. Vous ressentez une douleur ? Vous allez instinctivement appuyer sur un point névralgique pour la soulager. Vous venez alors de pratiquer, sans le savoir, la technique du pointé."*

Sérénité retrouvée

Les autres techniques sont l'effleurage (un massage légèrement plus appuyé qu'une caresse), le lissage (les mains à plat sur la peau, la paume semblant repasser doucement sur celle-ci) et le pétrissage (les mains soulevant la peau comme pour la "détacher" des os et la malaxer comme une pâte à pain). D'une durée de 30 min, ces massages peuvent se pratiquer à tout moment de la journée, mais il est préférable de le faire dans une atmosphère calme pour un meilleur lâcher-prise permettant de profiter pleinement de leurs vertus. Il n'est nul besoin de matériel, ils peuvent se pratiquer sans rien. Christiane précise : *"Sur le plan psychologique, l'automassage apporte calme et sérénité. Il permet de se faire du bien, de reprendre contact avec son propre soi et d'accepter son corps."*



En cas de stress, détendez votre mâchoire en la massant.

AIJIRO/SHUTTERSTOCK

Les conseils de Christiane Dildée


DR

À qui peut s'adresser l'automassage ?

Ces gestes conviennent à tout le monde et chacun peut les pratiquer, dès le plus jeune âge. Dès que l'enfant est autonome et en conscience de ses mouvements, il le fait même spontanément : lorsqu'il a mal, il va naturellement masser la zone sensible.

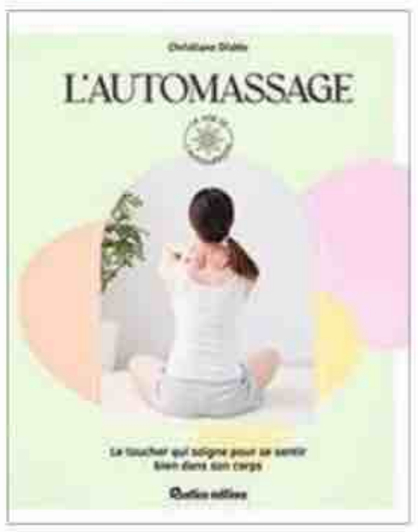
Existe-t-il des contre-indications ?

Cette pratique est déconseillée sur une peau lésée, après une opération chirurgicale et si l'on a de la fièvre. En effet, lorsque l'on est fiévreux, nous luttons déjà contre l'infection : il ne faut donc pas ajouter des mouvements qui risqueraient de nous fatiguer davantage. Lors de l'automassage, c'est tout le corps qui est impliqué : même si l'on ne masse qu'une zone, les pieds par exemple, tout le corps est en mouvement. Ce n'est pas une pratique médicale ou de la kiné. Cela ne se substitue pas à un traitement. En cas de doute, il faut consulter son médecin traitant.

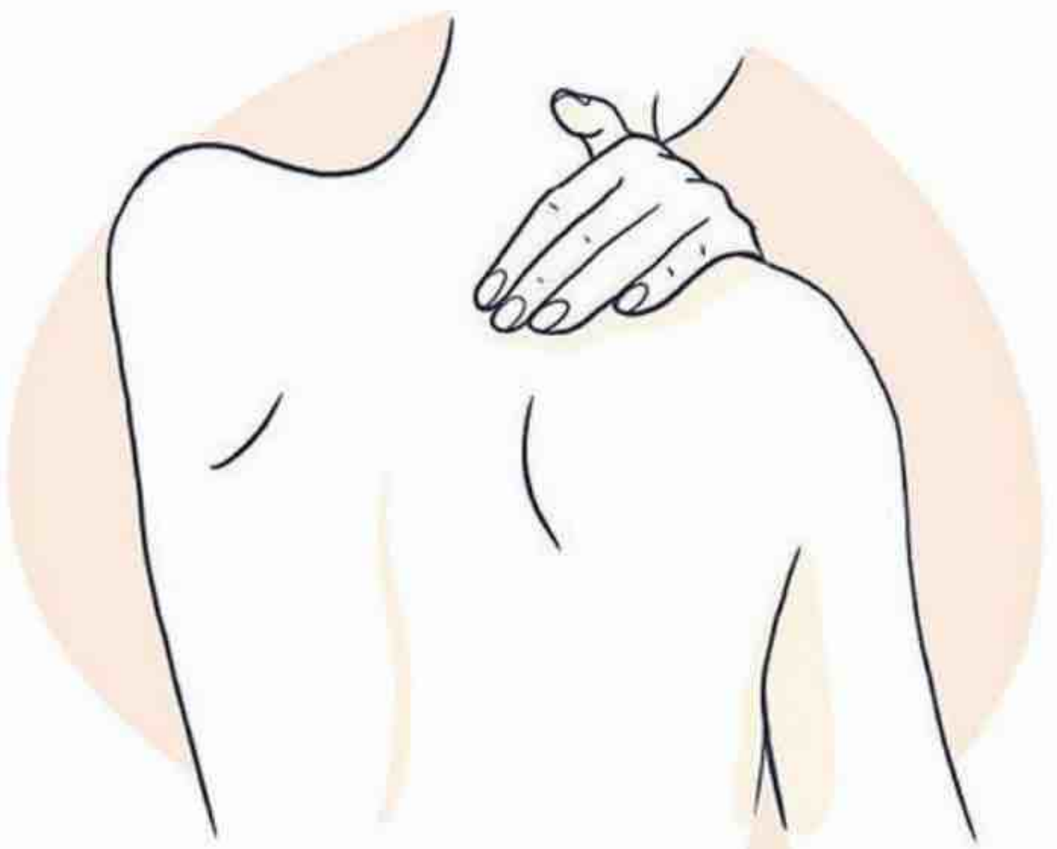
À quelle fréquence pratiquer ? En préventif ?

Le nombre de séances est variable. On peut se masser ponctuellement pour soulager une douleur soudaine telle qu'un mal de tête, une contraction musculaire... Mais idéalement, il faudrait se faire un automassage chaque jour, même lorsque l'on est en pleine santé. Ainsi, l'on ressentira au maximum les bienfaits de la méthode qui s'utilise à titre préventif, mais peut accompagner un traitement médical avec, bien sûr, l'avis de son médecin.

***L'automassage*, de C. Dildée, Rustica éd., 96 p., 11,95 €.**



Les épaules


A. ALZIEU/L'AUTOMASSAGE/RUSTICA EDITIONS

► Empoignez avec votre main gauche les chairs de l'arrière-bras droit. Positionnez la paume à l'intérieur du bras et encerclez-le en posant les doigts sur l'extérieur. Exercez une pression croissante en remontant jusqu'à l'épaule, puis redescendez en effleurage jusqu'au poignet. Répétez ces gestes 3 fois.

► Posez votre paume gauche sur la face antérieure de l'épaule droite, enlacez-la en posant les doigts sur sa face postérieure et pétrissez l'épaule droite. Faites 3 allers-retours de l'extérieur de l'épaule à la naissance du cou en augmentant la pression à chaque fois. Insistez le long des trapèzes.

► À l'aide de la pulpe de votre pouce, faites des pressions de plus en plus appuyées pendant 1 min, en effectuant le même parcours que précédemment, en insistant bien dans la jonction des trapèzes et du cou.

► Enchaînez avec 30 s d'effleurage avec votre main gauche partant de l'épaule et allant jusqu'à la main droite. Vous pouvez l'effectuer en plusieurs passages.

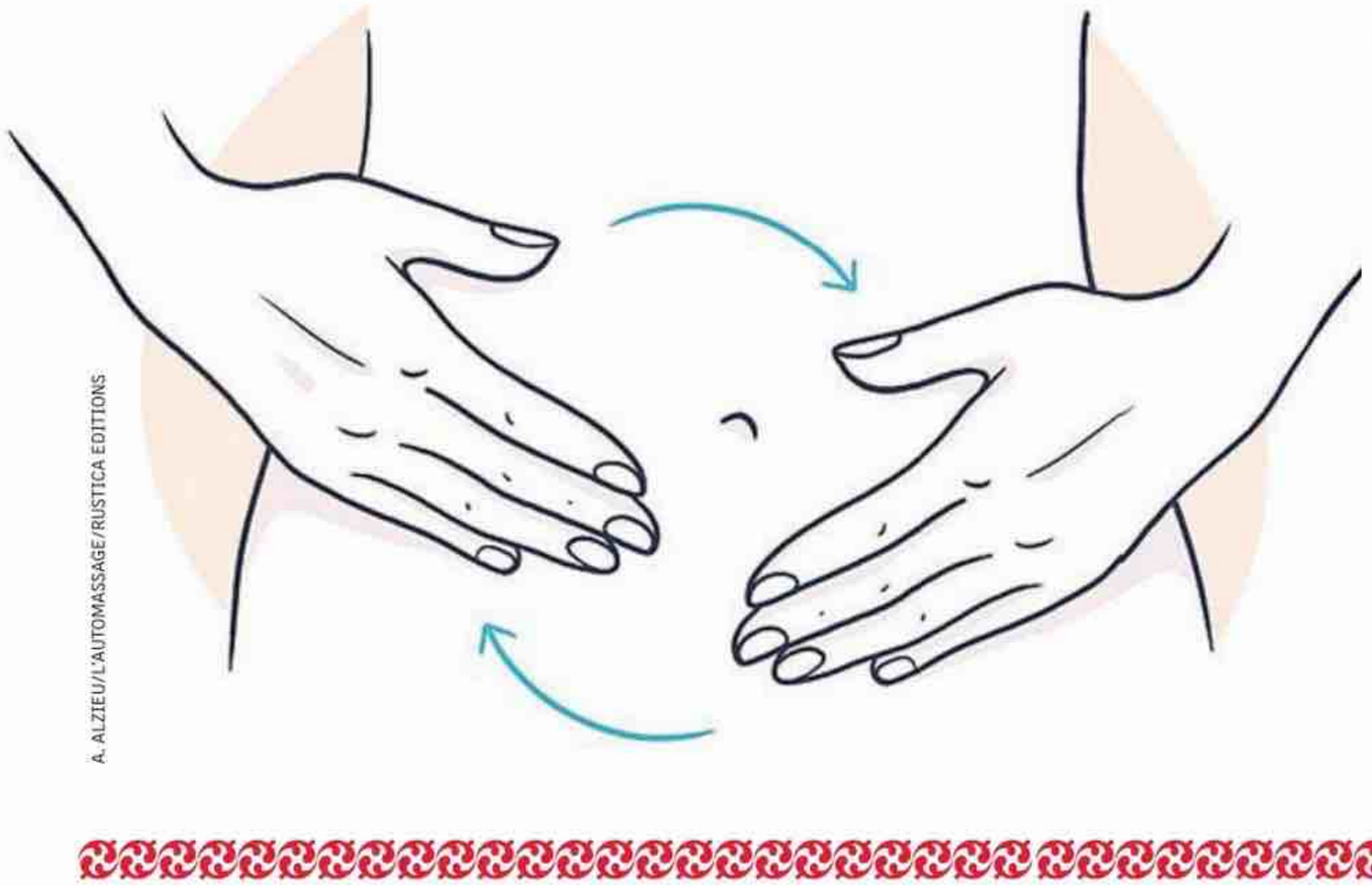
► Répétez les manœuvres ci-dessus, cette fois sur le bras gauche.

Les ballonnements

► Commencez par trois effleurements d'intensité variable (douce, moyenne et forte) pendant 1 min sur toute la surface du ventre, les mains bien à plat, en cercle, dans le sens des aiguilles d'une montre.

► Effectuez la même action, en exerçant des pressions de plus en plus profondes, pendant 2 min. La première pression sera légère, la deuxième moyenne et la troisième plus profonde, afin de déloger les gaz et de les remettre en circulation pour permettre leur évacuation. Utilisez la pulpe de vos doigts: vous devez légèrement les plier afin d'obtenir un creux empêchant la paume des mains d'être en contact avec la peau.

► Pétrissez la chair de votre ventre entre vos doigts, en la roulant dans le sens des aiguilles d'une montre pendant 2 min. Commencez par les chairs situées à droite, au-dessus de l'os iliaque (l'os pointu de la hanche) pour remonter jusqu'à la naissance des côtes. Redescendez enfin au-dessus de la pointe de la hanche gauche en passant par le haut de l'abdomen. Le premier pétrissage doit être léger, le deuxième et le troisième, plus en profondeur.



A. ALZIEU/L'AUTOMASSAGE/RUSTICA EDITIONS

La circulation sanguine

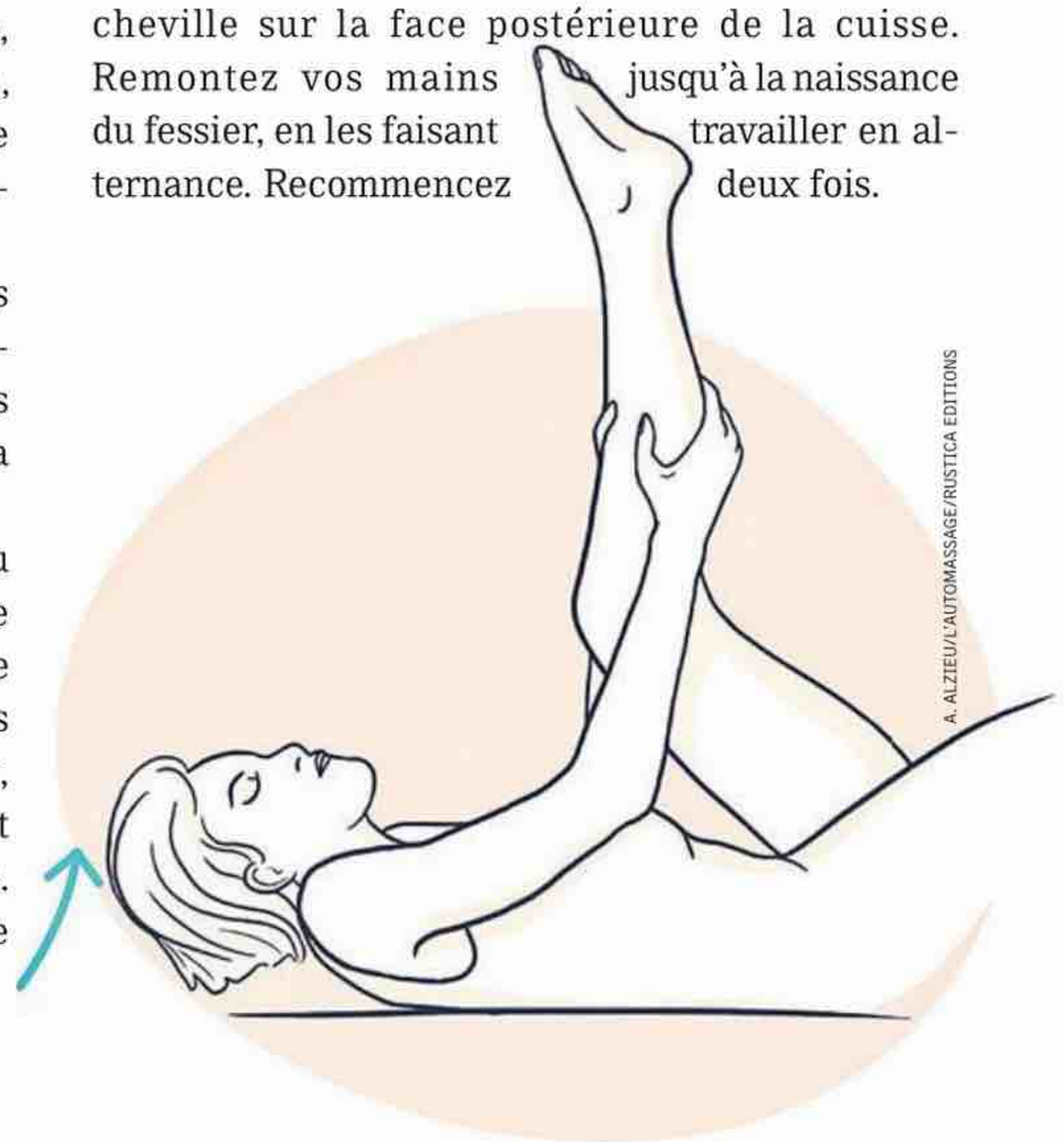
► Asseyez-vous en tailleur ou sur une chaise et posez le pied droit sur la cuisse gauche.

► Selon la méthode des trois touchers (effleurage, digito-pression douce, digito-pression forte), concentrez-vous sur la zone des coussinets située sur la plante des pieds, juste au-dessous de la naissance des orteils, pendant 1 min et 30 s.

► Dans un second temps, nous agirons sur les veines qui assurent la circulation retour, permettant l'élimination des déchets organiques des tissus vers les différents émonctoires (foie, poumons, pores de la peau, intestins et reins).

► Couchez-vous confortablement sur le dos, au contact d'une surface ferme. Relevez votre jambe gauche, à la verticale, pied gauche pointé vers le ciel. Soulevez légèrement votre tête et vos épaules du sol pour enlacer de vos deux mains votre mollet, paumes bien à plat sur la surface de la peau, et descendez doucement le long de la cuisse gauche. Finissez le mouvement du bout des doigts dans le pli de l'aine. Recommencez deux fois.

► Tout en conservant la posture, positionnez vos mains pliées en pince de crabe au niveau de la cheville sur la face postérieure de la cuisse. Remontez vos mains jusqu'à la naissance du fessier, en les faisant travailler en alternance. Recommencez deux fois.



A. ALZIEU/L'AUTOMASSAGE/RUSTICA EDITIONS

La mâchoire

► Ouvrez et refermez la bouche plusieurs fois afin de repérer l'articulation de la mâchoire, puis faites, durant 1 min, des petits pointés circulaires, lents et réguliers sur celle-ci, tout en ouvrant et fermant la bouche.

► Placez vos pouces à chaque extrémité de la mâchoire, à l'arrière du menton. Effectuez, durant 2 min, des petites pressions vers le haut, en ramenant progressivement vos pouces vers le menton. Recommencez en augmentant l'intensité des pressions.

► Faites ces manipulations en appuyant vos coudes sur une table, afin d'être plus détendu. Surtout, il faut agir dès que la tension apparaît, afin de ne pas laisser la douleur s'installer.



A. ALZIEU/L'AUTOMASSAGE/RUSTICA EDITIONS

Nouveautés



1. Rouge à lèvres bio (4 teintes) à la composition naturelle (100 %).
Comme avant (4 g), 14 € env.

2. Brume aux ingrédients naturels pour parfumer la maison et le linge.
Maia, 8 € env. les 100 ml.

3. Bougie parfumée à la cire végétale et rechargeable, siglée JO.
Estéban (180 g), 23 € env.

4. Baume à lèvres protecteur teinté aux huiles de ricin et de tournesol.
Body nature (15 ml), 10 € env.

5. Mousse pour ôter les cellules mortes et lisser le grain de peau.
Garancia, Pschitt (100 ml), 30 € env.

6. Crème combattant le stress oxydatif et apaisant les inflammations.
Ekstrasens, Agility (75 ml), 20 € env.

7. Gel contour des yeux, hydratant et repulpant, contre les signes de l'âge.
Paula's Choice (15 ml), 40 € env.

8. Soin antipollution luttant contre le vieillissement de la peau.
Guérande (50 ml), 30 € env.

9. Lotion nourrissante et fondante pour les mains, à l'huile d'olive vierge.
L'Olivier de Léos (290 ml), 26 € env.



1



2

3

Passionnément fleurs avec Élisabeth Heim

Cette artiste a su donner un nouveau souffle aux créations en fleurs séchées en leur apportant de la modernité. Sa technique assure une très longue vie à ses tableaux.

Enfant, en rentrant de l'école, Élisabeth Heim cueillait des fleurs sur les talus pour les offrir à sa mère. Et, à l'occasion de ses vacances à la montagne, elle mettait quelques fleurs sous presse. C'est dire si la passion pour les fleurs l'anime depuis toujours. Après avoir décroché le diplôme de l'École supérieure d'art moderne de Paris (75), elle choisit de s'installer dans une ville de province, et participa à un atelier pour l'intégration des nouveaux arrivants. Elle y réalisa des tableaux en fleurs. Puis ce fut sa première exposition. Devant le succès rencontré, elle poursuivit dans cette voie. Suite à son déménagement dans le Sud-Ouest, cette autodidacte prend part à des salons des métiers d'art. *"Il existe une analogie entre les tissus et les fleurs. Le tulle est transparent comme les pétales, la pensée ressemble à du velours. Avec le tissu, on crée des patchworks. J'ai fait de même avec les végétaux."*

Jardin secret

De retour à Blois (41), elle peut cultiver ses propres fleurs dans son grand jardin. Un Japonais lui achète des tableaux pour une exposition au pays du Soleil-Levant. Elle part y animer une conférence, découvre l'oshibana (composition à base de fleurs pressées) et visite un atelier de séchage de fleurs. De retour en France, elle reproduit leur façon de sécher. *"Je cueille les fleurs (60 000 par an !) juste après leur éclosion, en été, en fin de matinée ou dans l'après-midi, jamais quand elles sont mouillées. Je les mets sous presse dans le quart d'heure qui suit la récolte. Dans la presse, je ne mets toujours qu'une seule variété car les temps de séchage varient d'une espèce à l'autre. Le papier absorbant est changé tous les jours pendant les 3 premiers jours."* Une fois les fleurs séchées, elle les trie par catégorie et couleur et les met en sachets. Elles peuvent ainsi se conserver pendant des années. *"Parfois, dans mes conteneurs, je retrouve des trésors."* Grâce à cette méthode de séchage entre deux voiles de chanvre et des couches de papier absorbant, l'humidité ne remonte pas dans les fleurs. Une fois sèches, elles gardent leur couleur pour très longtemps. *"La nature est magnifique. Que ce soit sur du papier, du verre, du bois, du tissu, on peut jouer avec la transparence, la texture et la forme des fleurs. Les possibilités sont infinies."* ■

1. Boule décorative en papier mâché sur laquelle sont collées les fleurs séchées.

2. Tableau réalisé sur un carton et protégé par un verre : fleur de courgette, cosmos, rose trémière, fritillaire, etc., figurent des maisons.

3. Ces kakémonos (parchemins japonais suspendus), placés devant une fenêtre, tel des stores, jouent des transparences.



PHOTOS LES FLEURS D'ÉLISA/SP

Les fleurs récoltées au jardin sont mises en sachets.

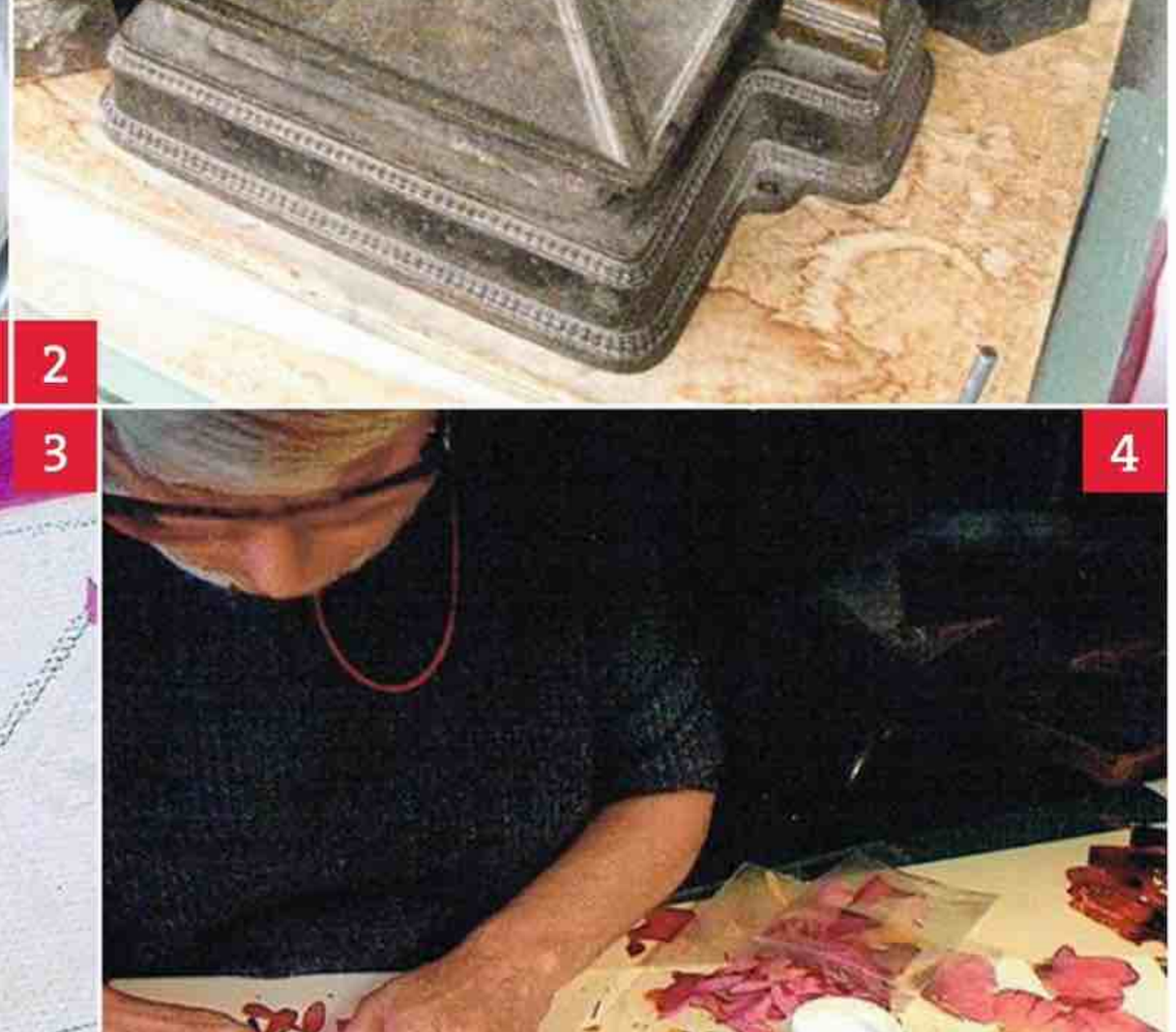
1. Coupées juste sous les pétales, les fleurs sont disposées entre 2 voiles de chanvre, puis prises entre 2 couches de papier absorbant.

2. Les couches de fleurs sont mises sous une presse (ou de gros livres). Élisabeth Heim vérifie chaque jour l'avancée du séchage.

3. Élisabeth dessine au crayon le motif désiré sur le support qui est amené à recevoir les différents pétales des fleurs séchées.

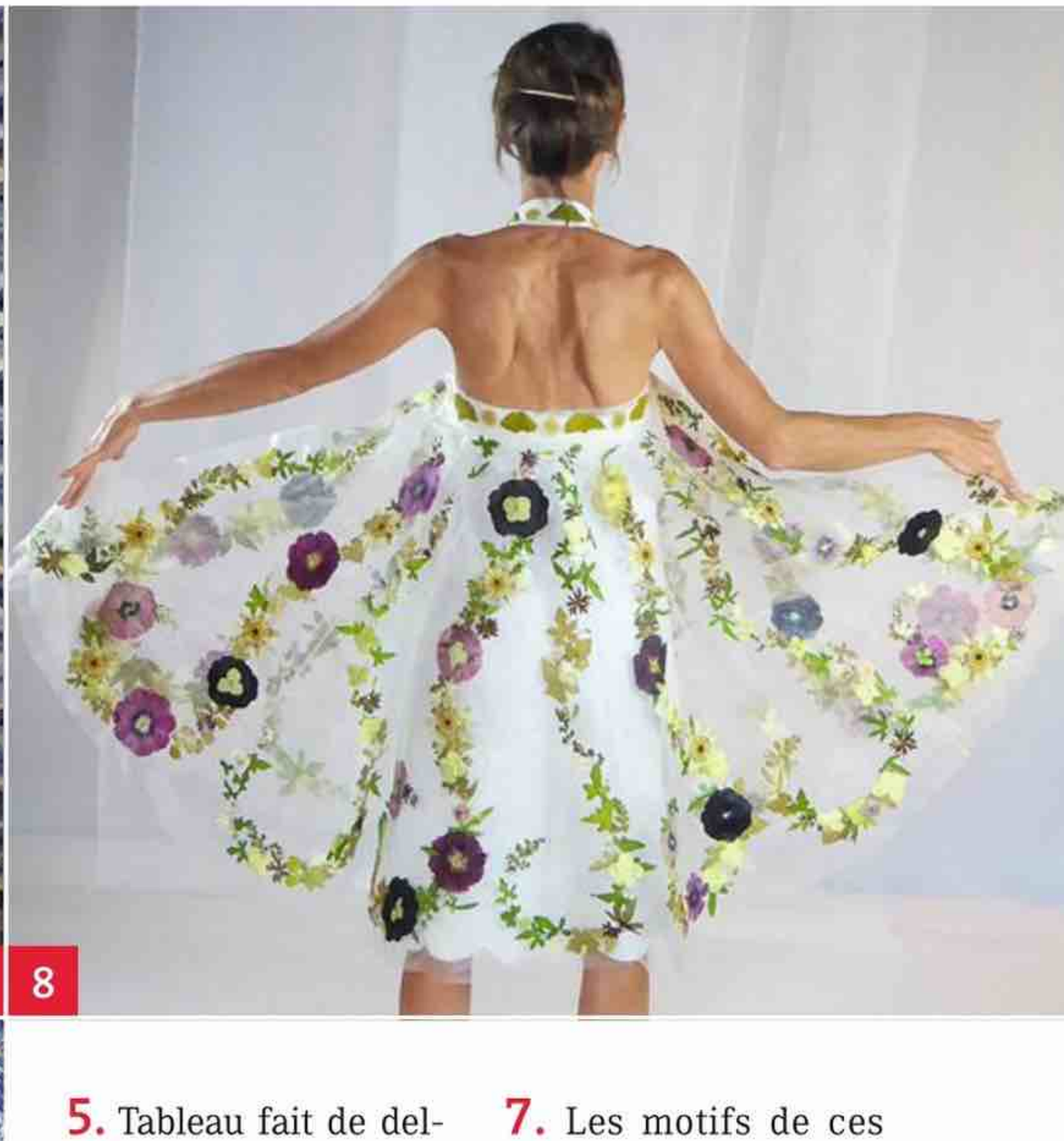
4. Pour suivre le dessin, elle découpe, au cutter, les pétales (ce mandala en comporte 4 000), puis les enduit de colle à effet immédiat.





PHOTOS LES FLEURS D'ÉLISA/SP





5. Tableau fait de delphinium, bougainvillée, primevère, tournesol...

6. Les feuilles et les graines aussi se sèchent. Les pétales ornent un photophore. Avec la bougie, tous les détails des végétaux ressortent.

7. Les motifs de ces objets en tissu sont imprimés à partir des planches originales de fleurs séchées envoyées par Élisabeth.

8. Cette robe de mariée a été confectionnée pour un défilé de mode.

PHOTOS LES FLEURS D'ÉLISA/SP

Bon à savoir



Élisabeth Heim vous ouvre les portes de son atelier uniquement sur rendez-vous. Elle anime des stages de cinq jours destinés aux particuliers. *"C'est un moment d'échange car je suis seule dans mon atelier."* C'est aussi une façon de transmettre son savoir-faire. *"C'est une détente, ça apaise de travailler la fleur. Et les stagiaires repartent avec tout ce qu'ils ont mis sous presse."*

Les Fleurs d'Élisa, 7, rue du Haut-Bourg, 41000 Blois. Tél.: 06 44 84 84 25 ou https://fleurs-delisa.com/

Du zoo au parc animalier, un modèle plus vertueux

Rencontrez les nombreux représentants du monde animal sauvage. Regardez-les évoluer dans des cadres de vie qui se rapprochent de leurs milieux naturels. Et partons pour un safari... en France !

Réserve, safari ou parc zoologique, tous ces termes redéfinissent les parcs animaliers en leur attribuant de nouvelles fonctions. Depuis une quarantaine d'années, la légitimité des zoos était fortement contestée principalement pour des raisons touchant au bien-être animal. Le spectacle de lions captifs tournant en rond dans des enclos exigus semble révolu. En outre, la plupart de ces établissements développent d'autres dimensions, notamment scientifiques, écologiques (préservation de la biodiversité reconnue en octobre 2023 par la commission pour la sauvegarde des espèces de l'UICN), médicales (développement des cabinets vétérinaires) et pédagogiques. Certains parcs soutiennent aussi financièrement la conservation des animaux dans leur habitat in situ. D'autres zoos, comme la ménagerie du Jardin des plantes, participent à plusieurs programmes d'élevage d'espèces menacées.

Au cœur de la savane

Les superficies des parcs sont désormais tellement importantes qu'il est judicieux de prévoir deux jours pour découvrir toute la richesse des sites. Commencez la visite à petite vitesse en voiture. Les enfants seront très impressionnés de voir les animaux s'approcher du véhicule. Restaurez-vous sur place, avec ou sans pique-nique, puis continuez la balade à pied. Observez plus longuement les lieux de vie, particulièrement les aquariums ou les volières. Rencontrez les soigneurs dans les allées et profitez des différentes animations comme le nourrissage des animaux, le nettoyage des enclos... Pour cela, renseignez-vous sur les horaires et les inscriptions à l'entrée ou sur le site internet. Pour ne pas faire peur aux animaux, les capacités d'accueil comme les arènes pour les vols d'oiseaux ou les bassins d'eau peuvent être restreintes. Respectez bien les consignes de sécurité, de calme et de silence. Ne donnez pas de nourriture aux animaux, gardez les portes et vitres fermées en voiture. Attention, les chiens ne sont pas toujours autorisés à vous accompagner ! Pour vous épargner les files d'attente, prenez vos billets en ligne et réservez également les animations. Il est parfois possible de demander une visite guidée personnelle. ■

Voyages exotiques... de proximité !

Où que vous soyez en France, vous pouvez visiter des parcs animaliers (Planète sauvage, dans les Pays de la Loire ; Safari de Peaugres, en Ardèche ; Thoiry, dans les Yvelines ; Parc des oiseaux, dans l'Ain...). Mais prenez garde, si vous souhaitez y passer deux jours, à vérifier les possibilités d'hébergement, en effet, certains parcs n'en proposent pas sur place. S'il y en a un (Cerza Safari Lodge, en Normandie ; Le Pal, en Auvergne...), préférez un écolodge (hébergement harmonieusement inséré dans son environnement) avec ou sans terrasse, mais surtout avec une vue directe sur le parc. Dînez ou petit-déjeunez parmi une flore luxuriante tout en observant les animaux sauvages. Moment exceptionnel, comme au zoo de Thoiry, où, en regardant les fauves en mouvement, vous vous demanderez qui, en réalité, observe l'autre. Attention ! les nuitées sont fortement demandées les week-ends et vacances scolaires.



Lodge à Thoiry.

A. ALBERT/SHUTTERSTOCK



Koalas.



Tigres blancs juvéniles.



Tamarin-lion doré.



Touraco géant.

PHOTOS ZOOPARC DE BEAUVAL/SP

Beauval, des rencontres inoubliables

À moins d'une heure de Tours (37) et de Blois (41), Beauval est reconnu comme l'un des plus beaux zoos d'Europe. Sur 40 ha, on peut admirer plus de 35 000 animaux, des plus gros (éléphants) aux plus petits (poissons exotiques), et des mammifères les plus rares (tigre blanc et serval – proche du chat doré d'Afrique), des reptiles, des oiseaux... Le parc propose quatre serres tropicales, une savane africaine, des éléphants sur 5 ha, le bassin des manchots et deux lieux consacrés à l'Asie. Par ailleurs, vous y trouverez des animaux vedettes comme les pandas géants venus de Chine ou les attendrissants koalas (dans la serre australienne).

Installations majeures

Françoise Delord, fondatrice du parc, avait pour passion les oiseaux. Pour lui rendre hommage, une volière, la plus grande d'Europe, a été inaugurée en 2023. D'étonnants ponts suspendus abritent des kiosques pédagogiques où l'on peut s'informer sur les différentes espèces. Ne manquez pas le dôme équatorial, l'une des plus impressionnantes réalisations architecturales. Équivalant à un bâtiment de 10 étages, ce lieu tropical accueille des centaines d'espèces animales (lamantin, dragons de Komodo...) et botaniques. Kiwi et Kvido, deux hippopotames, semblent donner un spectacle de danse aquatique. Tout au long de la journée, découvrez ces territoires et laissez-vous guider par les médiateurs scientifiques dans la connaissance des animaux et de leur vie (notamment les animations avec nourrissage). ■

Infos pratiques



Les pagodes de Beauval.

Zooparc, av. du Blanc, 41110 Saint-Aignan.
Tél.: 02 54 75 50 00 ou zoobeauval.com

À FAIRE

- Énigmes, mots croisés, rébus: carnets ludiques à destination des jeunes explorateurs (carnet 5 €, en vente en boutique)
- Spectacles d'oiseaux "Les Maîtres des airs" et d'otaries "L'Odyssée des lions de mer"
- Ateliers pédagogiques, jeu de piste, visites...

OÙ DORMIR

- Le parc compte 5 hôtels, inspirés par les différents continents.


Girafe et girafon.


Tigre de Sumatra.


Saïmiri (sapajou).


Ours polaire.

ZOO DE LA FLÈCHE/SP

La Flèche, l'un des plus grands zoos de France

Situé dans la Sarthe, ce zoo présente plus de 1500 animaux répartis en plus de 150 espèces venant des cinq continents. Le domaine de 14 ha se prête à une promenade bucolique tout en observant panthères, ours polaires et lions blancs de Kruger (provenant d'Afrique du Sud)... À partir d'avril, les spectacles des perroquets ou des faucons vous laisseront sans voix. Rencontrez les oiseaux en vol libre qui composent la grande volière. Les perroquets se poseront sur votre épaule en toute familiarité. Au gré de votre balade, prenez note des horaires de nourrissage des animaux, pour accompagner les soigneurs de l'ours polaire, ceux du vivarium... des animations qui ne manqueront pas de vous émouvoir ! La volonté de diversifier les espèces végétales déclinées dans ce zoo contribue au bien-être des animaux, mais aussi du public.

Expérience immersive

Vous désirez passer la nuit sur place ? Le Safari lodge & suite propose 12 suites et 20 lodges, avec, pour surprenants voisins, des loups, tigres ou lémuriens ! Par de grandes baies vitrées panoramiques, blottis sur le canapé, vous pouvez admirer à loisir les félins. Un moment troublant autant que magique ! Avec les versions "Deluxe" disposant de patios-terrasses ouverts, vous vous sentez encore plus près des animaux, et partez pour la grande aventure. Les enfants profiteront des quiz, coloriages, carnets pour approfondir leurs connaissances. ■

Infos pratiques


La suite Lions.

ZOO DE LA FLÈCHE/SP

Le Tertre-Rouge,
72200 La Flèche.
Tél.: 02 43 48 19 19 ou
info@zoo-la-fleche.com
ou zoo-la-fleche.com

À FAIRE

- Animations journalières autour des tigres de Sumatra, des éléphants, du goûter des ours...
- Assistez aussi aux spectacles des oiseaux en vol libre et des jeux de perroquets.

OÙ DORMIR

- Hébergement insolite : safari-lodge.fr

ADRESSES DU WEB

- Vallee-du-loir.com
- sarthetourisme.com



Éléphants d'Asie, flamant du Chili et oryx algazelle.

À G.: F. PERROUX/ZOO DE LA PALMYRE - AUTRES: SHUTTERSTOCK

La Palmyre, une famille vouée aux animaux

Créé par Claude et Irène Caillé en 1966, il appartient encore aujourd'hui à la même famille. Leur fils Patrick et leur petit-fils Pierre continuent à développer ce zoo privé, très apprécié, et niché en plein cœur d'une pinède de 18 ha. À 15 km de Royan (17), La Palmyre joue un rôle important dans la préservation et la conservation des espèces menacées grâce aux programmes européens d'élevage qui financent de nombreux projets de protection (Congo, Madagascar...). Le zoo propose aussi des activités éducatives pour les visiteurs: ateliers, visites guidées et rencontres avec les soigneurs.

Rencontres inoubliables

Plus de 1600 animaux, dont 110 espèces venant de tous les continents, bénéficient de ce cadre approprié. Les enfants s'émerveillent devant les flamants roses, le spectacle des perroquets ou des otaries, applaudissent à la nage de l'ours blanc ou sont fascinés par les impressionnants gorilles. Ces primates (grands singes, gorilles, orangs-outans) occupent trois hectares du domaine où les petits peuvent s'épanouir sous le regard protecteur et affectueux de leurs parents. Tout au long de la promenade, vous serez surpris par les girafes, les tortues géantes ou des reptiles dont le terrifiant boa constrictor. Quant aux carnivores (lions, panthères, loups ou tigres), ils font frissonner petits et grands. Comptez une demi-journée pour parcourir le parc ou une journée si vous souhaitez déjeuner sur place et profiter des spectacles. ■

Infos pratiques



F. PERROUX/ZOO DE LA PALMYRE/SP

Enclos des loutres géantes.

6, av. de Royan,
17570 Les Mathes.
Tél.: 05 46 22 46 06
ou zoo-palmyre.fr
ou www.zoo-palmyre.fr

À FAIRE

- Promenade de 4 km au cœur de la forêt de pins
- De Pâques à la Toussaint, présentation des otaries et oiseaux (15 h et 15 h 30).
- Jeu d'enquête

OÙ DORMIR

- Cabane sur pilotis: coteetlodge.com

ADRESSES DU WEB

- infiniment-charentes.com (office de tourisme)
- Royanatlantique.fr


Panda roux.


Vari-noir et blanc.


Loup noir du Canada.

PHOTOS M. BRICARD


Cerf élaphe.

J. LAVERGNE

Un moment magique au Parc de Sainte-Croix

À une heure de Nancy, Metz ou Strasbourg, la ville de Rhodes en Moselle accueille le parc animalier de Sainte-Croix. Sur 120 ha parcourus de sentiers, vous pouvez vivre une expérience inoubliable où petits et grands affrontent le terrible regard des loups gris d'Europe, celui des loups noirs ou blancs arctiques... Vous allez ainsi découvrir plus de 1500 animaux, des plus sauvages aux plus sociables, des plus étonnants, comme les pandas roux, aux plus impressionnants, comme les ours noirs. Connaissez-vous le chien de prairie ? Il s'agit d'un rongeur venu d'Amérique du Sud que l'on reconnaît à son cri particulier (si l'on a la chance de l'entendre). Sans bruit, vous pourrez aussi admirer les cerfs et les biches en semi-liberté. Une déconnexion totale en pleine nature !

Havre de paix

Le parc est ouvert aux enfants et, dès six ans, ils pourront vivre une expérience unique en devenant "petits fermiers". Ils accompagneront un soigneur-animateur pour nourrir les lapins, les cochons ou les chèvres, brosser les ânesses et ramasser les œufs de poules. Une autre initiation magique pour les plus grands (de 10 à 16 ans) : devenir "soigneur d'un jour". "Le voyage de Néo" ou celui du "Nouveau Monde", "mission biodiversité" sont d'autres animations. Le séjour deviendrait grandiose si vous décidez de passer une nuit dans l'un des 56 lodges nature (au sol ou perchés). Loups, cerfs, hiboux... se chargent de veiller sur vous tout au long de la nuit. ■

Infos pratiques


Hameau des loups.

M. BRICAR/PARC DE SAINT-CROIX/SP

Domaine de Sainte-Croix, 57810 Rhodes.
Tél. : 03 87 03 92 05
ou parcsaintecroix.com
De janvier à mi-novembre.

À FAIRE

- Programme 2024 : introduction de l'aigle des mers, restauration et de renaturation de l'étang des cormorans.

OÙ DORMIR

- 56 lodges nature : réservation sur le site parcsaintecroix.com

ADRESSES DU WEB

- Moselle sans limite : mosl.fr
- La région Grand Est : grandest.fr



Zèbres de Grant.



Caméléon.



Chimpanzés.

Les 50 ans de la réserve africaine de Sigean

En 2024, le parc animalier de Sigean, dans l'Aude, célèbre ses 50 ans. Plusieurs événements vont être organisés tout au long de l'année. Dans ce parc semi-sauvage, 3 800 animaux s'ébattent sur plus de 300 ha. La réserve se visite en safari voiture (1 h) ou à pied (2 h 30). Selon le temps dont vous disposez, il est conseillé de pratiquer les deux formules, afin d'observer pleinement la vie sauvage, notamment celle des ours, des éléphants, des rhinocéros... En voiture, le circuit de 6 km conduit des parcs d'élevage à la Savane africaine, sans oublier la brousse et autres sites (ours du Tibet, lions...).

Spectacle vivant

Vitres fermées, d'autres animaux sont aussi visibles de très près. Et à pied, le long des étangs, un spectacle magnifique vous attend à la rencontre des flamants roses ou, aux beaux jours, à celle des oiseaux migrateurs. La grande volière et le vivarium ne sont pas en reste, ou, plus impressionnant, la maison des alligators. Depuis son ouverture en 1972, la réserve participe aux actions de recherche scientifique ou de conservation des espèces animales africaines et des programmes pédagogiques. Tout au long de l'année, des groupes de 15 personnes participent à des ateliers d'observation et de manipulation. Le but est d'aborder différents thèmes comme la reproduction ou l'alimentation. Et pour fêter son cinquantenaire, la réserve vous offre l'entrée gratuite le jour de votre anniversaire ! ■

Infos pratiques



SP

Chemin du Hameau-du-Lac, 11300 Sigean.
Tél.: 04 68 48 20 20
reserveafricainesigean.fr

À FAIRE

- Visites guidées pour les visiteurs individuels.
- Rencontre avec les petites chèvres, petit-déjeuner des buffles
- Sur l'étang de l'Œil de Ca: le ballet aérien des cigognes et des pélicans.
- Le goûter des lycaons.

OÙ DORMIR

- Maison du pêcheur, tél.: 06 62 97 14 88 ou courriel: vacances@ansedelolivier.fr ou ansedelolivier.fr

Adresses

Jardin

Repéré pour vous

Fertiligène, www.lovethegarden.com/fr-fr/fertiligene
Lafuma mobilier, www.lafuma-mobilier.fr
Gamm vert, www.gammvert.fr
Gardena, www.gardena.com
Owatrol, www.owatrol.com
Proloisirs, www.proloisirs.fr

Graines et plants de fleurs

Alsagarden, www.alsagarden.com
Fabre Graines, www.fabre-graines.com
Flowers Basket, www.englischgardenplants.com
Fuchsia Dehommeau, www.fuchsia-delhommeau.com
Germinance, www.germinance.com
Graines Baumaux, www.baumaux.com
Graines Bocquet, www.graines-bocquet.fr
Graines Caillard, www.graines-caillard.com
Grelinette - Graines Grelin Frères, www.graines-grelin-grelinette.fr
Jacques Briant, www.jacques-briant.fr
Kokopelli, www.kokpelli.semences.fr
La Ferme de Sainte Marthe, www.ferme-de-sainte-marthe.com
Le Biau Germe, www.biaugerme.com
Le Paysan, https://graines-lepaysan.com/
Promesse de Fleurs, www.promessedefleurs.com
Vilmorin, www.vilmorin.com
Willemse France, www.willemse.france.fr
Dans les jardineries :
Botanic, www.botanic.com
Delbard, www.delbard.fr.
Gally, www.ferme.gally.com
Gamm vert, www.gammvert.com
Jardiland, www.jardiland.com
Truffaut, www.truffaut.com

Plantes exotiques

Fleurs et Senteurs, www.aspeco.net/ fleurs-et-senteurs
Pépinière de la Palmeraie Zen, www.palmeraie-zen.fr
Pépinière du Beau Pays, www.jardindubeaupays.fr
Pépinière Ripaud, www.ripaudpepinieres.com
Pépinière Végétale 85, www.pepiniere-vegetal85.fr

Matériel pour le jardin

Agriframes, www.agriframes.com
Botaniques éditions, www.botaniqueeditions.com
Ducoterre, www.ducoterre-jardinbio.com
Fiskars, www.fiskars.com
Jardins animés, www.jardins-animes.com
Jiffy Pot, www.jiffypot.com
Leborgne, www.leborgne.fr
Nortène, www.nortene.fr
Terrateck, www.terrateck.com
Triangle outillage, www.triangle-outillage.fr
Dans les jardineries :
Botanic, voir ci-contre
Delbard, voir ci-contre
Gally, voir ci-contre
Gamm vert, voir ci-contre
Jardiland, voir ci-contre
Truffaut, voir ci-contre

Château de Trianon

Châteaux de Trianon et Domaine de Marie-Antoinette, 78000 Versailles. https://bienvenue.chateauversailles.fr

Graines et plants de piments

Alsagarden, voir ci-contre
Fabre Graines, voir ci-contre
Germinance, voir ci-contre
Graines Baumaux, voir ci-contre
Graines Bocquet, voir ci-contre
Graines Caillard, voir ci-contre
Kokopelli, voir ci-contre
La Ferme de Sainte Marthe, voir ci-contre
Le Biau Germe, voir ci-contre
Le Paysan, voir ci-contre
Vilmorin,voir ci-contre
Willemse France, voir ci-contre
Dans les jardineries :
Botanic, voir ci-contre
Delbard, voir ci-contre
Gally, voir ci-contre
Gamm vert, voir ci-contre
Jacques Briant, voir ci-contre
Jardiland, voir ci-contre
Truffaut, voir ci-contre

Reportage

Domaine de Poulaines, jardins et arboretum, 11, rue du Château, 36210 Poulaines.
Tél.: 06 73 01 15 23
ou https://domaine-poulaines.com
Arboretum Adeline, http://arboretum-adeline.blogspot.com



BG/RUSTICA

Cuisine

Artichauts

Bonduelle, tél. : 09 70 25 22 22 ou www.bonduelle.fr
Cancoillotte, www.cancoillotte-igp.fr
Émile Noël, tél. : 04 66 90 54 54 ou https://emilenoel.com/
Fourme d'Ambert, www.fourme-ambert.com
Helia, tél. : 04 66 45 75 96 ou https://helia.fr/
Ibo!, tél. : 04 32 50 17 17 ou https://ibo.bio/
Le Gall, www.laiterie-legall.fr
Nogent*,** www.nogent3etoiles.com
Pebbly, www.pebbly.fr
Prince de Bretagne, www.princedebretagne.com
The Kéfir & Kombucha Compagnie, tél. : 09 54 04 75 66 ou www.thekefirkombucha.com

Miel

Aromandise, tél. : 04 99 58 34 07 ou www.aromandise.com
Beurre Charentes-Poitou AOP, www.aop-beurre-charentes-poitou.fr
Cuisinart, tél. : 03 27 70 77 23 ou www.cuisinart.fr
Famille Mary, tél. : 02 41 55 35 79 ou www.famillemary.fr
Galbani, www.galbani.fr
Hoope, www.hoope.fr
Kitchen Aid, tél. : 0 800 902 236 ou www.kitchenaid.fr
Linge particulier, www.lingeparticulier.com
Little Moons, https://littlemoons.com/
Merveilles du monde, www.merveilles-du-monde.fr
Yoplait, tél. : 0 800 022 121 ou https://yoplait.fr/

Bien-être

Nouveautés

Body nature, tél. : 05 49 65 66 18 ou www.body-nature.com
Comme avant, tél. : 04 65 01 10 60 ou www.comme-avant.bio
Ekstrasens, www.ekstrasens.fr
Estéban, tél. : 04 67 07 05 25 ou www.esteban.fr
Garancia, tél. : 01 45 20 42 24 ou www.garancia-beauty.com
Guérande, tél. : 02 51 75 53 79, ou www.guerande-cosmetics.fr
L'Olivier de Léos, www.lolivierdeleos.com
Maia, www.maia-home.fr
Paula's Choice, tél. : 01 89 20 69 38 ou www.paulaschoice.fr

RUSTICA PRATIQUE
Rustica SA, filiale du groupe Média participations, 57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19
BUREAUX : 32, avenue Pierre-Grenier, 92100 Boulogne-Billancourt – www.rustica.fr

Service abonnements, B 200, 60643 Chantilly Cedex.
0 806 000 465 Service gratuit + prix appel
du lundi au vendredi de 9 h à 18 h.
Écrivez-nous à l'adresse suivante : abonnements@rustica.fr
Tarif abonnement France : 4 n°s à 23,60 €

Standard :
01 53 26 33 00

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
c.beaudouin@rustica.fr

Directrice artistique
Aurore Nguyen

Rédacteur en chef adjoint
Pierre Nessmann
p.nessmann@rustica.fr

Rédaction
J.-M. Groult, A. Li, S. Tournigand

Cheffe du Pôle Image
Karine Israël,
k.israel@cambium-media.com

Secrétariat de rédaction
C. Bourdel (1er), F. Blondel (2e), C. Schuster

Régie publicitaire intégrée
Cambium Média Solutions,
tél. : 01 53 26 30 05

Directrice commerciale B2B
Laurence Gaboury,
l.gaboury@cambium-media.com

Directrice de clientèle
Julie Foulonneau,
j.foulonneau@cambium-media.com

Chargé de diffusion VAN
Olivier Blochet
o.blochet@cambium-media.com

Contact diffuseurs et dépôts de presse
Service ventes Rustica,
tél. : 01 53 26 32 64

Photogravure
Key graphic, 4, allée Verte, 75011 Paris

Impression
Roto France,
77185 Lognes.
Papiers 100% PEFC
Provenance papier intérieur : Finlande
Taux de fibres recyclées : 0% Impact sur l'eau : 0,004 kg/tonne

Dépôt légal mars 2024
Vente au numéro MLP
Commission paritaire n° 0227 K 91262
ISSN 2262-3019
Dans le cadre de la loi sur l'économie circulaire, nos magazines sont imprimés avec des encres "blanches".

PROCHAIN
Rustica
PRATIQUE
en kiosque
le 21 juin 2024

Retrouvez notre numéro d'été

avec son grand dossier jardin



© J.-J. BECHET/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

Et aussi vos rubriques préférées : Actu • Jardin • Recettes • Nature • Maison • Bien dans ma vie



Tous les enfants font des rêves mais pour certains c'est vital de les réaliser.

Depuis 1987, l'Association Petits Princes réalise les rêves des enfants gravement malades.
Pour leur donner l'énergie de se battre contre la maladie, nous avons besoin de vous.

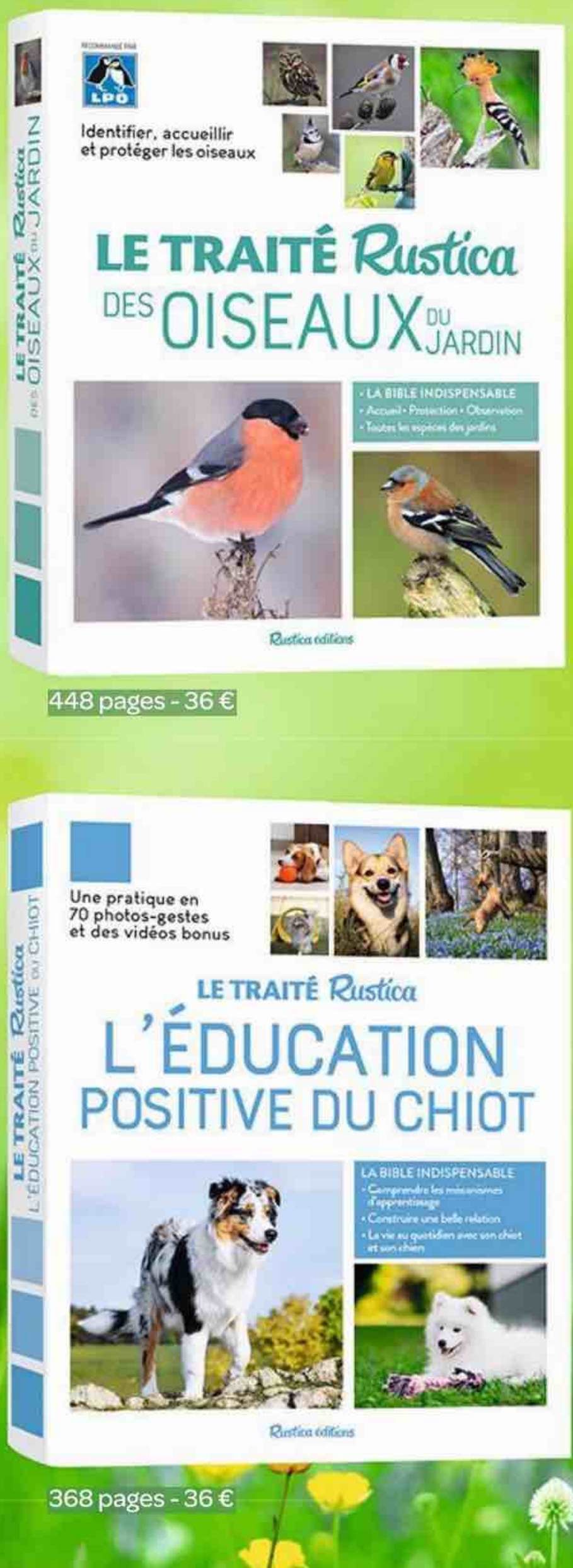
DON en CONFIANCE comitecharte.org

Devenez bénévole ou faites un don
www.petitsprinces.com - 01 43 35 49 00

Association Petits Princes

LES TRAITÉS *Rustica*

Des bibles complètes et indispensables
avec des fiches pratiques, des dessins techniques, des photos-gestes...



448 pages - 36 €



456 pages - 36 €

368 pages - 36 €

432 pages – 29,95 €

© Shutterstock

À retrouver dans tous les points de vente de livres et sur www.rusticaeditions.com