

À FAIRE  
CETTE SEMAINE

\* Protéger les systèmes d'arrosage du froid \* Choisir son sapin de Noël \* Soigner les oiseaux-de-paradis \* Semer les begonias annuels

**Rustica**

# Rustica

Le magazine n°1 du jardinage au naturel

**DEMAIN AU JARDIN**



8 clématites très fleuries pendant l'hiver

**BRANCHAGES, BAIES ET CÔNES**

## 14 DÉCOS TRÈS NATURE POUR LES FÊTES

- \* Couronnes, bougies, boule de Noël, luminaire, mobile, paysage miniature...
- \* Composez vos décorations avec des matériaux prélevés au jardin

**1 PROJET, 5 PLANTES**

Quels végétaux choisir pour habiller un fond de massif ?

**RECETTES**

Les poivres de Sichuan, des arômes puissants

Du 6 au 12 décembre 2024 CPPAP  
L 11850 - 2867 - F: 2,80 €



Belg.: 3106-CH: 4800CHF



# NOUVEAU !

LE MAGAZINE VVF HIVER 2025  
À DÉCOUVRIR SUR [VVF.FR](http://VVF.FR)



DES DESTINATIONS  
POUR TOUTE LA FAMILLE

FAIS LE PLEIN D'IDÉES VACANCES AVEC VVF

TROUVE LES MEILLEURS PRIX

ET TENTE DE GAGNER  
TON ÉQUIPEMENT HIVER  
AVEC NOTRE JEU CONCOURS



[WWW.VVF.FR](http://WWW.VVF.FR)



F. MARIE/RUSTICA

## ÉDITO

Dès la mi-octobre, toutes les jardineries, les grandes surfaces alimentaires et de bricolage ont déjà dressé leurs rayons de décos de Noël, souvent composés d'objets clinquants en matière synthétique et *made in* un pays très lointain. Mais pour réaliser des décors de fête originaux, plus naturels et avec des produits locaux, inutile de s'y prendre aussi en avance. Mettez à profit les quelques semaines qui nous séparent encore des réjouissances de fin d'année pour préparer vos couronnes, vos guirlandes, vos centres et chemins de table, vos boules de Noël, votre sapin ou d'autres ornements festifs. Le jardin et la nature proche offrent quantités de matériaux très décoratifs et gratuits, qui ne demandent qu'à être cueillis ou ramassés. Nous vous expliquons comment les transformer. Profitez-en et laissez libre cours à votre créativité ! **Alain Delavie**

## SOMMAIRE

- 4 ACTUALITÉS**
- 8 RENDEZ-VOUS**
- 9 À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE**
  - Potager** • Je protège les systèmes d'arrosage du gel • **Plantes d'intérieur** • Je soigne l'oiseau-de-paradis • **Fruits** • Je plante des pommiers à racines nues
- 18 DOSSIER Déco de Noël**
  - Couronnes, boules, centres de table... Réalisez 12 créations végétales pour des fêtes au naturel.
- 24 DEMAIN AU JARDIN**
  - Les clématites d'hiver
- 28 1 PROJET, 5 PLANTES**
  - Habiller le fond d'un massif
- 32 EN CUISINE**
  - Les poivres de Normandie
  - Vos menus de la semaine
  - 7 recettes de saison
- 36 DOSSIER CUISINE**
  - À la mode bourguignonne
- 38 VIE PRATIQUE**
  - Confectionner un pot-pourri
- 39 BIEN-ÊTRE**
  - Sport et pollution
- 40 TERROIR**
  - L'écomusée d'Alsace
- 42 ANIMAUX**
  - L'exercice physique du chien
- 43 AGENDA**
- 44 INTERVIEW**
  - Vincent Fabry, éleveur
- 46 COURRIER**
- 48 CARNET D'ADRESSES**
- 50 JEU**



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

## ABONNEZ-VOUS VITE ! RENDEZ-VOUS p. 17

Photos couverture : U. Schmidt/Flora Press/Biosphot (couronne de bienvenue) - Pépinières Javoy/SP (Vignette : clématite 'Freckles'). Ce numéro comporte un courrier de réabonnement sous enveloppe posé sur une sélection d'exemplaires destinés aux abonnés, un encart abonnement de 4 pages broché sur l'ensemble des exemplaires destinés aux kiosques et un encart Noël de 4 pages broché sur l'ensemble des exemplaires destinés aux abonnés.

# Vos actualités

Bormes-les-Mimosas, sur les coteaux du Var.



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU PAYS DE BOCHE/SP

## SUCCULENT KAKTUS

Après le succès de Stella (vendue à près de 42 000 exemplaires), la nouvelle boule de Noël du Centre international d'art verrier (Ciav) de Meisenthal (57) a été dévoilée le 16 novembre 2024. Kaktus, signée par le designer allemand Mark Braun, arbore un design évoquant la figue de Barbarie. *“Je me suis amusé à imaginer le scénario d'un Noël du futur dans nos régions (...) qui glisseraient dans un contexte tropical.”* De fait, cette boule de Noël est une invitation à réfléchir aux enjeux du réchauffement climatique.

## Droit de cité

Le 21 septembre 2024, trois nouvelles communes ont obtenu la labellisation “Plus Beaux Villages de France”.

**B**ormes-les-Mimosas (83), perché entre collines et Méditerranée, a été reconnu pour ses restaurations de façades et ses aménagements d'espaces publics. Marcolès (15), dans la Châtaigneraie cantalienne, a vu ses efforts de réhabilitation et de revitalisation récompensés après 20 ans d'attente. Villeneuve (12) a été salué pour son embellissement et son mélange d'architecture médiévale et contemporaine. La Commission a également reconduit le label pour 11 villages, portant le total à 180 “Plus Beaux Villages de France” répartis dans 70 départements. C'est la région Occitanie qui en compte le plus. Ce label, fondé sur une trentaine de critères, devrait accroître la fréquentation touristique de ces villages d'environ 30 %.



## PLANTE BIBLIQUE RESSUSCITÉE

Découverte dans une grotte de Judée à la fin des années 1980, puis semée en 2010, une graine âgée de 1000 ans est aujourd'hui devenue un arbre de 3 m de hauteur. Surnommée “Sheba”, la plante, du genre *Commiphora*, est une cousine de la myrrhe et de l'encens. Les analyses ont montré de nombreuses propriétés médicinales qui pourraient faire penser au tsori biblique, une résine associée à la guérison dans plusieurs chapitres du *Livre de la Genèse*. Cette découverte pourrait éclairer les pratiques médicinales anciennes et ouvrir de nouvelles perspectives thérapeutiques.

## Trophée viticole

La 29<sup>e</sup> édition du trophée Gosset, qui valorise les savoir-faire et l'art de vivre à la française, a récompensé, en septembre 2024, à Paris (75), Jean-Robert Pitte, historien et géographe des vins (à gauche), pour son engagement en faveur du patrimoine gastronomique.



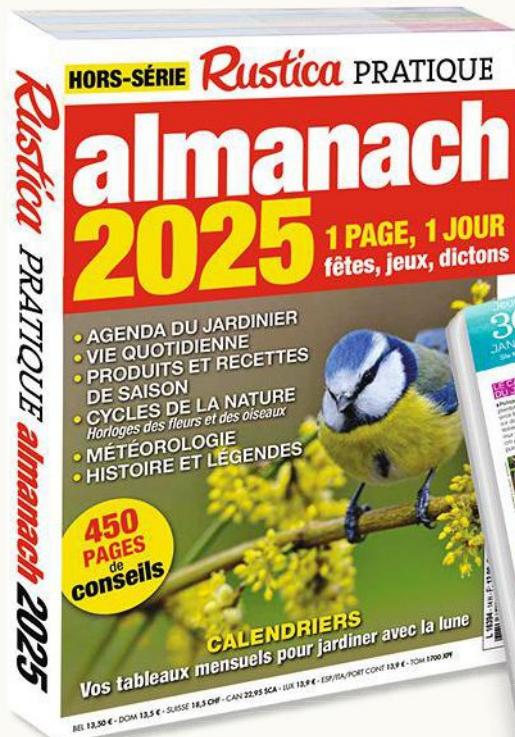
ROSERAIE GUILLOT/SP

## Voici des roses blanches

Pour commémorer le bicentenaire de la naissance de Léopoldine Hugo-Vacquerie, fille de Victor Hugo, le département de la Seine-Maritime s'est associé à la roseraie Guillot pour baptiser une rose en son honneur. La cérémonie s'est tenue le 22 septembre dernier à Villequier, où Léopoldine et son mari se sont noyés dans la Seine en 1843, lors d'une promenade en barque. La rose, blanche aux reflets ivoire et au parfum délicat, a été plantée dans le jardin du musée Victor-Hugo. Disponible à la vente dès l'automne 2025 au musée, elle sera inscrite au catalogue de la roseraie Guillot en 2026.

# 365 ASTUCES

## Pour vous étonner chaque jour !



**16,90€**  
SEULEMENT  
(Frais de port inclus)



Nature & jardin



Loisirs & jeux



Patrimoine



Cuisine



Maison  
& vie pratique

PRUAL253



### BON DE COMMANDE

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

Rustica - Libre réponse 23102 - 60647 Chantilly Cedex

**+ SIMPLE + RAPIDE**



0 806 000 465

Service gratuit  
+ prix appel

indiquez le code **PRUAL253T**



Par internet sur <https://www.laboutiquejardinmaison.fr/ru-25>

**OUI, JE COMMANDE 1 exemplaire de l'ALMANACH RUSTICA 2025 au prix de**

**16,90€**

(frais de port inclus)

PRUAL253

**Mes coordonnées : M  Mme**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :  Ville :

Tél. fixe :  Mobile :

Mobile :

E - mail :

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

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

**OU SCANNEZ ce QR code**

Pour commander votre  
Almanach Rustica 2025  
Scannez ce QR Code



#### JE CHOISIS MON MODE DE PAIEMENT :

- Chèque bancaire à l'ordre de **Rustica**
- Carte bancaire ou PayPal sur le site internet <https://www.laboutiquejardinmaison.fr/ru-25>

# Vos actualités

Rosier Pretty Polly 'Pink'.



## Couleurs vives pour rhabiller l'hiver

La collection automne-hiver 2025 de rosiers Meilland, destinés aux jardins et terrasses, met en avant des variétés inédites alliant élégance et résistance. Parmi les nouveautés, on retrouve la série Pretty Polly, disponible en plusieurs teintes (lavande, blanc et rose). Leur remarquable floraison en cascade est appréciée des abeilles. Les variétés comme le grimpant 'Cherry Frost', aux inflorescences rouge vermillon, ou le minirosier Tequila 'Shot Meiverrit', aux fleurs orangées et abricot, se distinguent par leur facilité d'entretien.

## Grand gâchis

Selon l'application Too Good To Go, spécialisée dans la valorisation des invendus alimentaires, chaque Français gaspille en moyenne 25 kg de nourriture par an, soit 52 repas. Cela représente 157 € par an. Ce gaspillage mobilise inutilement 1,3 km<sup>2</sup> de terres agricoles et 390 l d'eau par personne. En France, 4,3 millions de tonnes de nourriture sont jetées par an sur l'ensemble de la chaîne alimentaire, les consommateurs en générant 39 %.



*La moyenne européenne de déchets alimentaires est de 131 kg/an par habitant.*



## ANIMAUX CHOYÉS

Selon une étude Bonial-OpinionWay, 60 % des Français achètent des produits pour leurs animaux, dépensant en moyenne 107 € par mois. Les moins de 35 ans sont les plus dépensiers (150 € par mois). Le commerce physique reste privilégié (91 %), les grandes surfaces alimentaires arrivant en tête (66 %). Les promotions influencent les achats : 71 % des consommateurs sont prêts à changer de marque pour une promotion. Les marques nationales sont préférées (54 %) à celles des distributeurs (45 %).

## Moments d'échange autour d'un café

Organisés chaque mois, les cafés jardins de la Société nationale d'horticulture de France (SNHF) sont un espace convivial pour les passionnés de plantes. Ces rencontres permettent d'échanger idées et conseils autour d'un café. La première réunion, axée sur les jardinières d'automne et d'hiver, a eu lieu le 26 septembre 2024. La participation est gratuite, mais l'inscription nécessaire, en raison du nombre limité de places.

## TRONÇON DE LOIRE SAUVÉ DES EAUX

Lancé en septembre 2024, le projet Life Loire, soutenu par la Commission européenne, vise à restaurer 30 km de fleuve entre le lac de Grangent et Feurs (42), avec un budget de 6 millions d'euros. L'objectif est de combler le déficit de sédiments qui menace la biodiversité, fragilise les ponts et endommage les captages d'eau potable. Le projet réunit divers acteurs, comme la Ligue pour la protection des oiseaux (LPO), France Nature Environnement et EDF. Les travaux, financés à 60 % par l'UE, s'étendront jusqu'en 2030, sans affecter le débit de la Loire ni la production d'électricité.



# FAITES UN DON AVANT LE 31 DÉCEMBRE 2024

et bénéficiez d'une réduction d'impôt de 66 %



Credit : LPO



Credit : Guillaume Ison



Credit : shutterstock

**PROJET 1 : LPO AuRa (69)**  
Enfants et résidents d'un EHPAD, ensemble autour de la sauvegarde des espèces sauvages et la préservation de leurs habitats.

**PROJET 2 : AJDB (93)**  
Tisser des liens, redécouvrir la nature, dans un jardin pédagogique pour les grands et les petits.

**PROJET 3 : ALSACE NATURE (67)**  
Résidents d'un EHPAD et enfants, aménagent ensemble l'établissement en faveur de plus de biodiversité.

**PROJET 4 : 3PA (31)**  
Développer un Club Nature pour les enfants dans une maison médicalisée, en aménageant un jardin adapté à tous.

Credit : Association 3PA

## OFFREZ À CES CENTAINES D'ENFANTS ET LEURS AINÉS LA CHANCE D'APPRENDRE AU CONTACT DE LA NATURE



### Bon de soutien au Fonds de dotation *Rustica*

Merci de retourner ce bulletin complété accompagné de votre chèque libellé à l'ordre de : **FONDS DE DOTATION RUSTICA, 60509 CHANTILLY CEDEX**

Je soutiens :  **Projet 1 : LPO**  **Projet 2 : AJDB**  **Projet 3 : Alsace Nature**  **Projet 4 : 3PA**  **L'ensemble des 4 projets**

Montant du don  **10 €**  **20 €**  **50 €**  **100 €**  **Montant libre**

**Déduction fiscale 66 %** de votre don est déductible de votre impôt sur le revenu, dans la limite de 20 % de votre revenu imposable.

**Mes coordonnées :**  **M**  **Mme**

Nom :  Prénom :

Adresse :

Code postal :  Ville :

Pays :

Adresse e-mail :

Merci d'indiquer votre mail pour recevoir votre reçu fiscal

Oui, je souhaite être informé(e) des actualités du Fonds de dotation *Rustica*

Conformément aux dispositions légales et réglementaires en matière de données personnelles, les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par le Fonds de dotation Rustica pour la mise en place et le suivi des dons ainsi que pour l'envoi des courriers et emails d'information sur les dons et les projets. Elles sont destinées à être utilisées par le FONDS DE DOTATION RUSTICA et les prestataires techniques du FONDS DE DOTATION RUSTICA afin de permettre le bon traitement du don et d'assurer le service donneurs. Ces données peuvent être transmises à d'autres organismes à but non lucratif pour des campagnes d'appels à dons par voie postale. Vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en adressant un courrier au FONDS DE DOTATION RUSTICA – 60509 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 <https://fonds-de-dotation-rustica.org/charte-pour-la-protection-des-donnees-personnelles/>.



FDDRU2

# Rendez-vous avec l'excellence

Le Parc floral de Paris (75) organise, depuis plus de trente ans, le Concours international du dahlia.



PHOTOS : F. MARRE/RUSTICA

## Prix des journalistes

Le choix du jury qui est composé de journalistes de la presse jardin, et dont je faisais partie, s'est porté à l'unanimité sur la variété 'Caligula', présentée par Verver Export (Pays-Bas). Ce très grand dahlia au feuillage sain et à la végétation vigoureuse donne une profusion de fleurs simples bicolores, jaune vif et rouge, avec des pétales frangés. Compte tenu de ses dimensions vite imposantes, cette nouvelle variété est recommandée pour les grands massifs en plein soleil. Vous pouvez aussi la cultiver dans votre potager pour pouvoir cueillir de beaux bouquets tout au long de l'été. La tenue en vase des fleurs coupées, aux tiges solides, est excellente.



## CONCOURS INTERNATIONAL 2024 LES DAHLIAS STARS

**L**e grand jury de l'édition 2024 du Concours international du dahlia s'est réuni le 20 septembre dernier, dans le Parc floral de Paris. Cette année, il a jugé les variétés présentées par douze producteurs issus de six pays : Allemagne, Lettonie, Lituanie, Pays-Bas, Japon et France. De nombreuses distinctions ont été décernées, en tenant compte des trois critères suivants : l'aspect général de la plante, l'esthétique de la fleur et une prime aux caractères remarquables. Le premier prix, dans la catégorie des grands dahlias, a été attribué à la variété 'Bonbon Voltz', aux fleurs simples roses marquées de pourpre et de rose plus vif à la base des pétales, créée à l'exploitation horticole du campus Métiers nature de Coutances (50). Le Prix des fleuristes est revenu à la création 'Brown Sugar', aux fleurs orange cuivré de type balle, de Fred De Meulder (Pays-Bas). Parmi les variétés naines, 'Milky Way', à fleurs dentelées blanches de type double et obtenue par Ernest Turc (France), est lauréate du premier prix. 'Étoile du jardin', un dahlia bicolore de type nain simple, présenté par Arunas Balsevicius (Lituanie), a été récompensé par le premier prix du Critérium du public. Le Prix des amateurs est revenu au dahlia 'Akihiko', aux larges fleurs ébouriffées de type étoilé, créé par Seishu Miyabuchi (Japon).

# À FAIRE AU JARDIN cette semaine

## C'EST D'ACTUALITÉ

Nombreux sont les jardiniers qui se demandent quels végétaux tailler en automne. **Certaines plantes vivaces au feuillage fané gardent un bel aspect** pendant la mauvaise saison. Ne les coupez surtout pas maintenant ! Profitez des épis plumeux des pennisetums qui captent la pâle lumière du soleil hivernal, ou encore des fines tiges des stipas qui scintillent sous le gel.

Les chardons boules, les grands sedums et les achilléées dressent leurs inflorescences rendues brillantes par le givre. Gardez aussi les boules de fleurs séchées des hortensias, transformées en dentelle givrée. **Alain Delavie**



Épine-vinette, lavande, sedum, pennisetum et miscanthus ont revêtu leur blanc manteau.

E. PEZER/FLORA PRESS/BLOPHOTO



Le givre magnifie les fleurs d'hydrangéa séchées.



Les épis du pennisetum et les boules azurées scintillent sous le gel.

E. PEZER/FLORA PRESS/BLOPHOTO

## PROTECTIONS ANTIGEL

*Certaines mesures de précaution sont de rigueur pour protéger les systèmes d'arrosage des grands froids. Cela prolongera leur durée de vie.*

**L**e changement climatique est bien là, avec des températures qui, en moyenne sur une année complète, augmentent. Cela ne nous met pas à l'abri de grands coups de froid et de très basses températures. Si vous habitez dans une région à risque, prenez des mesures pour protéger vos installations d'arrosage. Les plus sensibles au froid sont les pompes, qu'il convient de vider et de remiser dans un lieu hors gel. Autre point délicat, les vannes et les robinets : il est plus raisonnable de les démonter et de les mettre sous abri jusqu'à une réinstallation printanière. Les tuyaux en matière plastique sont résistants au gel, mais leur durée de vie sera prolongée s'ils sont placés sous abri, car les alternances de gel et de dégel les altèrent.



*Retirez les systèmes d'irrigation sur les parcelles vides.*

E. BRENNICKLE/RUSTICA/POTAGER DE MONSIEUR ARBAUD

1

## Déconnecter les programmateurs

Connectés, ces systèmes permettent de programmer les arrosages aux jours et heures souhaités. Pour tout l'hiver,

déconnectez-les des arrivées et sorties d'eau pour les remiser à l'abri, en prenant soin d'enlever leur pile.



2



3



4

**Les tubes de goutte-à-goutte** sont à retirer des planches de culture, où ils ne sont plus utiles. Enroulez-les pour le stockage en les liant séparément, après les avoir purgés. Entreposez-les à l'abri du gel et même de la lumière, si cela vous est possible.

**Les tuyaux d'arrosage** souples, même s'ils sont enroulés sur un support, sont très sensibles aux écarts de températures, qui les affaiblissent et réduisent leur durée de vie. Videz l'eau pouvant rester à l'intérieur en les déroulant sur une pente. Stockez-les ensuite dans une cave ou une remise.

Le gel peut causer de graves dommages **aux robinets et aux vannes**. Il restera toujours, à l'intérieur, un peu d'eau qui pourra geler et provoquer des fissures. Ces dispositifs peuvent être démontés et stockés, ou être enveloppés de matières isolantes qui les protégeront.

## SEMER DES CAROTTES

Une température minimale de 10 °C est nécessaire à la levée des graines de carottes. **Les variétés dites "grelot", à la racine très courte, telles que 'Marché de Paris', se sèment sous abri** durant l'hiver. Préparez un sol léger et surfacez-le de compost pour qu'il se réchauffe mieux. Semez en lignes distantes de 15 cm et arrosez. Vous pouvez recouvrir ce semis d'un voile de forçage, de manière à gagner quelques degrés de chaleur. La germination débute 2 ou 3 semaines après le semis.



*Répartissez les graines dans des sillons profonds de 1 cm.*

F. MARIE/ROSTICIA/JARDIN LES FONTAINES



SHUTTERSTOCK

## FAIRE LA TRAQUE AUX LÉGUMES ABÎMÉS

De nombreux légumes-racines sont **stockés dans des silos**. Navets, carottes, panais ou betteraves sont ainsi gardés à disposition, dans la cave ou le garage. Après quelques semaines dans ces conditions, une tournée d'inspection s'avère nécessaire. Des racines meurtries peuvent se dégrader, et des pourritures apparaître. Ce grand tri permet de les éliminer afin que l'ensemble des légumes ne soit pas contaminé.

## ET AUSSI

**Aérer** les châssis et tunnels si le temps est doux. **Nettoyer** toutes les parcelles du potager. **Désinfecter** et ranger tuteurs et rames. **Vérifier** les protections des légumes qui restent en place. **Récolter** les radis noirs, choux de Bruxelles, choux cabus, navets, crosnes et poireaux. **Blanchir** les chicorées. **Semer** des fèves en climat doux. **Apporter** des amendements organiques, compost ou fumier.

## RÉCOLTER LES CHOUX 'DE MILAN'

Les premières gelées qui blanchissent les feuilles sont **le top départ de la récolte** des premiers choux 'de Milan'. La pomme doit être ferme et les feuilles extérieures supprimées.



F. MARIE/ROSTICIA/CHÂTEAU DU ROUAI

## CUEILLIR LA MÂCHE

Adaptée aux périodes froides, cette petite salade se récolte régulièrement, au fur et à mesure des besoins. **Coupez la plante au collet**. La racine reste en terre et ne repoussera pas. Retirez les feuilles jaunes ou abîmées à la base et laissez-les au sol. Lavez soigneusement les feuilles avant la consommation pour enlever toute la terre.



F. BOUCOURT/ROSTICIA

## BIEN SOIGNER L'OISEAU RARE

*Les soins apportés en hiver déterminent en grande partie la prochaine floraison des oiseaux-de-paradis, qui aura lieu dans quelques mois.*

**D**'avril à octobre, les strelitzias offrent des fleurs spectaculaires, dont la spathe pointue et verte évoque un bec, les fleurs bleues et les bractées orange simulant la tête et la huppe d'un bel oiseau exotique. Pour qu'elles éclosent, placez les potées dans une pièce très lumineuse dont la température est comprise entre 8 et 12 °C, par exemple une véranda non chauffée. Pendant le repos hivernal, limitez les apports d'eau et stoppez la fertilisation. Au printemps, quand les racines sortent du pot, rempotez les plantes dans un mélange composé à parts égales de terreau, de sable, de terre de jardin et d'un amendement organique. Utilisez un contenant muni de trous de drainage et assez grand pour y loger les vigoureuses racines.



F. DUBILLON/BIOSPHOTO

*La floraison intervient sur des plantes âgées d'au moins six ans.*

## ET AUSSI

**Forcer** les roses de Noël, les jacinthes et les amaryllis. **Chauder** la serre selon les besoins des végétaux. **Hiverner** les plantes carnivores. **Vérifier** l'hygrométrie de vos pièces chauffées. **Sortir** sous la pluie les plantes d'intérieur s'il fait plutôt doux. **Arroser** le lit de billes d'argile sous les potées pour que l'eau remonte par capillarité. **Vaporiser** de l'eau non calcaire sur les plantes vertes.



1

Les jours étant plus courts et le soleil plus bas, la photosynthèse est réduite en hiver. Une couche de poussière sur les feuilles ne doit pas la limiter davantage. **Essuyez-les souvent avec un chiffon humide**, en procédant de la base vers la pointe et en maintenant le dessous de la feuille dans la paume de la main.



2

Si des feuilles jaunes, mal formées ou petites apparaissent à la base de la touffe, coupez-les le plus bas possible avec un sécateur. Lors de ces tailles ou des arrosages, **surveillez les cochenilles**, car elles se propagent rapidement. Décollez-les à l'aide d'un coton imbibé d'un mélange d'eau et d'alcool.



F. MARRE/RUSTICA/TRUFFAUT

Un sapin vendu en conteneur pourra **être replanté après Noël**, à condition qu'il soit à vos mesures : un sapin de Nordmann peut atteindre 6 à 9 m d'étalement et 12 à 15 m de hauteur. Difficile d'en planter chaque année, mais vous pouvez varier les espèces plus ou moins grandes. Ne le placez pas trop tôt dans une pièce chauffée, et n'oubliez pas de l'arroser durant les fêtes.



E. BRENCHICHO/RUSTICA/PERINÉES MARCHAND

Acheter un sapin **cultivé en France** garantit un transport moins polluant que ceux qui proviennent de Scandinavie. Certains labels en attestent, comme Plante bleue ou Fleurs de France. Une IGP Sapin de Noël du Morvan est attendue pour 2025. Encore minoritaires, les Sapins bio de France sont les plus exigeants en matière d'environnement, et les seuls labellisés AB.

Textes : Annie Lagueyrie et Patricia Kadijevic (Et aussi...).

## CHOISIR UN BIO SAPIN

*Pour que la fête soit durable, faisons évoluer nos modes d'achat : optez pour un sapin de Noël écoresponsable, local, et qui pourra être recyclé.*

Certains déballent chaque année leur arbre artificiel, réutilisable il est vrai, mais non recyclable, et dont le bilan carbone est discutable, sauf s'il est utilisé durant vingt ans. Plus récents sont les modèles démontables, comme un jeu de construction imitant la forme d'un sapin, fabriqués en bois issu de forêts gérées ou – pourquoi pas ? – faits maison par un bricoleur de génie ! Si, pour vous, rien ne remplace un véritable sapin, vous pouvez ensuite le recycler.

## ET AUSSI

**Épandre** de la cendre de cheminée autour des arbres et des arbustes. **Bouturer** les saules et autres essences d'ornement. **Pailler** le pied des sujets frileux. **Planter** une palissade d'osier vivant, une haie brise-vent ou composée d'arbustes à floraison hivernale parfumée. **Transplanter** les espèces caduques. **Installer** des glycines et autres grimpantes rustiques. **Diviser** lilas et sumacs avec leurs rejets. **Élaguer** les grands arbres.



F. MARRE/RUSTICA/TRUFFAUT

N'achetez pas trop tôt votre arbre coupé, et soupevez plusieurs sujets identiques : **plus un sapin est lourd, plus il contient de sève**, ce qui garantit sa fraîcheur. Après les fêtes, assurez-vous qu'il soit composté, et non jeté ou brûlé. Au jardin, c'est facile : passez-le au broyeur avant de l'incorporer peu à peu dans le composteur. Certains magasins proposent de les recycler.

# FRUITS

## POUR CROQUER LA POMME

*Goûtez au plaisir de déguster les fruits de votre jardin, même s'il est petit ! Installez dès maintenant des pommiers formés en U double.*

Jusqu'à fin février et hors période de gel, c'est le moment de planter les arbres fruitiers vendus à racines nues, notamment les pommiers formés en U double. Prévoyez au moins deux variétés qui se fécondent. Les branches, encore jeunes, doivent être palissées. **Installez préalablement une armature** composée de plusieurs niveaux de fil de fer tendus entre des piquets, le long d'un mur ou d'une allée. À l'aide d'un sécateur, éliminez les racines blessées et épandez toutes les autres. Faites-les tremper dans une boue épaisse appelée pralin. Pendant ce temps, ouvrez un trou plus grand que le volume des racines. La terre est souvent de mauvaise qualité devant un mur ; si c'est le cas, remplacez-la complètement ou en partie.



P. ASSERAY/RUSTICA

## ET AUSSI...

**Tailler** tous les arbres à pépins s'il ne gèle pas : pommiers, poiriers, cognassiers... **Planter** les sujets à racines nues, en parlant les racines et en apportant corne broyée et compost, selon les besoins. **Nettoyer** les écorces. **Badigeonner** les troncs. **Éliminer** les fruits momifiés ou ceux pourris au sol. **Arroser** les jeunes plantations. **Vérifier** les tuteurages. **Surveiller** l'état des récoltes stockées dans le fruitier.



1

Mélangez du compost mûr et de la corne broyée à la terre, et versez-en une couche au fond du trou. Formez une butte et étalez les racines dessus. **Le point de greffe**, qui forme un bourrelet en bas du tronc, ne doit pas être enterré. Vérifiez qu'il se trouve au-dessus du niveau du sol en plaçant un bâton en travers du trou.



2

Bouchez le trou en faisant glisser la terre entre les racines, puis tassez doucement avec les pieds. Formez une cuvette d'arrosage en surface et versez-y 10 l d'eau. **Attachez souplement le haut du tronc et les branches des deux U** à chaque niveau de fil de fer. Utilisez des liens qui ne blesseront pas l'écorce.

E. BRENCHÉ/RUSTICA



## VOTRE CALENDRIER LUNAIRE

“À la Saint-Ambroise, du froid pour huit jours.”

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

Vendredi 6 S <sup>aint</sup> Nicolas	Samedi 7 S <sup>aint</sup> Ambroise	Dimanche 8 Imm. Conception	Lundi 9 S <sup>aint</sup> Pierre Fourier	Mardi 10 S <sup>aint</sup> Romaric	Mercredi 11 S <sup>aint</sup> Daniel	Jeudi 12 S <sup>ainte</sup> J.-F. de Chantal
lever 8h31 couche 16h53 lever 12h48 couche 22h07	lever 8h32 couche 16h53 lever 13h07 couche 23h28	lever 8h33 couche 16h52 lever 13h24 –	lever 8h34 couche 16h52 couche 0h48 lever 13h39	lever 8h35 couche 16h52 couche 2h09 lever 13h55	lever 8h36 couche 16h52 couche 3h32 lever 14h12	lever 8h37 couche 16h52 couche 4h58 lever 14h33
			88 20h36			14h20 Périgée

ASCENDANTE  
16h26

5h05 Jours-racines      4h19 Jours-fleurs      16h45 Jours-feuilles      16h20 Jours-fruits

○ PREMIER QUARTIER  
⊗ NŒUD LUNAIRE  
ASCENDANT

Les heures sont données en heures légales.  
Pour plus d'informations reportez-vous à *Jardinez avec la lune 2024* par Céleste, Rustica éditions,  
ainsi qu'à notre calendrier paru le 19/01/2024.



### Jours-racines

Sous châssis, semer des radis ronds en lignes espacées de 10 cm.  
Enterrer à peine les graines, tasser avec une planchette et arroser.



### Jours-fleurs

En région douce, avant les premières gelées ou sous abri, récolter les derniers choux-fleurs d'automne.  
Les déguster rapidement.



### Jours-feuilles

En terrine, dans la maison, semer des graines de cresson alénois à la surface du terreau. Les couvrir un peu, tasser et vaporiser d'eau.



### Jours-fruits

Sous climat doux, en place, en rangs distants de 40 cm, semer des fèves en posant un grain tous les 10 à 15 cm, à 5 cm de profondeur.

## SEMER DES BÉGONIAS ANNUELS

Opérez en lune montante, devant le Verseau.

**Les bonnes dates :** les 7 et 8 décembre et les 4 et 31 janvier.

**Quelles variétés ?** En coloris mélangés ou séparés (blanc, rose ou rouge), les séries Big Deluxxe, Cocktail, Super Olympia, Sprint Plus ou Super Cool.

**Comment faire ?** Les graines étant extrêmement fines, elles sont vendues enrobées pour une manipulation plus facile. Remplissez la caissette d'une miniserre neuve, ou propre et désinfectée, d'un terreau pour semis. Tassez la surface avec une planchette. Répartissez le plus uniformément possible les graines en les écartant de quelques centimètres. Elles ont besoin de lumière pour germer, aussi ne les couvrez pas de substrat mais tassez à nouveau, légèrement. Vaporisez de l'eau à température ambiante et fermez le couvercle de la miniserre.

Placez-la à la lumière, mais sans soleil direct, entre 20 et 25 °C.  
Aérez en milieu de journée.



Un semoir à main facilite la bonne dispersion des semences.

HOCHET/RUSTICA



TEXTE : ANNE LAGUERIE - PHOTO : F. MARIE/RUSTICA/PEPINIERE SAINT-MELOIR



TEXTE : ANNE LAGUERIE - PHOTO : E. BRIECKE/RUSTICA/PEPINIERE CHRISTIAN ALBRAND

## Myrte du Chili



**ARBRE**

**Myrtacées**

*Luma apiculata*

**Hauteur :** de 3 à 10 m.

**Étalement :** de 2 à 5 m.

**Croissance :** très lente.

**Feuillage :** persistant, luisant et aromatique.

**Floraison :** entre juillet et octobre, apparaissent

de petites fleurs blanches hérissées d'étamines de même couleur, suivies de baies noires comestibles.

**Mellifère :** oui, très.

**Plantation :** en automne ou au printemps.

**Sol :** drainé et fertile.

**Rusticité :** -8 °C.

Le feuillage grille dès -5 °C. Plantez l'arbre à l'abri des vents froids ou en bac pour l'hiverner.

**Arrosage :** le sol doit toujours rester frais, car le myrte souffre vite de la sécheresse.

*Ce grand arbuste à l'écorce acajou est bien adapté au climat du littoral atlantique.*

**UTILISATION** Peu rustique, il est réservé aux climats doux. Si des spécimens âgés peuvent former des arbres, ce myrte garde longtemps la forme d'un arbuste au tronc très court. Il mérite d'être isolé ou planté en groupe, plutôt que dans une haie mélangée.

**PLANTATION** Si le sol est drainé, plutôt léger et reste frais en été, ouvrez un trou et plantez la motte au ras du sol. En terre un peu argileuse ou très sablonneuse, ajoutez du terreau et du compost.

**ENTRETIEN** Paillez et arrosez si le sol a tendance à sécher. La taille n'est pas nécessaire, mais l'arbuste la tolère si bien qu'on peut le conduire en topiaire.

**MULTIPLICATION** Par semis ou par bouturage au mois d'août.

## Secret de jardinier

*Pour mettre l'écorce en valeur, on peut le tailler en nuage, en fin d'hiver et après la floraison.*

## Rosier 'Léo Ferré'



**ROSIER BUISSONNANT**

**Rosacées**

*Rosa*

**Hauteur :** taillé en hiver, il atteint 70 à 90 cm.

**Étalement :** de 50 à 60 cm.

**Croissance :** rapide.

**Feuillage :** caduc, de couleur prune puis vert foncé, assez résistant aux maladies (oïdium, taches noires).

**Floraison :** entre mai-juin et septembre, plusieurs vagues de roses turbinées comptant 30 à 40 pétales blancs à base dorée bordés de carmin.

**Plantation :** de novembre à février, à racines nues.

**Sol :** profond et riche, même argileux.

**Rusticité :** -20 °C

**Arrosage :** par temps sec, les deux premiers étés.

*Atypique, tout en contraste, ce rosier est extra ! Résistant, il fleurit durant tout l'été.*

**UTILISATION** Cet arbuste se fait remarquer par le coloris hors du commun de ses grandes fleurs. Pour le mettre en avant, groupez plusieurs sujets et associez-les à des vivaces à floraison blanche plutôt qu'à d'autres rosiers.

**PLANTATION** En hiver, vous trouverez des plants à racines nues. Laissez-les tremper dans un pralin. Pendant ce temps, ouvrez un trou de 40 cm en tous sens afin de pouvoir y étaler les racines sans les retrousser. Refermez le trou sans enterrer le point de greffe.

**ENTRETIEN** Taillez les rameaux en fin d'hiver, en gardant les plus forts. Rabattez-les assez bas, à différents niveaux. Apportez aussi du compost.

**MULTIPLICATION** Par greffage, en été.

## Secret de jardinier

*Les variétés greffées sur *Rosa multiflora* jaunissent en sol calcaire, où il vaut mieux choisir *R. laxa*.*

# ABONNEZ-VOUS À *Rustica*



Semez, plantez, récoltez aux meilleurs moments avec *Rustica* pour un jardinage sain, économique et une vie 100% au naturel.

## EN CADEAU



Découvrez les 28 légumes indispensables à cultiver, la bonne quantité à semer/planter et les bons gestes à adopter pour réussir votre culture toute l'année. Du potager à l'assiette : apprenez à conserver et à cuisiner vos récoltes. Valeur : 6,90€

Au fil des saisons, découvrez chaque semaine les fiches cultures, des recettes de cuisine, mais aussi des conseils maison et beauté pour vivre une année au naturel. Valeur : 6,90€



## Abonnement 1 an + 1 agenda et 1 hors-série

**89,90 €** au lieu de 156,40 €\*

soit plus de **42% de réduction**

## BULLETIN D'ABONNEMENT

Complétez le bulletin ci-dessous et retournez-le accompagné de votre règlement dans une enveloppe SANS L'AFFRANCHIR à :  
**Rustica - Libre réponse 23102 - 60647 Chantilly Cedex**

## + SIMPLE + RAPIDE

Par internet sur [abo.rustica.fr/ABORU2867](http://abo.rustica.fr/ABORU2867)

0 806 000 465 Service gratuit + prix appel | indiquez le code **PRU2867T**

### Oui, je m'abonne 1 an à *Rustica*

Mon abonnement annuel sera renouvelé à date anniversaire

Je recevrai **Rustica** pendant 1 an (50 numéros dont 2 numéros doubles et 14 carnets pratiques) et l'**agenda 2025** et le hors-série **Rustica Pratique**

**89,90 €**

PRU2867

au lieu de 156,40 €\* en kiosque  
soit plus de **42% de réduction**

### JE CHOISIS MON MODE DE PAIEMENT :

- Chèque bancaire à l'ordre de **Rustica**
- Carte bancaire ou PayPal sur le site internet [abo.rustica.fr/ABORU2867](http://abo.rustica.fr/ABORU2867)  
(4x sans frais possible avec PayPal)

**Mes coordonnées : M**  **Mme**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :  Ville :

Tél. fixe :

Mobile :

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

E-mail :

Oui, Je souhaite recevoir les newsletters du site [Rustica.fr](http://Rustica.fr) et les meilleures offres du moment.

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

### VOS AVANTAGES ABONNÉS



Version numérique incluse



Accès illimité aux anciens numéros numériques sur 3 ans



Frais de port offerts en France métropolitaine



Gestion de votre abonnement en ligne à tout moment



# HABILLEZ NOËL AU NATUREL

*Après les plantations d'automne, pratiquez la taille de Noël et récoltez branchages, baies, cônes pour composer à la maison couronnes et autres décorations. ♦ ANNIE LAGUEYRIE*

**A**u bonheur de cultiver un jardin, ajoutez le luxe de décorer gratuitement la maison avec des compositions qui coûteraient une fortune chez un fleuriste ! Que du naturel, du bio, des matériaux on ne peut plus local, compostables et recyclables après usage et que l'on peut changer chaque année, sans gaspillage. La couronne de l'Avent est un grand classique : apprenez comment la

fabriquer de A à Z. Réalisez-la avec les végétaux dont vous disposez : du cyprès si vous n'avez pas de sapin, de l'osier ou du noisetier, du houx quand la saison du piment rouge est passée, bref, valorisez ce que produit votre jardin. En forêt, mieux vaut avoir l'accord du propriétaire pour vos cueillettes. Chez *Rustica*, on cultive aussi l'esprit récup'. Pas besoin d'acheter quand on a tant d'objets à détourner.

## La couronne en branches de sapin



A. MICHAELIS-HAENGER/FLORA PRESS/BOSPHOTO



A. MICHAELIS-HAENGER/FLORA PRESS/BOSPHOTO



A. MICHAELIS-HAENGER/FLORA PRESS/BOSPHOTO

Vous aurez besoin d'un support cylindrique (prêt à l'emploi ou à fabriquer vous-même en paille par exemple), de mousse naturelle, de fil métallique souple de couleur verte. La première étape consiste à habiller la couronne : **posez une plaque de mousse**, entourez-la avec le fil métallique, recommencez l'opération avec la plaque suivante jusqu'à dissimuler tout le support.

Dans l'idéal, poursuivez l'habillage **à l'aide de branches de conifères portant des fruits**, ici du mélèze. Une bonne astuce : procurez-vous des cavaliers utilisés par les fleuristes pour la fixation des végétaux dans les compositions florales. Ce sont de grandes épingle qui vont s'enfoncer dans le support et maintenir solidement les branches de mélèze.

Fixez les branches deux par deux en attachant leur base sur la couronne avec un cavalier. Ajoutez-en un second vers le milieu des branches et laissez l'extrémité libre. Procédez de même avec deux nouvelles branches un peu plus loin jusqu'à obtenir une **composition touffue, mais dont le centre doit rester vide** sur 10 à 20 cm de diamètre afin de garder l'esprit de la couronne.

## DEUX VARIATIONS



U. SCHMIDT/FLORA PRESS/BOSPHOTO

S'il n'y a pas de fruits sur les branches de conifère que vous pouvez couper au jardin, habillez votre couronne de simple feuillage de sapin, thuya, cyprès... et ajoutez ensuite de petites pommes de pin, divers cônes et comme ici **les fruits rouges d'un pommier d'ornement**, assortis à des boules de Noël.



S. FRIEDRICH/BOSPHOTO

Posée à plat, la couronne peut faire office de bougeoir. Comme elle est plus inflammable qu'un gâteau d'anniversaire, **choisissez des bougies assez hautes** et utilisez des bougeoirs à piquer pour sécuriser leur ancrage. Elles peuvent rester allumées le temps d'un repas sous la surveillance des convives.

# La déco qui donne des idées

Prélevez des rameaux souples de saule, noisetier, bouleau, clématite sauvage, chèvrefeuille..., de 120 cm de longueur environ. Arquez une branche au diamètre de la couronne, attachez-la avec un fil de fer souple.

**Attachez d'autres branches autour de la première (1)** jusqu'à obtenir le volume souhaité et sans trop serrer. Pour lui donner du corps et piquer plus facilement les éléments du décor, bourrez la couronne de mousse des bois. Il ne reste plus qu'à suspendre **citrons verts et grappes de piments frais ou séchés, puis à piquer feuillages d'eucalyptus et fleurs séchées d'hydrangéa (2)**.



## HORS DE PORTÉE DES PLUS PETITS

Parmi les baies rouges, **celles du houx** (souvent utilisées), du nandina et dans une moindre mesure du cotonéaster et du pyracantha sont toxiques pour les enfants qui ont tendance à tout mettre à la bouche. Leur goût amer est souvent dissuasif, mais quelques baies peuvent suffire à provoquer nausées, diarrhées ou vomissements. La prudence reste de rigueur. N'en décorez pas la table !



## Les bougies passent à table



Multipliez les astuces pour illuminer la table avec de vraies bougies, mais en toute sécurité. Une couronne n'étant pas stable, posez-la à plat sur un socle rigide facile à déplacer **comme ce large rondin de bois (1)**. À défaut, un joli plateau en bois ou une planche à découper de forme ronde fera l'affaire. Pour habiller votre couronne, utilisez de la mousse naturelle encore humide et donc peu inflammable. En même temps que vos bougies, achetez des **bougeoirs à piquer munis d'ergots (2)**, que vous planterez dans la couronne. Ensuite insérez-y les bougies.



## De la neige douillette



1



2

Voici une alternative très naturelle à la neige chimique en bombe et un bon moyen de **recycler les plumes d'oies d'un vieil oreiller** (1). Si vous n'en avez pas, vous pouvez acheter du rembourrage en vrac, moins cher que des plumes dans un magasin de loisirs créatifs. **Pour les fixer sur des boules de Noël** (2), utilisez de la colle en bâton. Quant à la neige à pulvériser, savez-vous que vous pouvez la fabriquer à l'aide du blanc de Meudon qui sert à blanchir les serres en été ? Mélangez la poudre à de l'eau et placez le liquide dans un pulvérisateur. Faites quelques essais avant de blanchir le sapin...

F. STRAUSS/BIOSPHOTO

## PIN, SAPIN, MAIS PAS SEULEMENT

Tous les restes de conifères du jardin peuvent servir à la déco de Noël : sapin, pin, cèdre, etc. Ceux qui ont des écailles plutôt que des aiguilles ne piquent pas, tel le cyprès dont les cônes sont esthétiques. C'est aussi le cas des faux cyprès ou des genévrier de Pfitzer, dont les feuilles plates sont pratiques pour habiller un support. L'if est toxique et de plus, il ne sent rien car il n'est pas résineux.



F. STRAUSS/BIOSPHOTO

## Trop stylé mon arbre de Noël !



GAP PHOTOS

Pas de place pour un véritable sapin ? Lestez un gros pot en terre cuite avec des galets pour caler un mât à l'intérieur en guise de tronc. Façonnez une couronne en branchages (voir pages 19 et 20) et fixez dessus des petits pots en terre cuite : nouez un brin double de ficelle autour d'un tronçon de bois à caler dans le fond du pot.

**Glissez la ficelle par le trou de drainage** et attachez les deux brins à la couronne que vous décorez ensuite de branches et de pommes de pin. Reliez la couronne avec plusieurs ficelles au sommet du mât. Il ne reste plus qu'à y accrocher votre étoile de Noël et à **allumer les bougies nichées dans les pots garnis de mousse**.

# Boule de Noël géante

Recyclez un ballon d'enfant défraîchi et un vêtement en laine polaire ou tout textile douillet, blanc comme neige. Emballez le ballon dans le tissu et repliez les différents pans vers le sommet. **Maintenez-les par un lien bien serré** (1), puis découpez l'excédent de tissu.

Faites un petit bouquet avec des **branches de sapin, des baies de couleur rouge et des pommes de pin** (2). Nouez avec du raphia les végétaux possédant une tige. Ajoutez les éléments séparés (baies, cônes), en les fixant à l'aide d'un pistolet à colle. Vous pouvez coudre ou coller au sommet de la boule un ruban pour la suspendre.



1



2

## RIEN NE SE PERD, TOUT SE RECYCLE

Pour ne pas perdre de temps à démonter vos décos de Noël, n'utilisez que des matériaux naturels, y compris la ficelle. Banissez le plastique, les colles chimiques, la neige artificielle, les tissus synthétiques. Quelques agrafes en métal ne posent pas de problème. Découpez en menus morceaux tout ce que vous ne pouvez pas réutiliser – conservez le fil métallique – et hop, au compost !



A. MICHAELIS-HAEGEMER/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

## Mettez les petits plats dans les grands



1

Voici comment produire beaucoup d'effet avec **une douzaine de fleurs d'hellébore et la vaisselle du placard** (1). Choisissez deux tasses de taille différente avec leur soucoupe et une assiette légèrement creuse pour la base. **Superposez les cinq éléments** (2) et ajoutez une bougie au sommet. Garnissez le rebord de l'assiette et des soucoupes de branches de sapin qui feront office de pique-fleurs. Recoupez les tiges des hellébores et piquez-les entre les aiguilles de sapin. Versez de l'eau dans les soucoupes et l'assiette : vérifiez que la base des tiges est immergée afin de conserver la fraîcheur des fleurs.



2

## Mobile forestier

Fabriquez les figurines de Noël qui composent ce mobile à l'aide de ficelle et de branchages: une minicouronne faite d'un rameau de pin bien ficelé et trois étoiles. Celle du centre est un simple rameau de sapin, celle de gauche est réalisée avec six branchettes et celle de droite est garnie de mousse et d'une petite guirlande lumineuse à leds sans fil.



GAP PHOTOS

## Osez le chef d'œuvre !

Profitez d'une récolte de cônes d'épicéas pour déguiser en sapin un rosier palissé sur un treillage. **Créez un fond de verdure en habillant le treillis de branches de conifères.**

Évoquez la forme triangulaire du sapin à l'aide de perches de noisetier (saule, bouleau), plantées dans la jardinière et réunies en tipi. Suspendez des cônes et une guirlande lumineuse à leds.



E. STRAUSS/BIOSPHOTO

## Noël de poupée

Retrouvez votre âme d'enfant et vos doigts de fée en agençant un **minisapin, une lanterne et des baies rouges**: c'est classique mais l'esprit de Noël est tout de suite présent sur le balcon ou à la maison. Détournez de leur usage pots, corbeilles, étagères dans lesquels vous pourrez faire entrer tout un paysage miniature.

Réalisez le vôtre et s'il vous reste du matériel, lancez un concours sur ce thème pour canaliser l'énergie d'une bande d'enfants durant les vacances.



U. SCHMIDT/FLORA PRESS/BIOSPHOTO



A. MICHAELIS-HÄNNER/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

## À contre-courant

Aux guirlandes électriques à fort pouvoir clignotant, on peut préférer la simplicité du naturel pour accueillir ses invités. Vitré ou ajouré, un écran ajoute du mystère à la flamme d'une **bourgie posée dans une lanterne** ou un photophore, à l'abri du vent. Généreux en cônes, mélèze, comme ici, et épicéa offrent de longues branches déjà décorées et un feuillage odorant.

### DATE LIMITE D'UTILISATION



S. SCHWARZ/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

Les plantes fraîches, le feuillage, les fleurs et les fruits, **comme ici des prunelles**, ne se conservent pas au-delà de quelques jours, même à l'abri de la chaleur. Quand ils sont secs, ils peuvent rester beaux plusieurs mois... hors poussière! Mieux vaut donc ne pas mélanger le frais et le sec dans vos compositions.



# CLÉMATITES

## au cœur de l'hiver

*Mauvaise saison, mais dans la bonne humeur grâce à ces plantes qui fleurissent durant plusieurs mois et embaument parfois l'air environnant. Adoptez-les vite, au jardin en climat doux, en pot ailleurs. ✨ THÉRÈSE TRÉDOULAT*



## C. ARMANDII

Vigoureuses, les fleurs blanches en étoile de la clématite d'Armand couvrent presque totalement le feuillage.

☀ soleil, mi-ombre ↗ drainé, riche  
☞ en été

**Dimensions :** H. 3 à 5 x étal. 2 à 3 m. **Floraison :** de février à avril. **Utilisation :** au pied d'un arbre, sur une tonnelle ou un mur. **Rusticité :** elle tolère jusqu'à - 10 °C.

**Notre conseil :** palissez-la car elle s'accroche mal seule.

Certaines clématites ne font rien comme les autres ! Leurs fleurs en étoile ou clochette s'épanouissent entre décembre et février, comme celles des clématites cireuses (*Clematis cirrhosa*) 'Freckles', 'Lansdowne Gem', 'Wisley Cream', 'Winter Parasol', 'Jingle Bells', ou de *C. urophylla* 'Winter Beauty'. Quant aux clématites du père d'Armand (*C. armandii*), dont 'Apple Blossom', elles attendent la fin de l'hiver et le début du printemps. Toutes arborent un feuillage persistant qui devient bronze avec le froid ou peut tomber partiellement. Ne vous inquiétez pas si leurs feuilles chutent en été, c'est ainsi qu'elles se protègent de la sécheresse. Arrosez-les une ou deux fois par semaine pour les aider.

## Belles frileuses

En revanche, elles sont peu rustiques et apprécient les régions douces et les endroits abrités des vents froids. Ailleurs, les moins vigoureuses se cultivent en pot ou en bac. Prévoyez alors un treillage à l'arrière du pot ou un tipi pour pouvoir

les transporter et les hiverner dans un local hors gel très lumineux. Plantez-les dès maintenant s'il ne gèle pas, ou au printemps, en inclinant la motte dans le trou. Enterrez aussi la base des tiges. Ces clématites fleuriront abondamment, tous les ans, sans taille. Pratiquez seulement un nettoyage après leur floraison pour retirer les parties sèches ou mortes. Limitez si besoin leur encombrement. Un sol bien drainé est indispensable et renforcera leur résistance au froid.

### 'FRECKLES'

Ses corolles blanches largement mouchetées de pourpre sont légèrement odorantes.

☀ soleil, mi-ombre ↗ profond, drainé  
☞ si besoin en été

**Dimensions :** H. 2 à 3 x étal. 2 m.

**Floraison :** de novembre à janvier.

**Utilisation :** en pot, pour garnir,

un mur, un grillage ou un arbuste.

**Rusticité :** jusqu'à - 10 °C.

**Notre conseil :** arrosez durant l'été s'il est sec, sinon ses feuilles pourraient tomber.



Légende pictogrammes : ☀ exposition ↗ type de sol ☰ arrosage

# Demain au jardin

## 'LANSDOWNE GEM'

Ses fleurs solitaires à quatre pétales rouge sombre contrastent avec son feuillage persistant.

☀ soleil, mi-ombre ↗ drainé, même sec ☀ par temps sec en été

**Dimensions :** H. 3 x étal. 1,50 m.

**Floraison :** de décembre à mars.

**Utilisation :** en bac, au pied d'un arbuste ou devant un mur. **Rusticité :** elle résiste jusqu'à - 8 °C.

**Notre conseil :** limitez les apports de compost pour que cette clématite fleurisse davantage.

## 'APPLE BLOSSOM'

Les boutons rosés s'ouvrent en fleurs étoilées blanches qui dissimulent le feuillage.

☀ soleil, mi-ombre ↗ drainé, riche ☀ régulier en été

**Dimensions :** H. 4 à 6 x étal. 3 m.

**Floraison :** de février à avril.

**Utilisation :** sur un mur, un treillage, une arche, une pergola ou au pied d'un arbre. **Rusticité :** jusqu'à - 10 °C.

**Notre conseil :** installez cette variété de la clématite d'Armand près de la maison pour profiter de son parfum.



## 'WISLEY CREAM'

Ses petites fleurs en forme de cloches blanches se teintent de jaune pâle.

☀ soleil, mi-ombre ↗ drainé, riche ☀ si besoin en été

**Dimensions :** H. 2 à 3 x étal. 2 m. **Floraison :** de décembre à février. **Utilisation :** en bac, devant un treillage, un grillage, sur une arche. **Rusticité :** jusqu'à - 6 °C.

**Notre conseil :** protégez son pied d'un paillage en hiver.



### 'WINTER BEAUTY'

Ses merveilleuses clochettes retombantes blanc crème se forment par groupe de deux ou trois.

☀ soleil, mi-ombre ☀ drainé à sec ☀ modéré

**Dimensions:** H. 3 x étal. 1,20 m. **Floraison:** de décembre à février. **Utilisation:** en pot lorsqu'elle nécessite d'être hivernée, palissée contre un mur en région douce. **Rusticité:** elle ne résiste que jusqu'à - 6 °C.

**Notre conseil:** arrosez à 40 ou 50 cm de distance du pied et laissez bien sécher le sol entre deux apports d'eau.



### 'WINTER PARASOL'

Piquetées de rose, les fleurs exhalent un léger, mais délicieux parfum.

☀ soleil, mi-ombre ☀ profond et drainé ☀ modéré

**Dimensions:** H. 2 à 3 x étal. 2 à 3 m. **Floraison:** de janvier à mars. **Utilisation:** sur une arche, un mur ou un gros arbuste à la floraison décalée. **Rusticité:** jusqu'à - 10 °C.

**Notre conseil:** en mars, apportez un engrais à fleurs autour du pied pour stimuler la floraison de l'hiver suivant.

### 'JINGLE BELLS'

Ses fleurs blanches à la fragrance subtile sont réunies en bouquets retombants tout le long des tiges.

☀ soleil, mi-ombre ☀ drainé à sec ☀ en été

**Dimensions:** H. 2 à 3 x 2 m. **Floraison:** de décembre à mars. **Utilisation:** en pot, sur une tonnelle, un arbre ou un arbuste. **Rusticité:** jusqu'à - 8 °C.

**Notre conseil:** plantez-la à un emplacement protégé des vents froids, qui peuvent abîmer les fleurs et les feuilles.





## GRANDES PERCHES en décor de massif

*Ces cinq plantes mènent grand train dans les massifs et sont parfaites pour occuper les arrière-plans du décor. Ralliez-vous à leurs hauts panaches.* ✨ PATRICIA KADIJEVIC

### Fausse spirée, vrai effet !

La fausse spirée à feuilles de sorbier (*Sorbaria sorbifolia*) est moins drageonnante que les autres plantes du genre *Sorbaria*. Plantez donc sans hésiter cet arbuste caduc, qui atteint vite 1,70 m, en fond de massif pour lui apporter volume, structure et couleur presque toute l'année. Ses longues tiges, rehaussées du jeune feuillage rose-rouge au printemps, se font remarquer. En été, l'arbuste se pare de petites fleurs groupées en panicules,

dressées jusqu'à 25 cm de hauteur, blanc crème, qui attirent papillons et insectes. Très rustique, la fausse spirée a besoin d'un sol humifère et frais, voire humide exposé au soleil ou à la mi-ombre. Un arrosage soutenu la première année, puis en cas d'été chaud asséchant le sol, sera essentiel à sa croissance. Une taille de fin d'hiver confère une forme équilibrée à la plante en attendant l'explosion de couleurs dès le printemps.

## Style californien

Le céanothe ou lilas de Californie (*Ceanothus thyrsiflorus*) 'Skylark' est un arbuste généreux. Ses branches souples portent un feuillage dense, vert vif et luisant, persistant, ovale, au bord joliment crénelé. De taille modérée, cet arbuste forme au bout de 5 ou 6 ans un écran efficace, de 2 m de hauteur, qui comblera facilement les vides dans les massifs. Au printemps et durant deux bons mois, ses fleurs bleues réunies en panicule attirent tous les insectes des environs. Le céanothe tolère les périodes sèches comme les épisodes de froid, jusqu'à -15 °C, ainsi que le calcaire. Il est idéal dans un massif ensoleillé situé au nord de la Loire, et si vous habitez le Sud, il se plaira à la mi-ombre pour échapper aux rayons brûlants du soleil de l'après-midi. Il apprécie les sols drainés qui empêchent toute stagnation de l'eau et le développement d'un champignon s'attaquant au collet de la plante.



A. KUBA/CS/BIOSPHOTO

## Du vert, puis de l'or

Les touffes dressées jusqu'à plus de 1,50 m de hauteur du roseau de Chine (*Miscanthus sinensis*), très décoratives, créent un écran efficace. Le feuillage reste vert tardivement (souvent jusqu'en janvier dans le nord de la France), mais sous -10 °C, il sèche.

Installez la plante dans un sol profond, assez riche et plutôt frais à humide. Elle peut supporter une sécheresse passagère. Ses fleurs et ses feuilles, très appréciées pour leurs couleurs automnales, sont intéressantes en bouquet.

Le spectacle commence dès la formation de boutons floraux rouges pareils à de petites chenilles, avant l'apparition des inflorescences beige rosé puis gaufrées d'or sur de longues hampes graciles vers le mois d'août. Elles s'allongent ensuite de façon spectaculaire.



A. KUBA/CS/BIOSPHOTO



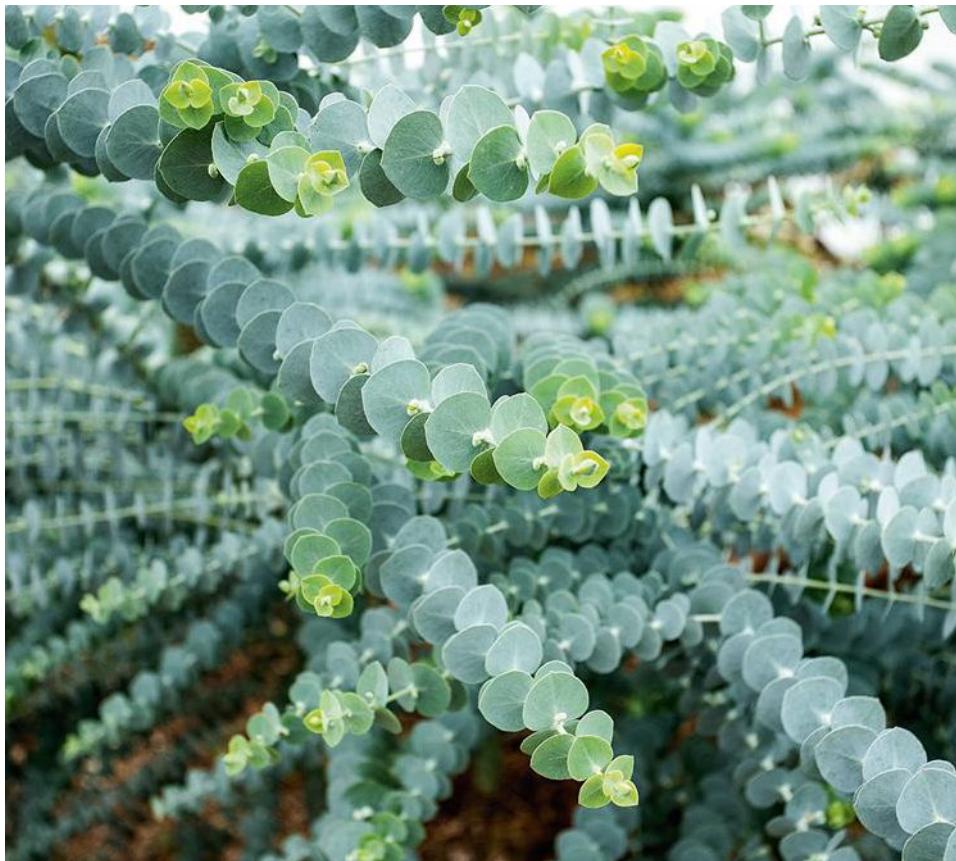
## Décor intemporel

L'acanthe à feuilles molles (*Acanthus mollis*) est la plante de l'opulence. Avec son feuillage vernissé graphique, profondément découpé, pouvant atteindre 1 m de longueur et sa floraison culminant à 1,50 m, c'est une pièce maîtresse pour un massif exposé à la mi-ombre. Son cycle végétatif peut varier en fonction du climat. Dans le Sud, la plante fleurit en fin de printemps, entre en dormance en été et repart en automne. Dans les régions plus froides, sa croissance débute au printemps, sa floraison a lieu en été et elle entre en dormance à l'automne. L'acanthe est capable de résister à de brèves gelées allant jusqu'à - 15 °C, à condition que le sol soit bien drainé. Les fleurs peuvent être utilisées pour des bouquets extravagants frais ou secs.

## Bébé eucalyptus

L'eucalyptus (*E. pulverulenta*)

'Baby Blue' est apprécié pour sa taille modeste, son port pyramidal et son feuillage persistant et dense, mais ses atouts ne s'arrêtent pas là : comptez aussi sur sa floraison printanière blanc crème en petits pompons et son écorce qui s'exfolie. De croissance rapide, 'Baby Blue' atteint sa taille adulte (3 m environ) en quelques années. Il apprécie les sols drainés qui le rendront plus tolérant aux gelées (au maximum - 10 °C). Si vous souhaitez lui maintenir son port buissonnant, rabattez cet eucalyptus à la fin de l'hiver à 25 cm du sol environ. Il possède un organe renflé au niveau du collet, pourvu de nombreux bourgeons dormants, lui permettant de repartir vigoureusement après une taille ou un gel trop brutal.



# Rustica & MOI

Pour un service plus fluide et efficace, créez votre espace abonné sur notre site. Ajoutez vos coordonnées (téléphone, email) et restez toujours connecté avec nous pour tout ce qui concerne votre abonnement.

## VOS AVANTAGES



Recevez des emails en cas de perturbations relatives à la distribution de votre magazine



Gérez votre abonnement en toute simplicité en ligne



Vous déménagez ou vous partez en vacances ? Mettez à jour vos infos en un clic

## Créer votre espace abonné en ligne en 3 étapes

C'est rapide et facile, suivez la procédure



1. Scannez le QR Code ou connectez-vous sur <https://abo.rustica.fr/creer-compte>
2. Renseignez votre numéro abonné et votre code postal  
**Votre numéro abonné se trouve sur l'emballage de votre magazine, il est composé d'1 lettre suivie de 7 chiffres**
3. Recevez un mail de confirmation

# POIVRE NORMAND

## l'épice de la presqu'île

À Saint-Maurice-en-Cotentin, sur la côte ouest du département de la Manche, Marine Rivière a réussi le pari de cultiver des arbustes à baies bien poivrées, délicieusement parfumées et vibrantes en bouche.



**S**ur une plantation de 4 ha, Marine Rivière cultive en agriculture biologique plusieurs centaines de pieds d'arbustes du genre *Zanthoxylum* (famille des Rutacées) dont les baies s'utilisent tels des poivres. *Contrairement aux lianes tropicales des poivriers *Piper nigrum* et *P.longum*, ces arbustes épineux à baies poivrées sont adaptés à notre climat tempéré*, explique la productrice. *Récoltée rouge, ou verte avant maturité, la coque séchée de la baie du Sichuan (photo ci-dessus) a un goût anisé. Celle du sansho japonais délivre des notes d'agrumé mentholé. La baie de Tasmanie révèle, quant à elle, des notes chaudes intenses.*

### Châtaigne d'Ardèche

L'Appellation d'origine est réservée aux fruits issus des variétés locales anciennes de *Castanea sativa* Mill.



### 'Reinette du Canada'

Pomme de garde jusqu'en avril, cette variété offre une chair fine mi-tendre dotée d'une acidité discrète.



STUDIO1PHOTOCUISINE

### Pavés de saumon au poivre

#### Pour 6 personnes

Préparation: 20 min – Cuisson: 20 min

- 1 cuill. à café de grains de poivre du Sichuan • 6 pavés de saumon avec peau • 12 minilégumes (carottes, navets)
- 1/2 petit chou-fleur • 10 cl de café long • 25 g de beurre
- 1 cuill. à s. d'huile de tournesol • sel • 2 brins de persil

• **Épluchez** les minilégumes, détaillez le demi-chou-fleur, lavez-les et égouttez-les. Efeuillez le persil. • **Faites fondre** le beurre dans une sauteuse, puis ajoutez les légumes et faites-les rissoler durant 3 min. Versez le café, le poivre et un peu de sel.

• **Couvrez** et laissez cuire à feu doux pendant 15 min. Séchez les pavés de poisson avec du papier absorbant. • **Chauffez** une poêle avec l'huile et posez le saumon, côté peau. Laissez cuire à feu moyen jusqu'à ce que la chair vire au rose pâle sur la moitié de l'épaisseur. • **Retournez** le saumon et faites cuire l'autre face durant 3 min. Disposez les légumes et le poisson dans des assiettes, arrosez de jus et de poivre, parsemez de persil ciselé.



# L'actu gourmande

Nathalie Collin, cheffe de rubrique maison

## VOLAILLES FRANÇAISES FESTIVES

Du 10 décembre 2024 au 10 janvier 2025, chapon, chapon de pintade, dinde, poularde, canard, caille, pigeon... sont sur les étals. Noël 2024 s'annonce sous de meilleurs auspices: toutes les espèces, pour petites et grandes tablées, sont au rendez-vous en quantité voulue, conformes aux cahiers des charges et proposés à des prix légèrement en baisse. "Pour la filière, c'est une bonne nouvelle, car les années précédentes ont été marquées par les contrecoups de l'influenza agraire", rappelle Sébastien Verdier, membre de l'Association de promotion de la volaille française (APVF).



SYNAF/SP

# C'est nouveau!



## SAVEURS D'AGRUMES

Piliers de la cuisine chinoise, ces baies du Sichuan, que Marine Rivière cueille vertes avant maturité, diffusent leurs notes piquantes citronnées dans un wok de poisson.

**Plantation Petite Rivière.**  
**Sichuan vert, 15 g, 15 € env.**

## CANARD FESTIF EXPRESS

Précuites à basse température et prêtes à déguster en 9 min au four, ces deux cuisses tendres de canard confit du Sud-Ouest sont vendues avec une sauce à la truffe. **Maison Montfort. Cuisses de canard, 450 g, 10 € env.**



## BRIOCHE ITALIENNE

Pour changer du traditionnel panettone aux raisins secs, la cheffe italienne Luana Belmondo en présente un frais, au citron recouvert d'un glaçage de chocolat blanc.

**Monoprix. Panettone Luana Belmondo, 500 g, 14 € env.**

## TABLETTE GÉANTE

Inspiré par les paysages glacés, le chocolatier Edwin Yansané marie grands crus de cacao et saveurs inattendues dans une collection joyeusement givrée.

**Edwart Chocolatier, 220 g, 30 € env.**



# Au menu

## SAMEDI

- Velouté de potiron
- Bouchées à la reine, mâche
- Bricks aux pommes et châtaignes

## DIMANCHE

- Salade aux cèpes et aux noix
- Poulet sauté à la sichuanaise
  - Merveilleux au café

## LUNDI

- Chou rouge à l'orange
- Marmite de poissons
- Pommes cuites à la confiture

## MARDI

- Œufs en cocotte au thym et au bleu
- Fricassée de pleurotes à l'ail
- Faisselle sirop de framboise

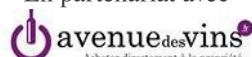
## MERCREDI

- Bouchées vapeur et neufchâtel
- Poêlée d'endives aux graines
  - Riz au lait vanillé

## JEUDI

- Salade de carotte et betterave
  - Lasagnes aux épinards
    - Pommes farcies aux fruits secs
- VENDREDI
  - Soupe de légumes en brunoise
  - Pavés de saumon au poivre
  - Camembert et gelée de cidre

En partenariat avec



## La sélection du sommelier

Antoine, membre du comité de dégustation Avenue des vins



### Mas Conscience, L'Éveil, 2021, AOC terrasses-du-larzac, Languedoc

Revêtu d'une magnifique robe rouge grenat, ce vin exhale des notes d'épices et de fruits noirs et rouges. Son nez raffiné révèle des arômes d'épices douces et de fruits rouges ensoleillés. En bouche, il séduit par son équilibre et sa finesse, offrant une expérience gustative harmonieuse.

**Accord:** servez-le avec un risotto aux truffes, du thon snacké, une épaule d'agneau confite ou du poulet sauté à la sichuanaise pour des accords gourmands. Cépages: syrah, cinsault, grenache noir **Prix: 20 € env.**



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, consommez avec modération.



### Domaine Valambelle, Angolet blanc, 2023, AOC faugères, Haut Languedoc

Ce vin arbore une robe pâle et lumineuse. Son nez révèle un bouquet vif et spontané de fruits blancs et de fleurs des champs. En bouche, il séduit par une attaque légère et vive, suivie d'une finale saline apportant une belle fraîcheur.

**Accord:** dégusté dans sa jeunesse, ce vin s'accorde parfaitement avec un plateau d'huîtres ou une marmite de poissons, rehaussant les saveurs marines et apportant une touche fraîche et délicate. Cépage: grenache, rolle, roussanne **Prix: 12 € env.**



## Œufs en cocotte au thym et au bleu

**Pour 4 personnes**

Préparation: 10 min

Cuisson: 10 min

- baies vertes du Sichuan du moulin
- 4 gros œufs extra-frais
- 4 cuill. à soupe de crème fraîche entière épaisse
- 100 g de bleu des Causses
- 4 brins de thym
- 4 tranches de pain de campagne
- fleur de sel de Noirmoutier

• **Préchauffez** votre four à 180 °C (th. 6). Répartissez les quatre cuillerées à soupe de crème fraîche entière dans des ramequins ou des minicocottes. • **Effeuillez**, dans chacun, un brin de thym. Parsemez quelques grains de fleur de sel. • **Poivrez** au moulin. Cassez les œufs extra-frais un à un dans une tasse, puis déposez-les sur la crème en prenant soin de ne pas casser les jaunes. • **Émiettez** le bleu des Causses avec un couteau, puis répartissez-le sur les œufs. Donnez à nouveau un tour de moulin de baies du Sichuan. • **Mettez** 2 cm d'eau préalablement portée à ébullition dans le fond d'un plat allant au four ou une lèchefrite. Rangez-y délicatement les ramequins. • **Enfournez** à 180 °C (th. 6) pour 10 min env. Grillez les tranches de pain et découpez les moullettes. Dégustez-les avec les œufs en cocotte.



## Poulet sauté à la sichuanaise

**Pour 6 personnes**

Préparation: 20 min

Cuisson: 25 min

- 1 cuill. à café de poivre du Sichuan
  - 6 filets de poulet (900 g env.)
  - 3 piments rouges doux
  - 100 g de cacahuètes non salées
  - 1 oignon blanc • 1 ciboule ciselée
  - 4 cuill. à soupe de sauce soja sucrée
  - 1 cuill. à soupe de féculle de maïs
  - 2 cuill. à soupe d'huile de colza
  - sel de Noirmoutier
- **Sortez** à l'avance les filets de poulet du réfrigérateur pour qu'ils soient à température ambiante. Coupez-les en petits morceaux. • **Lavez** et séchez les piments, coupez-les, retirez les graines et émincez-les grossièrement. Pelez et ciselez l'oignon. • **Placez** les grains de poivre du Sichuan dans un mortier, concassez-les au moyen d'un pilon. Ensuite, torréfiez rapidement les cacahuètes à sec sans coloration dans une poêle. • **Réservez** dans un bol. Faites chauffer l'huile de colza dans une poêle. Ajoutez l'oignon et le poulet. • **Faites-les** rissoler à feu moyen jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Saupoudrez de féculle de maïs, ajoutez l'émincé de piments, la sauce soja et un demi-verre d'eau. Salez. • **Mélangez** et laissez mijoter le sauté à feu doux à moyen durant 15 min, en remuant de temps en temps. • **Ajoutez** les cacahuètes torréfiées en fin de cuisson. Parsemez de ciboule.



## Bricks aux pommes et châtaignes

**Pour 4 personnes**

Préparation: 25 min

Cuisson: 25 min

- 12 châtaignes d'Ardèche au sirop Sabaton
  - 4 cuill. à café de confiture de châtaignes d'Ardèche Sabaton
  - 4 feuilles de brick • 50 g de beurre
  - 2 petites 'Reinettes du Canada'
- **Épluchez** et coupez les pommes 'Reinettes du Canada' en huit quartiers. Égouttez les châtaignes tout en réservant le sirop. Faites fondre à feu doux 20 g de beurre dans une poêle. • **Faites-y revenir** les quartiers de pommes pendant environ 8 min. Incorporez 3 cuill. à soupe du sirop réservé. • **Laissez-les** encore cuire à feu doux pendant environ 2 min. Faites fondre 30 g de beurre dans une autre casserole, réservez. Pliez une feuille de brick en deux. • **Étalez** au centre 1 cuill. à café de confiture de châtaignes d'Ardèche. Disposez dessus 4 quartiers de pommes et 3 châtaignes émiettées. Refermez les feuilles de brick en triangle puis rabatbez les bords arrondis. • **Badigeonnez** de beurre fondu au pinceau toutes les faces des triangles. Puis enfournez à 180 °C (th. 6) pour environ 15 min sur une plaque recouverte de papier cuisson. • **Dégustez** les bricks sucrées tièdes.



## Marmite de poissons

**Pour 4 personnes**

Préparation: 20 min

Cuisson: 35 min

- **poivre du Sichuan**
- 4 petites darnes de cabillaud
- 6 filets de rougets
- 4 filets de maquereaux
- 4 carottes • 4 échalotes
- 2 gousses d'ail
- 12 pieds de citronnelle
- 50 cl de lait de coco
- 1 cuill. à s. d'huile de tournesol
- 2 cuill. à s. de Xérès • sel

• **Épluchez** les carottes, taillez-les en lanières. Plongez-les durant 3 min dans l'eau bouillante salée, égouttez-les. • **Enlevez** les tiges des pieds de citronnelle, gardez et nettoyez les bulbes. Épluchez les échalotes et les gousses d'ail (retirez les germes). • **Mixez** les bulbes de citronnelle avec l'ail et les échalotes, puis ajoutez 4 cuill. à soupe de lait de coco. • **Faites revenir** ce mélange, dans une sauteuse, avec l'huile chaude. Ajoutez le reste du lait de coco et 50 cl d'eau. Salez et laissez frémir 10 min. • **Ajoutez** le cabillaud et les filets de maquereaux avec le xérès. • **Couvrez** et laissez frémir 10 min avant d'ajouter les filets de rougets et les lanières de légumes. • **Prolongez** la cuisson pendant 3 min. Égouttez à l'aide d'une écumeoire les poissons et les légumes, et réservez-les au chaud. • **Faites réduire** le jus de cuisson si nécessaire et goûtez pour rectifier l'assaisonnement au besoin.



## Bouchées vapeur et neufchâtel

**Pour 12 bouchées**

Préparation: 25 min

Cuisson: 30 min env.

- 3 pincées de poivre du Sichuan
- 12 galettes de riz
- 1/2 oignon • 2 cives
- 2 feuilles de chou chinois
- 1 demi-neufchâtel
- 1 poireau
- 1 feuille de chou kale
- 1 cuill. à s. d'huile de sésame
- 1 cuill. à c. de sauce teriyaki (sauce soja sucrée au mirin)
- 1 cuill. à c. de sauce yakitori
- 1/2 cuill. à c. de gingembre moulu
- 1/2 cuill. à c. d'ail moulu • sel
- sauce soja (en accompagnement)

• **Nettoyez**, séchez et émincez le poireau, le chou chinois, le chou kale sans les côtes. Faites-les cuire 10 min dans une casserole d'eau bouillante salée. • **Émincez** les cives et l'oignon, faites-les suer 5 min dans une poêle avec l'huile de sésame. Ajoutez le mélange poireau et choux, puis faites rissoler 2 min. • **Versez** dans un petit saladier, ajoutez les sauces, le poivre du Sichuan, l'ail et le gingembre puis mélangez. • **Prenez** une assiette creuse plus grande que les galettes de riz et versez de l'eau tiède. Plongez-y une galette, retournez-la, laissez-la tremper 5 à 7 s, déposez-la sur un torchon propre, laissez ramollir 3 min. • **Posez** au centre une boulette de farce, ajoutez 2 petits morceaux de neufchâtel. Pliez la galette sur elle-même (à la façon d'une enveloppe ou d'une aumônière), soudez d'une pression des doigts. • **Faites-les cuire** dans le panier de votre cuit-vapeur 10 min. Accompagnez de sauce soja.



## Pommes farcies aux fruits secs

**Pour 6 personnes**

Préparation: 15 min

Cuisson: 40 min

- 6 pommes 'Reinette du Canada'
- 25 g de cerneaux de noix
- 25 g de noisettes
- 25 g de pistaches
- 30 g d'amandes effilées
- 40 g de beurre env.
- 120 g env. de confiture d'oranges
- cannelle en poudre • sucre roux

• **Préchauffez** votre four à 200 °C (th. 6-7). Concassez les fruits secs et mélangez-les aux amandes effilées. • **Torréfiez-les** 1 min à sec dans une poêle. Lavez et séchez les pommes. • **Coupez** leur "chapeau", évidez-les avec un couteau d'office, réservez la chair et débitez-la. • **Piquez** les pommes à plusieurs endroits pour qu'elles n'éclatent pas à la cuisson. Beurrez leur pourtour. • **Garnissez-les** avec la chair réservée et les fruits secs. Pommadez de beurre le fond d'un plat à gratin. • **Déposez-y** les pommes. Ajoutez 1 pincée de cannelle, 2 ou 3 cuill. à café de confiture d'oranges et 1 noisette de beurre. Saupoudrez-les de sucre. • **Versez** 3 cuill. à soupe d'eau dans le fond du plat. Enfournez à 210 °C (th. 7). • **Laissez cuire** 30 à 40 min env. selon la grosseur des pommes. Servez-les chaudes, mais non brûlantes.



Pommard (21).

# EN BOURGOGNE, les plats qui gagnent

À la faveur d'une double reconnaissance par l'Unesco pour le "Repas gastronomique à la française" et pour les "Climats" de son vignoble, la Bourgogne célèbre l'art de la table et tous ses plaisirs. ✨ MARYSE CHARLOT



CHIVORET/PHOTOCUISINE

## Œufs en meurette

Pour 4 personnes – Préparation: 30 min – Cuisson: 50 min

- \* 50 cl de pinot rouge de Bourgogne
- \* 8 œufs extra-frais
- \* 1 carotte
- \* 200 g champignon de Paris
- \* 200 g de lard paysan en lardons
- \* 2 branches de thym
- \* 1 cuill. à s. de vinaigre de vin blanc
- \* 1 gros oignon
- \* 3 tranches de pain de mie toasté
- \* 60 g de beurre froid
- \* 2 gousses d'ail
- \* fleur de sel
- \* poivre du moulin
- \* 2 oignons grelots

**Faites réduire** 25 min le pinot rouge avec la carotte en rondelles, le thym et l'oignon émincé. Ôtez le thym. **Incorporez** à feu doux 50 g de beurre en dés. **Assaisonnez**. Faites revenir champignons et oignons grelots émincés dans 10 g de beurre.

Ajoutez ensuite les lardons blanchis. **Cassez** les œufs un à un dans une tasse.

**Faites-les pocher** un à un, 2 à 3 min, dans un tourbillon d'eau vinaigrée frémissante, en enroulant le blanc à l'aide d'une cuillère en bois. **Égouttez-les** et déposez-les sur un linge. **Dressez** la garniture dans des assiettes creuses. Ajoutez les œufs pochés. **Nappez** de sauce meurette. Servez avec des triangles de pain aillé.

**VIN:** savigny-lès-beaune rouge, Moillard-Grivot.

À deux pas de la gare de Dijon (21), la cité internationale de la Gastronomie et du Vin met les petits plats dans les grands. Temple du "bien manger" et du "bien boire", elle réunit en son sein écoles de cuisine et des vins, librairie gourmande, cave monumentale avec offre quotidienne de 250 vins au verre parmi les 3 000 références, expositions sur le "Repas gastronomique à la française", restaurants et village gourmand où l'on fait provision des produits emblématiques de la région.

## Grand répertoire

La truffe noire de Bourgogne (*Tuber uncinatum*), connue sous le nom de truffe d'automne, y trône en bonne place. La moutarde, réalisée avec des graines cultivées en Côte-d'Or, est mise à l'honneur au Manège à moutardes qui, outre un large choix de références, propose la confection instantanée de moutardes personnalisées. À la boucherie Le Billot, les viandes de races locales (bœuf Charolais) côtoient volailles bressanes, pâtés-croûtes, jambons persillés aux légumes, escargots d'élevage farcis à la bourguignonne. Côté sucré, Mulot & Petitjean régale avec ses nonnettes et pains d'épice au miel du Morvan, à base de farine de froment. Tout aussi irrésistibles sont les confitures et beurres de fruits de l'épicerie ferme Fruirouge & Cie située à Nuits-Saint-Georges qui livre également des crèmes de cassis millésimées. De quoi sublimer kir au blanc aligoté et gougères au comté.

## Poulet à la Gaston Gérard

Pour 6 personnes – Préparation: 20 min

Cuisson: 55 min

\* 1 poulet de Bresse fermier de 1,700 kg en morceaux \* 30 cl de vin blanc aligoté \* 20 g de beurre \* 30 cl de crème crue \* 2 cuill. à s. de moutarde de Dijon \* 2 cuill. à s. de moutarde à l'ancienne \* 1 cuill. à c. de paprika

\* 200 g de comté râpé \* gros sel \* poivre

**Faites mousser** le beurre dans une cocotte à four. Dorez les morceaux de poulet, assaisonnez-les. Retirez les blancs. **Déglacez** avec le vin. Portez à ébullition durant 1 min. Couvrez. Laissez mijoter 30 min. Enlevez les autres morceaux. Préchauffez votre four à 170 °C (th. 5-6). **Incorporez** crème et moutardes. Portez à frémissement en remuant. Ajoutez la moitié du comté. **Mélangez** la sauce avec une cuillère en bois jusqu'à ce qu'elle devienne nappante. **Remettez** tous les morceaux dans la cocotte. Saupoudrez de paprika. **Parsemez** le reste de comté. Enfournez pour 25 min à 180 °C (th. 6).

**VIN:** montagny 1<sup>er</sup> cru, Clos Chaudron 2022.



NICOLAS EDWIGE / PHOTOCUISINE



OLIVIER LE ROY DR

## Un homme engagé

Olivier Le Roy dirige la Cité des climats et vins de Bourgogne en insistant sur le fait "qu'elle est basée sur trois sites (Beaune, Chablis, Mâcon), pensés en réseau pour découvrir l'extraordinaire patrimoine viticole de la Bourgogne, connu pour sa mosaïque de plus de 1500 climats classés au Patrimoine mondial de l'Unesco." Le terme de "Climat" désigne une petite parcelle de vigne, délimitée, nommée et exploitée par l'homme, souvent depuis une longue période, possédant ses propres caractéristiques d'exposition au soleil et de nature du sol (géologie et hygrométrie). Chacun est vendangé et vinifié séparément par le vigneron. En résulte une exceptionnelle et complexe diversité de vins (84 appellations, 562 1<sup>er</sup> crus, 33 grands crus), obtenus avec seulement deux cépages principaux (pinot noir en rouge et chardonnay en blanc), auxquels s'ajoutent gamay et bourgogne aligoté dans le Mâconnais.

## Rigodon bourguignon

Pour 6 personnes – Préparation: 20 min

Cuisson: 1h

\* 250 g de pain rassis \* 7 œufs \* 100 g de cerneaux de noix hachés \* 50 g de noisettes en poudre \* 1 pincée de cannelle \* 75 cl de lait \* 60 g de beurre \* 150 g de sucre \* 1 cuill. à s. de sucre glace

**Préchauffez** votre four à 200 °C (th. 6-7). Mettez dans une casserole le lait et la cannelle. **Amenez** à ébullition puis retirez du feu. Séparez les jaunes des blancs de 2 œufs. **Cassez** 4 œufs dans une jatte. Battez-les avec les 2 jaunes et le sucre.

**Versez** le lait bouillant dessus tout en fouettant.

Ajoutez les noix, les noisettes en poudre et le pain rassis émietté. **Beurrez** (10 g) un moule à manqué ou un plat carré (de 22 cm de côté). **Transvasez-y** la préparation. Puis parsemez de 50 g de beurre en morceaux. Déposez le moule dans un bain-marie tiède. **Enfournez** pour 20 min à 200 °C (th. 6-7). Réduisez la température à 180 °C (th. 6). **Poursuivez** la cuisson 40 min. Laissez tiédir avant de démouler. Saupoudrez-le de sucre glace. **Dégustez** froid.

**VIN:** ratafia de Bourgogne. Domaine Bouhélier.



CHIVRET / PHOTOCUISINE

## BÂTI ACHETÉ SUR TERRAIN LOUÉ

Un couple disposant de revenus annuels inférieurs à 43 633 € ou 56 169 € (selon la zone géographique) peut souscrire un bail réel solidaire. Ce dispositif d'aide permet d'acheter un logement sans avoir à investir dans le terrain qui est loué, à un faible coût, par un organisme de foncier solidaire agréé par l'État. Ce bail est contracté pour une durée de 18 à 99 ans et impose de ne pas posséder de résidence principale adaptée à ses besoins et capacités financières ni de logement proposé à la location susceptible de procurer des revenus suffisants pour acquérir un bien du parc privé.



## KINÉ DIRECT

Dans le cadre d'une expérimentation de cinq ans, il est possible, sans avoir de prescription médicale, de consulter un masseur-kinésithérapeute exerçant dans une communauté professionnelle territoriale de santé (CPTS) de certains départements (2B, 22, 45, 54, 59, 69, 76, 78, 79, 81, 83, 85, 89, 972, 974 et 976). En l'absence de diagnostic médical, le nombre de séances sera limité à huit. Le kiné pourra solliciter un avis médical. Il renseigne le dossier médical partagé.



PHOTOS SHUTTERSTOCK

*Fleurs, épices, bois et agrumes mêlent leurs fragrances.*

## LE POT-POURRI un diffuseur subtil et élégant

*Offrez-vous du réconfort en cette saison, en préparant un pot-pourri végétal, coloré et délicatement parfumé. Le cocooning, c'est un art !*

**A**ttention aux pots-pourris vendus dans le commerce : des parfums de synthèse sont souvent ajoutés, augmentant la pollution intérieure de votre habitation. Rassemblez plutôt vous-même différents éléments végétaux aromatiques, que vous disposerez dans un joli pot transparent, une grande coupe ou une assiette creuse. Pour varier les couleurs et les senteurs, vous avez le

choix entre des agrumes (écorces ou bien tranches), des pommes, des bâtons de cannelle, des clous de girofle, des badianes, des baies de genévrier et des branches de pin.

### Notes fruitées

Pour améliorer la diffusion des parfums, vous pouvez poser au centre de votre composition un petit photophore en verre. Il vous faudra, bien sûr, avoir fait sécher les oranges

et les pommes au préalable. Coupez les pommes en fines lamelles. Pelez les agrumes avec un couteau d'office afin d'obtenir des bandes de zeste sans albédo (la partie blanche). Vous pouvez aussi couper de fines tranches d'oranges (trois disques sur la photo ci-dessus), très esthétiques. Disposez le tout sur une feuille de papier cuisson et faites sécher au four à 90 °C de 1h 30 à 2h en retournant régulièrement.

## Travaux et voisin négligent

Un mur qui s'affaisse, une inondation... les exemples de gênes occasionnées par un voisin ne manquent pas. Que faire ? Dans un premier temps, allez le voir et exposez-lui votre demande. S'il ne réagit pas, faites appel à un conciliateur de justice qui convoquera les deux parties pour essayer d'arriver à un accord amiable. En cas d'échec, faites appel à la justice. La mise en demeure et la saisie du tribunal peuvent se faire au motif d'un trouble abnormal du voisinage présent ou

d'un dommage à venir. Vous pouvez soumettre une mesure conservatoire (ou une mesure de remise en état permettant d'éviter le trouble ou dommage) au tribunal qui ordonnera éventuellement un référendum contrignant votre voisin à faire les travaux nécessaires sous astreinte (ex : 100 € par jour de retard). Il faut, dans tous les cas, apporter la preuve qu'il y a ou aura préjudice. Le magistrat qui statue le fera au cas par cas. C'est une faculté et non une obligation.

# SPORT ET POLLUTION : une compétition

Comment pratiquer un sport malgré la pollution ? Un petit guide rédigé par des professionnels de santé fait l'état des lieux.



*En période de pollution, sortez tôt le matin ou tard le soir.*

encouragée, car pas moins de 70 % des femmes et 42 % des hommes sont exposés aux graves risques de la sédentarité. Ils recommandent de 2h30 à 5h/semaine d'activité physique modérée (marche rapide au rythme de 120 à 140 pas/min, vélo à 15 km/h, nage, step, gymnastique...) ou de 75 à 150 min/semaine de sport intense (course à pied, randonnée, tennis...).

## Bénéfices multiples

Comme les effets de la pollution sont accentués lorsqu'on fait du sport, car on respire jusqu'à dix fois plus d'air, il est préférable, en ville, de s'y adonner dans des rues larges et à faible trafic ou les parcs. Et pourquoi ne pas agir en faveur de l'environnement en pratiquant l'écojogging ? Apparu en 2016 en Suède, il consiste à courir tout en ramassant les déchets trouvés sur le chemin. L'Asef suggère également de limiter ses achats de matériel sportif.

L'Association santé environnement France (Asef), fondée en 2008, a souhaité informer le public sur l'effet des polluants sur la santé. Fin juin 2024, les

médecins de la structure ont publié le *Petit Guide de l'activité physique et l'environnement* (téléchargement gratuit sur [www.asef-asso.fr](http://www.asef-asso.fr)). L'activité sportive y est fortement



## UN GRAIN CONTRE LES BACTÉRIES

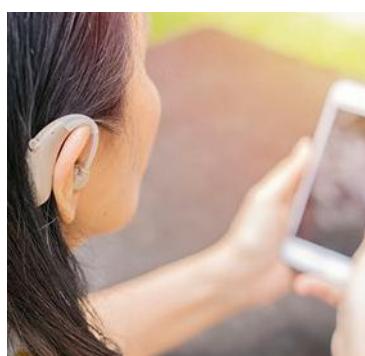
Le poivre long (*Piper longum*), tiré d'une liane originaire d'Asie, est traditionnellement utilisé pour la digestion et les affections respiratoires. On l'emploie pour désinfecter la sphère buccale également. Or, une étude a prouvé qu'un composé issu de ce poivre réduisait la virulence bactérienne et perturbait les biofilms qui protègent les bactéries des antibiotiques et du système immunitaire (*Biofilm*, vol. 8, 2024). Ce résultat constitue une piste intéressante pour fabriquer de futurs antibiotiques.

## POUDRE MAISON MATIFIANTE

Cette poudre libre à faire vous-même matifie le teint et le sublime, en protégeant la peau contre les agressions extérieures. Dans un mortier, transférez 5 g d'argile rose, 2 g d'arrow-root, 1 g de cacao maigre en poudre et 1 g de mica or. Mélangez au pilon jusqu'à l'obtention d'une poudre homogène. Ajoutez 6 gouttes d'huile végétale bio de noyaux d'abricots et 2 gouttes de vitamine E puis mélangez. Transférez la préparation dans un pot poudrier. À appliquer au pinceau.

## Une application à l'écoute

Le réseau d'audioprothésistes Audilab a lancé, fin juin, une application qui permet d'améliorer le choix et la mise en place d'une aide auditive. Accessible sur téléphone mobile, tablette ou ordinateur, Audilab 7/7 s'ajoute au parcours de soins réglementé qui, lui, comprend déjà plusieurs rendez-vous en boutique. Cette application inclut notamment un enregistreur audio permettant au patient de consigner les situations sonores qui le mettent en difficulté. Lors des rendez-vous en boutique, les patients peuvent alors améliorer plus efficacement les réglages de leur aide auditive.





# ÉCOMUSÉE D'ALSACE un patrimoine valorisé

*Le plus grand musée à ciel ouvert de France fête ses quarante ans et célèbre les traditionnelles fêtes de Noël.*  PIERRE NESSMANN

Ce n'est pas un musée comme les autres. D'une superficie de 97 ha émaillés de plus de 80 bâtiments représentatifs de l'Alsace environnés de jardins, cet écomusée, niché dans une nature préservée, accueille également des artisans, qui perpétuent un savoir-faire traditionnel alsacien, ainsi que des objets de collection aussi divers que des costumes, vaisselles,

meubles, outils et machines. L'idée est née en 1971 en réaction à la dégradation du patrimoine architectural.

## Transport de maisons

Mené par Marc Grodwohl, un groupe de jeunes étudiants en archéologie et en histoire décide de sauvegarder des édifices emblématiques de la région. En 1973, ils fondent dans le Sundgau (région du sud du Haut-Rhin)

l'association Maisons paysannes d'Alsace et restaurent des bâtisses abandonnées. En 1980, face à l'impossibilité de conserver certains bâtiments, ils se mettent en quête de trouver un autre lieu. La commune d'Ungersheim (68), située entre Mulhouse et Colmar, se propose de mettre à leur disposition un terrain en friche. C'est alors que, en 1984, l'écomusée d'Alsace peut ouvrir

*En haut : l'écomusée sous un fin manteau de neige. Ci-dessus : la traditionnelle couronne de bienvenue.*

ses portes avec une vingtaine de bâtiments reconstruits. L'aventure muséale rencontre un vif succès avec, cette année-là, plus de 75 000 visiteurs. Quarante ans plus tard, l'écomusée œuvre plus que jamais à la valorisation du patrimoine. Mais, en plus de sa démarche de sauvegarde architecturale,

il développe des actions pédagogiques et de formations professionnelles. Chaque année, il accueille autour de thématiques aussi variées que des ateliers de cuisine traditionnelle, de poterie ou de forge, plus de 20 000 enfants et adolescents, de la maternelle au lycée, pour apprendre tout en s'amusant. Depuis 2022, le site propose encore une formation professionnelle d'ouvrier en restauration du patrimoine et en écoconstruction. Ces démarches de valorisation et de transmission sont soutenues par des organismes tels que la Fondation du patrimoine pour la partie architecturale, ou la Ligue de protection des oiseaux (LPO) pour la partie environnementale et la biodiversité.

## Émerveillements

En toute saison et, plus particulièrement, en cette fin d'année, l'écomusée d'Alsace perpétue et fait revivre les traditions et arts populaires locaux en organisant des événements festifs en lien avec Noël, domaine dans lequel on sait que la région, ô combien, excelle ! De l'arrivée de saint Nicolas, le 8 décembre, accompagné de ses hallebardiers et de ses musiciens, qui partagent leur goûter, aux préparatifs de la veillée de Noël, l'animation quotidienne (ateliers de confections des fameux "bredele", lectures de contes d'hiver...) est assurée par des bénévoles. Jusqu'au 5 janvier, l'écomusée, ses rues illuminées et ses maisons parées de guirlandes vous plongent dans les riches coutumes du pays et font rayonner la magie et la chaleur d'un Noël authentiquement alsacien.



*La Tour forte de Mulhouse : lors de son remontage et vue du ciel, avec son jardin Renaissance.*

## LA TOUR FORTE DE MULHOUSE

Dans le droit fil de l'esprit des fondateurs de l'écomusée d'Alsace il y a 40 ans, le site n'a cessé d'être enrichi grâce au démontage et au remontage d'édifices architecturaux emblématiques du patrimoine alsacien. La Tour forte de Mulhouse fut ainsi remontée entre 1985 et 1988 à partir de fragments datant de la fin du XV<sup>e</sup> siècle et provenant des remparts médiévaux de la cité du Haut-Rhin. En plus d'illustrer ce remarquable travail de préservation du patrimoine architectural, elle s'inscrit parmi la collection de nombreux ouvrages sauvagardés comprenant des maisons d'habitation, auberges, fermes ou ateliers d'artisans. Haute de trois étages et couronnée d'une toiture en tuiles vernissées jaunes et vertes figurant des losanges, elle constitue un repère dominant le village. De ses hauteurs, on jouit d'un point de vue exceptionnel sur l'ensemble de l'écomusée d'Alsace.



*Confection de bredele (petits sablés au beurre et/ou amandes, noisettes, noix, cannelle, anis, pain d'épice...). Promenade de saint Nicolas. Lecture de contes de Noël.*



## RENCONTRE D'AUTRES TYPES

La familiarisation d'un chiot avec d'autres espèces est également cruciale pour son développement. Pour y parvenir, sortez-le de sa zone de confort pendant sa période de socialisation (voir ci-contre) en l'exposant progressivement à d'autres espèces dans des contextes positifs et contrôlés. Les propriétaires seront bien avisés d'organiser des rencontres supervisées avec des animaux de ferme, des chats ou d'autres animaux domestiques, en veillant à ce que ces interactions soient sécurisées et agréables pour tous. L'utilisation bien réglée de récompenses et d'encouragements renforce les associations positives. Si l'animal montre des signes de stress ou d'agressivité, éloignez-le immédiatement et réintroduisez-le plus tard, d'abord à bonne distance. Il est important de respecter le rythme du chien et de ne jamais le forcer s'il montre de l'anxiété. La répétition et la diversité des expériences sont cruciales pour une familiarisation réussie. Cette approche aide le chien à développer sa tolérance, à comprendre les signaux de communication interspécifiques, mais aussi à s'adapter aux différents environnements.

# AUX CHIENS le confinement interdit

*Les promenades sont essentielles à la santé du chien, tant physique que mentale. Mais quelle fréquence journalière adopter ?*

**L**a fréquence et la durée des sorties d'un chien dépendent de sa race, de sa condition physique, de son âge et de son mode de vie. Dans l'idéal, il est recommandé de le sortir 3 ou 4 fois par jour, chaque balade durant, au minimum, entre 15 et 30 min. Mais, une fois encore, tout dépend des besoins du toutou et aussi de votre disponibilité, la sortie devant être un moment de plaisir partagé et non une corvée.

## À chacun son rythme

Un canidé vivant en appartement aura besoin d'être promené plus souvent qu'un chien qui peut se défouler dans un jardin. Certaines races très actives (Border Collie, Berger allemand, Jack Russell, etc.) ne se dépensent qu'au cours de longues promenades et d'exercices physiques (courir, rapporter une balle...). Un chiot a besoin de sortir plus souvent, mais moins longtemps qu'un adulte, car il se



*Le Jack Russell, qui a de l'énergie à revendre, se montre toujours partant !*

SHUTTERSTOCK

fatigue plus vite (et il a plus de mal à contrôler sa vessie). Enfin, il est essentiel d'inciter un chien senior à maintenir son activité physique, en adaptant cependant la durée,

la fréquence, la distance et le rythme des balades en fonction de son état de santé. Et gare aux terrains accidentés qui mettent ses articulations à rude épreuve !

## SLC : salut les canins !

La socialisation d'un chiot est essentielle pour qu'il devienne un chien adulte bien équilibré et confiant. Cette période cruciale débute dès les premiers temps de sa vie, idéalement entre 3 et 14 semaines. Il se montre alors le plus réceptif. Exposez-le progressivement à divers environnements, sons et textures. Organisez des rencontres positives avec d'autres chiens bien socialisés et familiarisez-le avec différents types de personnes. Habituez-le aux bruits

quotidiens comme ceux de l'aspirateur, des voitures... Marquez d'affects ces expériences : utilisez des récompenses pour créer des associations positives. Il est primordial de respecter le rythme du chiot et de ne jamais le forcer s'il montre des signes de stress. Une socialisation réussie prévient les problèmes comportementaux futurs tels que l'agressivité ou la peur excessive, facilitant ainsi l'adaptation du chien à diverses situations tout au long de sa vie.

Sous réserve d'annulation de la manifestation par les organisateurs



Partout en France.

## Partout en France

La magie des fêtes de fin d'année s'invite **jusqu'au 5 janvier** dans les monuments nationaux en proposant des spectacles, visites et animations pour tous à l'occasion de l'événement Contes et histoires 2024. Liste détaillée et carte des 47 monuments participants : [www.monuments-nationaux.fr](http://www.monuments-nationaux.fr)

## St-Christophe-le-Chaudry (18)

Dans le cadre de l'École du bouquet, Catherine Joyaux anime,

**le 20 décembre**, un atelier de confection d'un centre de table pour Noël. À la Lande-Chevrier. De 14 h à 16 h 30, goûter offert, tarif : 38 €. Tél. : 06 10 11 45 45 ou [www.ecoledubouquet.fr](http://www.ecoledubouquet.fr)

## Nyons (26)

La Fête de l'olive piquée réunit, **le 21 décembre**, des animations et un marché dédié à l'olive noire piquée de Nyons. À partir de 9 h. Place de la Libération. Accès libre. [https://www.nyons-aoc.com](http://www.nyons-aoc.com)

## Trévarez (29)

Les façades et le parc du château illuminés accompagnent, **jusqu'au 12 janvier**, les animations qui sont organisées pour Noël sur le thème de la fête foraine d'autrefois. Billet et réservation (obligatoire) sur [https://reservation.cdp29.fr](http://reservation.cdp29.fr)

## Bordeaux (33)

La place des Quinconces accueille, **jusqu'au 29 décembre**, le marché de Noël avec ses chalets en bois, des artisans, créateurs et animations

pour vivre une fin d'année à la bordelaise. De 11 h à 21 h, accès libre. Renseignements : [https://www.bordeaux-tourisme.com](http://www.bordeaux-tourisme.com)

## Paris (75)

Laurent Renault dispense, **le 16 décembre**, un cours sur les érables et les chênes au pavillon Davioud, à l'initiative de l'Association des auditeurs des cours du Luxembourg (AACL). À 14 h 30, tarif : 25 € les 5 cours. Tél. : 01 43 25 43 03. [www.aacl.fr](http://www.aacl.fr)

## Verdelot (77)

Le jardin le Point du jour resplendit de mille et une lumières et bougies, **le samedi 21 décembre**, pour les fêtes. Mère et Père Noël seront installés, bien au chaud, dans leur cabane et le salon de thé servira des gourmandises de Noël. Ouvert de 16 h 30 à 19 h, tarif : 7,50 €. Tél. : 01 64 04 85 54 ou [www.pepiniere-jardin.com](http://www.pepiniere-jardin.com)

## Provins (77)

Le 13<sup>e</sup> marché médiéval de Noël convie, **le 14 et 15 décembre**, petits et grands à venir admirer les prouesses des jongleurs, découvrir dans la ville haute les musiques d'antan et l'atmosphère féerique du marché en soirée. Ouvert de 11 h à 22 h le samedi, et de 10 h à 18 h le dimanche. Entrée libre. [https://noel-medieval-provins.com/](http://noel-medieval-provins.com/)

## Épernay (51)

La manifestation "Les Habits de lumière" se déroule **du 13 au 15 décembre**. Sur l'avenue de Champagne, une parade de véhicules anciens (dimanche), des spectacles vivants, bars à champagne, installations lumineuses, ateliers gourmands et un feu d'artifice (vendredi et samedi) sont au programme. Renseignements : [https://habitsdelumiere.epernay.fr](http://habitsdelumiere.epernay.fr)

Trévarez (29).

Texte : Pierre Nessmann.

43



E. TESSIER/PHOTONSTOP

Ci-dessus : après la tonte, les ovins retrouvent les pâtures. Ci-contre : issus de la laine des moutons, les pellets d'engrais ont un fort pouvoir de rétention.



N. GONZAGUE/SP

## 3 questions à VINCENT FABRY

Depuis 2023, la tonte de moutons aveyronnais peut servir d'engrais naturel pour nos jardins. Rencontre avec Vincent Fabry, cofondateur de Fertilaine.

**V**incent Fabry fait partie d'une famille d'éleveurs de brebis, depuis six générations, qui produisent du lait pour la fabrication de yaourts. En 2018, après être passés en bio, ils se sont interrogés quant à la valorisation de la laine de leurs brebis. Après quelques tests maison et l'intervention d'experts, les résultats sont tombés : il était possible de faire de la laine un fertilisant naturel (au pouvoir de rétention intéressant), qui viendrait alimenter l'économie circulaire !

### Rustica. Quels sont les bienfaits de la laine de mouton pour nos jardins ?

**Vincent Fabry** Après l'avoir analysée, mes parents se sont rendu compte qu'elle était aussi nutritive que la corne broyée. La laine est composée de kératine, mais elle est bien plus vertueuse car produite localement, à la différence de la corne, elle aussi composée de kératine, mais qui provient souvent d'Inde ou du Brésil. La laine possède à peu près 10 % d'azote, 8 % de potassium et 4 % de soufre (très utile pour l'assimilation des autres éléments). De plus, son pouvoir de rétention, égal à trois fois son

poids en eau, en fait un allié de premier choix pour économiser cette ressource, une préoccupation majeure de nos jours. Une fois transformée, la laine devient une alternative, efficace et naturelle, à l'utilisation des engrains chimiques vendus en jardinerie.

### R. Avant votre projet de transformation, que devenait la laine ?

**V.F.** : Avant la période de la Covid, 90 % de la laine française était exportée en Asie. En 2020, les éleveurs se sont retrouvés avec la laine de leurs bêtes sur les bras. Pour l'éleveur, la tonte coûte 1,50 € par tête et rapportait entre 0,07 et 0,10 €/kg. Dans le bassin de Roquefort, quelque 1500 kg de laine par an sont produits, soit 10 % de la production française. Aujourd'hui, nous l'achetons 0,20 €/kg, mais le but est, dans un avenir proche, de mieux rémunérer les éleveurs.

### R. Comment fertilise-t-on son jardin au moyen de la laine ?

**V.F.** : La collecte est effectuée dans un rayon de 15 km autour de notre ferme, où elle subit une simple transformation

mécanique. La laine brute est broyée et déshydratée avant d'être conditionnée en granulés. Elle ne subit pas de lavage, donc aucune utilisation massive et aucun rejet d'eau (sale ou souillée) dans l'environnement. Son utilisation est très simple et une poignée suffit pour nourrir la plante pendant six mois. L'apport doit être mélangé à la terre ou placé dans un trou à proximité des racines pour agir correctement (et non pas déposé en surface). C'est un engrais universel qui sert autant au jardin qu'à l'intérieur. On l'utilise deux fois par an, comme engrais de fond. Il n'y a aucun risque de surdosage : 1 kg suffit à fertiliser 20 m<sup>2</sup>.

## Retour à la terre



Tous les articles fertilisants et les nouveautés disponibles à partir du printemps 2025 sont à découvrir sur le site [www.fertilaine.com](http://www.fertilaine.com)

## FOURS À BOIS TRADITIONNELS FABRICATION FRANÇAISE

Régalez vos amis et votre famille

**GARANTIS 10 ANS**

**EN BRIQUES OU DESIGN**

**FOUR GRAND-mère**  
— Le temps du bon !

**03 29 65 20 53**  
[fourgrandmere.com](http://fourgrandmere.com)

**KIT D'ARROSAGE GOUTTE À GOUTTE**

- Sur réserve d'eau
- Sans pile
- Sans électricité
- Economie d'eau
- Débits réglables

[www.iriso.fr/boutique](http://www.iriso.fr/boutique)

DÉCOUVREZ LE CONFORT ET LA CHALEUR DOUCE  
DES POÊLES À BOIS ET À GRANULÉS  
EN CÉRAMIQUE

**ÉCOLOGIQUE**  
**PERFORMANT**  
**ÉCONOMIQUE**

**OLIGER**  
POÈLES FRANÇAIS

FABRICANT ARTISANAL FRANÇAIS  
DEPUIS PLUS DE 50 ANS

03 87 07 90 26  
info@oliger.fr  
[www.oliger.fr](http://www.oliger.fr)

**Flame Verte**

**FILETS DE VOLIERES**  
Mailles 14, 22, 35, 60 et 125 mm

**FILETS DE PROTECTION**  
Piscines, habitations, cultures, sports, chantiers

**FILETS DE PECHE ET CHASSE**  
Tramails, sennes, pantes, reprise, nasses, cordages

**LARIEU FRERES** Fabricant  
414 rue Dauphine. Zone du Partage  
33127 ST JEAN D'ILLAC  
Tél. 05 56 52 59 00  
[www.larieufrelres-filets.fr](http://www.larieufrelres-filets.fr)  
Vente en ligne - Catalogue gratuit sur demande

## Komat

Serre de jardin

Serres tunnels  
Serre en verre et polycarbonate  
Accessoires de serre- Volières

**CATALOGUES GRATUITS**

38 av. F. Mitterrand - RU - BP 10015  
59494 PETITE FORET  
Tél : 03 27 42 96 95 -  
mail : [contact@komat.fr](mailto:contact@komat.fr)

[www.komat.fr](http://www.komat.fr)

## PARTICULIERS, votre petite annonce dans cette rubrique

### POUR PASSER VOTRE ANNONCE

Par courrier à **RUSTICA PETITES ANNONCES**  
Service ADV. 32 avenue Pierre Grenier. 92100 Boulogne-Billancourt.  
Libeller votre annonce sur papier libre en écrivant  
en majuscule (35 caractères par lignes, espaces compris).

### TARIF (5 LIGNES)

**1 PARUTION 45 € OU 2 PARUTIONS 75 €**

Joindre à votre courrier  
le règlement par chèque à l'ordre de Rustica

**CONTACTEZ THOMAS REGAL : TÉL. 01 53 26 32 52 • [t.regal@cambium-media.com](mailto:t.regal@cambium-media.com)**

**Dans le Cantal**, producteur fromages Cantal Fermier AOP Le Montagnard. Liste et tarifs sur demande à : [www.lafermedescochonsdor.com](http://www.lafermedescochonsdor.com) ou 04 71 62 27 50

**Eure et Loir.** Recherche couple de gardien en CDI. Jardinage-Bricolage-Ménage-Cuisine. Véhicule obligatoire. 100 heures mensuelles chacun. Adresser lettre de motivation à : **Leonard.campagne@gmail.com**. Tél : 06.13.50.83.24

**65 LOURDES** 5 Km, loue gîte pour 2/4 personnes Parking, jardin, vue imprenable Sept à juin : 250€ la semaine Juillet-août : 310€ la semaine tel : 05 62 42 93 02

**Vos vacances en Alsace centrale** gîte « lesvignesdemonpere » maison individuelle centre village. 67750 Scherwiller près de Sélestat

**Dpt 56 Loue maison de campagne.** Avec enclos. 4 pers. 2 chambres. Libre de juin à sept. **Tel : 02 97 51 60 88 ou 06 48 39 81 82**

**Département 94320** loue proche, toutes commodités dans villa au calme, logement + (salle, environ 20m<sup>2</sup>) Tout confort, la semaine 2 personnes 350 € et voir pour durée plus longue Tél 01 48 52 19 90

**65.3 Kms de Lourdes** loue gîte 2/4 pers, calme, tout confort, WIFI, TV, LL terrain ombragé, salon de jardin, barbecue, garage, lit fait, 225 € à 325 € la semaine Tél : 07 70 21 36 65

# Courrier des lecteurs

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



Eric Costan



Patricia Kadjevic



Hubert Fontaine



## Agrumes sous serre

**“Quels types d’orangers et de citronniers peuvent produire des fruits sous serre, au sud de Nantes ?”**

*Claude P. (courriel)*

Dans une serre non chauffée, la culture en pot ou en bac s’impose afin de pouvoir manœuvrer les plants au cours de l’année. La température ne doit pas descendre en dessous de -5 °C. Sinon, il faudra prévoir une protection supplémentaire pour garantir leur survie. Le citronnier (*Citrus limon*) ‘des 4 saisons’, ainsi que tous les orangers, sont adaptés à la culture en pot. Le choix des variétés est une question de saveur et d’opportunité au moment de l’achat. Rempotez vos agrumes dans des contenants légèrement plus larges que la partie aérienne. Il faut savoir que s’ils sont trop

grands, citronniers et orangers fleurissent très peu, donc ne produisent guère. Ils ont besoin d’être fertilisés, tous les 15 jours, avec un engrais spécial agrumes pendant la période de végétation, et de bénéficier d’un surfaçage avec du compost une fois par an. HF

## Dangers du datura

**“Un datura s’est invité dans mon potager. Comment puis-je me débarrasser de cette plante dangereuse ?”**

*Claudine G., Blombay (08)*

Le datura, ou stramoïne commune (*Datura stramonium*), n’est vraiment dangereux que par ingestion. Il est alors très sérieusement toxique. Veillez donc à ne pas le consommer, y compris ses graines : attention, il peut être confondu avec un légume, notamment la tétragone, ce qui s’est déjà produit ! Sinon, le datura ne pose pas plus de soucis que la digitale ou le laurier-rose. Nos animaux domestiques n’y touchent pas, en raison de son odeur marquée. Vous l’avez certainement identifié grâce à ses feuilles particulières et à sa tige bifide caractéristique, en fourche. Cette plante à jolies fleurs est commercialisée et sert à attirer les doryphores dans les cultures de pommes de terre. Si vous souhaitez l’arracher, enfilez des gants et laissez-la se décomposer sur place. Contrairement aux croyances véhiculées, elle ne cause aucun dommage dans le compost. ÉC

## Le lierre, ami ou ennemi ?

**“Le lierre recouvrant le tronc de mon frêne peut-il l’affaiblir ou même le tuer ?”**

*Patrick B. (courriel)*

Il ne s’agit pas d’une plante parasite. On ne peut pas vraiment parler de symbiose, mais les deux végétaux vivent en bonne intelligence. Les crampons de cette liane arborescente ne pénètrent pas l’écorce, et de plus, elle est capable de desserrer son étreinte au fur et à mesure de la croissance du tronc, qu’elle n’abîme donc pas. Au contraire, le lierre sert

d’isolant et évite brûlures ou coups de gel lors de la montée de sève dans les jeunes troncs. Sur les sujets âgés, il sécrète des substances protectrices qui pénètrent dans les bois abîmés. L’été, ses feuilles ne font jamais concurrence au houppier du frêne. En hiver, le lierre maintient actif le réseau souterrain de champignons qui alimente l’arbre à partir du printemps. Il abrite et nourrit également les auxiliaires, comme les chrysopes et divers passereaux mangeurs de chenilles et d’insectes nuisibles. ÉC

## Invasion de thrips sur saule

**“Mon saule est envahi par des insectes qui nous gênent quand nous passons sous l’arbre. S’agit-il d’acariens, et que faire pour limiter leur population ?”** *Elisabeth T., Nouvion (80)*

**S**’il s’agissait d’acariens, vous constaterez des piqûres et le jaunissement des feuilles, voire une sorte de brûlure. Des toiles seraient visibles autour des feuilles à la faveur d’une petite rosée. Mais les acariens restent accrochés aux feuilles. Les thysanoptères, ou thrips du blé, plus connus sous leur surnom de bêtes d’orage, de chaleur ou d’août (à ne pas confondre avec les aoûts) s’envolent pendant la période des moissons pour se poser et ramper partout. Comme ils volent difficilement, ils cherchent des points hauts pour se déplacer. On les retrouve alors dans les cheveux, les poils, sur les jambes ou les bras, où ils provoquent des démangeaisons. Leur présence sur notre corps ne provoque aucune maladie, seulement des désagréments. Dans les saules, les thrips s’installent, piquent et sucent la sève des feuilles et des bourgeons, provoquant leur déformation. Les prédateurs des thrips sont principalement les punaises, les chrysopes et les coccinelles. Introduisez-en à proximité de votre arbre. Une bonne pluie ou un arrosage au jet limitera l’invasion, et de la terre de diatomée, répandue sur le sol, empêchera les insectes de ramper. HF



**La photo  
des  
lecteurs**



*Les gazanias s’en donnent à cœur joie dans le jardin de Pierrette H., une fidèle lectrice habitant à Palaja (11).*

**SOS**

**“Quelle est cette excroissance (6 cm de diamètre) qui est apparue récemment sur le tronc de mon cèdre de l’Atlas ?”** *Arlette P., Villenoy (77)*

Ce phénomène est appelé loupe. L’arbre n’est pas malade : il a formé un amas de tissus autour d’un corps étranger. Sur les cèdres, la loupe apparaît comme une boule de bois nu. Sur certains arbres, elle prend de grandes dimensions et est employée en marqueterie. Vous pouvez la couper à ras pour en observer l’intérieur, ou la laisser là. EC

**“J’ai observé des insectes rayés au dos des feuilles de mon pommier. Quels sont-ils ?”** *Dominique S.N., Jonzac (17)*

Il s’agit de très jeunes larves de coccinelles. En revanche la décoloration du feuillage est due à une attaque d’acariens rouges, ou tétranyques, du pommier (*Panonychus ulmi*). Très petits (leur taille adulte se situe entre 0,4 et 0,7 mm), rouge foncé, ils sont très actifs d’avril à septembre, et 5 à 8 générations se succèdent par an. Les méthodes de lutte sont d’aérer la ramure et de privilégier leurs prédateurs naturels. EC



PHOTO LECTEUR

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

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

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

2. Adressez votre courrier à : **Rustica rédaction, Cambium Média, 32, rue Pierre-Grenier 92100 Boulogne-Billancourt.**

Pour toute question sur votre abonnement, tél. : 0 806 000 465 (prix d’un appel local) [abonnements@rustica.fr](mailto:abonnements@rustica.fr)

# POUR TOUT TROUVER...

## ACTUS

**Les cafés jardins de la Société nationale d'horticulture de France (SNHF),** réservation en ligne : [www.snhf.org/cafes-jardins](http://www.snhf.org/cafes-jardins)

## À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE

**Bégonias Big Deluxxe, Cocktail, Super Olympia, Sprint Plus ou Super Cool :** **Ducrettet**, 14, rue René-Cassin, parc d'activités de la Châtelaine, 74240 Gaillard. Tél. : 04 50 95 01 23 ou [www.ducrettet.com](http://www.ducrettet.com)

**Myrte du Chili :** Pépinières Lepage "bord de mer", 2, parc Meur, axe Lannion-Trébeurden, 22560 Pleumeur-Bodou. Tél. : 02 96 47 27 64 ou [www.pepiniere-bretagne.fr](http://www.pepiniere-bretagne.fr)

**Ribanjou**, zone horticole du Rocher, Briollay, 49125 Tiercé. Tél. : 02 41 42 65 19 ou [www.ribanjou.com](http://www.ribanjou.com)

**Pépinière Mes arbustes**, tél. : 06 13 56 02 10 ou [www.mesarbustes.fr](http://www.mesarbustes.fr)

**Le jardin du Pic-Vert**, 26, Carrière-Dorée, 59310 Orchies. Tél. : 03 20 59 49 74 ou [www.jardindupicvert.com](http://www.jardindupicvert.com)

**Rosier 'Léo Ferré' :** Pépinières de la Guérinai, route de Noyal, 35340 Liffré. Tél. : 02 99 68 63 55 ou [www.pepinières-guerinai.com](http://www.pepinières-guerinai.com)

**Pépinière Francia Thauvin**, 345, rue des Pépinières,

45590 Saint-Cyr-en-Val. Tél. : 02 38 63 85 23 ou [www.rosier-pepiniere.com](http://www.rosier-pepiniere.com)

**Pétales de roses/ Les Chemins de la rose**, parc de Courcipleu, Doué-la-Fontaine, 49700 Doué-en-Anjou. Tél. : 02 41 59 95 95, du lundi au vendredi de 10 h à 12 h 30 et de 14 h à 17 h 30. Courriel : [contact@petales-de-roses.com](mailto:contact@petales-de-roses.com) ou [www.petale-de-roses.com](http://www.petale-de-roses.com)

## DEMAIN AU JARDIN

**Clématites 'Freckles', 'Wisley Cream', 'Jingle Bells' :** **Javoy plantes**, 1035, rue du Parc-Floral, 45590 Saint-Cyr-en-Val. Tél. : 02 38 76 21 78 ou [www.javoy-plantes.com](http://www.javoy-plantes.com)

**Promesse de fleurs**, 23, route du Fresnel, 59116 Houplines. Tél. : 03 61 76 08 10 ou [www.promessedefleurs.com](http://www.promessedefleurs.com)

**Pépinières Arnaud Travers**, domaine de Bellevue, chemin rural des Montées, RD126, 45590 Saint-Cyr-en-Val. Tél. : 02 38 66 13 70 ou [www.pepinières-travers.fr](http://www.pepinières-travers.fr)

**Clématite 'Lansdowne Gem' :** **Javoy plantes**, voir ci-dessus. **Promesse de fleurs**, voir ci-dessus.

**Truffaut**, tél. : 0 806 800 420 ou [www.truffaut.com](http://www.truffaut.com)

**Clématite 'Winter Beauty' :** **Promesse de fleurs**, voir ci-dessus.

## Clématite 'Winter Parasol' :

**Promesse de fleurs**, voir ci-contre.

**Pépinières Arnaud Travers**, voir ci-contre.

## Clématite 'Apple Blossom' :

**Willemse France**, 6, rue des Forts, 59960 Neuville-en-Ferrain. Tél. : 0 892 70 02 05 ou [www.willemsefrance.fr](http://www.willemsefrance.fr)

**Leader plant**, tél. : 02 40 04 38 04 ou [www.leaderplant.com](http://www.leaderplant.com)

## 1 PROJET, 5 PLANTES

**Fausse spirée à feuilles de sorbier :** **Le Châtel des vivaces**, 18, rue du Portail, 45300 Givraines. Tél. : 02 38 34 20 97 ou [www.le-chatel-des-vivaces.com](http://www.le-chatel-des-vivaces.com)

**Lilas de Californie**

**'Skylark' :** En jardinerie. **Roseau de Chine :** **Palmiers et compagnie**, 655, chemin d'Escudé, 82000 Montauban.

Tél. : 06 95 93 02 74. Courriel : [contact@palmiersetcompagnie.fr](mailto:contact@palmiersetcompagnie.fr) ou [palmiersetcompagnie.fr](http://palmiersetcompagnie.fr)

**Acanthe à feuilles molles :** **Pépinières Lepage**, chemin du Portu, 49130 Les Ponts-de-Cé.

Tél. : 02 41 44 93 51 ou [www.lepage-vivaces.com](http://www.lepage-vivaces.com)

**Eucalyptus 'Baby Blue' :** **Promesse de fleurs**, voir ci-contre.

## EN CUISINE

### Poivre Sichuan vert :

**Marine Rivière**, plantation Petite Rivière, 1, L'Hôtel-Fauvel, 50270 Saint-Maurice-en-Cotentin. Tél. : 06 37 16 35 78 ou [www.petiteriviere.fr](http://www.petiteriviere.fr)

### Tablette géante :

**Edwart Chocolatier**, 244, rue de Rivoli, 75001 Paris. Tél. : 01 49 27 03 55 ou [www.edwart.fr](http://www.edwart.fr)

### Cuisses de canard confit :

**Maison Montfort**, Tél. : 0 969 320 005 ou [www.maisonmontfort.com](http://www.maisonmontfort.com)

### Panettone au citron :

**Monoprix**, [www.monoprix.fr](http://www.monoprix.fr)

**ferme Fruirouge**, hameau de Concoeur, 2, place de l'Église, 21700 Nuits-Saint-Georges. Tél. : 03 80 62 36 25 ou [www.fruirouge.fr](http://www.fruirouge.fr)

### Œufs en meurette :

**savigny-lès-beaune rouge**, caveau Moillard, 2, route de Dijon, 21700 Nuits-Saint-Georges. Tél. : 03 80 62 42 20 ou [www.moillard.fr](http://www.moillard.fr)

### Poulet Gaston Gérard :

**montagny 1<sup>er</sup> cru**, clos Chaudron, château de Davenay, famille Picard, 5, chemin du Château, 21190 Chassagne-Montrachet. Tél. : 03 80 21 98 57 ou [www.famillepicard.fr](http://www.famillepicard.fr)

### Rigodon bourguignon :

**ratafia de Bourgogne**, domaine Bouhélier, 1, place de Saint-Martin, 21400 Chaumont-le-Bois. Tél. : 03 80 81 95 97 ou [www.bouhelier-vignerons.com](http://www.bouhelier-vignerons.com)

## TERROIR

**Écomusée d'Alsace**, chemin du Grosswald, 68190 Ungersheim. Tél. : 03 89 74 44 74. Courriel : [info@ecomusee.alsace](mailto:info@ecomusee.alsace) ou [www.ecomusee.alsace](http://www.ecomusee.alsace)

## L'INVITÉ DE LA SEMAINE

**Fertilaine**. Courriel : [contact@fertilaine.com](mailto:contact@fertilaine.com) Achat en ligne et points de vente sur : <https://fertilaine.com>

**Rustica**

**Média Participations, Rustica SA**, 57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19. Bureaux : 32 av. Pierre-Grenier, 92100 Boulogne-Bill. Standard : 01 53 26 33 00. Site : [www.rustica.fr](http://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](mailto:abonnements@rustica.fr)

Tarif abonnement France : 50 n°s à 89,90 €.

Président-directeur général de **Rustica SA** et directeur de la publication : **Vincent Montagne**. Directeur général : **Guillaume Arnaud**.

Directeur des rédactions : **Alain Delavie**. Rédactrice en chef : **Corinne Beaudouin**. Directrice artistique : **Aurore Nguyen**. Rédacteur chef adjoint jardin (agenda, un jardin des idées, plan-patron, à faire soi-même, RDV avec l'excellence, invité de la semaine) : **Pierre Nessmann**. Cheffe de service maison : **Nathalie Collin**. Chef de service (actus, animaux, terroir, bien-être) : **Jérôme Verroust**.

Cheffe de rubrique jardin (à faire au jardin cette semaine, 1 projet/5 plantes, demain au jardin, courriel) : **Patricia Kadijevic**.

Rédacteurs-graphistes : **Aline Bahuchet (1<sup>re</sup>), Marc Béguin et Gérard Bahuchet**.

Secrétaire générale de la rédaction : **Véronique Gonzalez**.

Secrétaires de rédaction : **Claude Bourdel (1<sup>re</sup>), Florence Blondel (2<sup>re</sup>) et Camille Schuster**.

Cheffe du Pôle image : **Karine Israël**. Iconographies : **Rougui Barry-Oger, Maria Varnier**.

Photographe : **Frédéric Marre**.

Assistante de la rédaction : **Munerah Shamsudine**, tél. : 01 53 26 32 82.

Publicité et contenus : **Cambium Média Solutions**, [www.cambium-media.com/solutions](http://www.cambium-media.com/solutions)

COO dév. stratégie et RSE :

**Laurence Gaboury**, [l.gaboury@cambium-media.com](mailto:l.gaboury@cambium-media.com)

Directeur de publicité :

**Thierry Vimel de Flechac**, [t.vimeldeflechac@cambium-media.com](mailto:t.vimeldeflechac@cambium-media.com)

Directeur de clientèle :

**Julie Foulonneau**, [j.foulonneau@cambium-media.fr](mailto:j.foulonneau@cambium-media.fr)

Antoine Zouaglihi,

[a.zouaglihi@cambium-media.fr](mailto:a.zouaglihi@cambium-media.fr)

Responsable administration des ventes :

**Thomas Regal**, [t.regal@cambium-media.com](mailto:t.regal@cambium-media.com)

Directrice Marketing BtoC :

**Anne-Sophie Salamon**, [a.salamon@cambium-media.com](mailto:a.salamon@cambium-media.com)

Responsable des ventes et contact diffiseurs : **Olivier Blochet**, [o.blochet@cambium-media.com](mailto:o.blochet@cambium-media.com)

Communication : Agence Think +, [think@bourgarel.eu](mailto:think@bourgarel.eu)

Directeur de la fabrication :

**Claude Pedrono**.

Photogravure : **Key Graphic**.

Impression : **Maury - Malesherbes**, 56, rue du Général-Patton,

45330 Le Malesherbois

Dépôt légal décembre 2024.

Vente au numéro MLP.

Commission paritaire : n° 0229 K 82753.

ISSN 2270-1915.

Papiers 100 % PEFC.

Provenance papier intérieur : Norvège.

Carnet abonnés, kiosque et poster : Finlande.

Taux de fibres recyclées : 0 %.

Impact sur l'eau :  $P_{tot}$  0,016 kg/tonne

AUDIT PRESSE

Audience mesurée par

# LA SEMAINE PROCHAINE



GAP PHOTOS/ELKE BORKOWSKI

Osmanthe de Delavay  
'Pearly Gates'.

## Dossier

### FROID, EUX ? JAMAIS !

*Non, le jardin ne s'endort pas en hiver en attendant le débordement floral du printemps. Pour preuve, voici une vingtaine d'arbustes qui enchanteront la "morte saison". Certains délivrent même leurs doux parfums...*

## ET AUSSI...

### DOSSIER POTÉES

Compositions d'hiver

### EN CUISINE

Safran de Paris

### MENUS DE NOËL

Divins agrumes

### BIEN-ÊTRE

Une molécule au pouvoir hallucinant !

### VIE PRATIQUE

Un lit d'appoint

### TERROIR

Festival des lumières partout en France

## MA SEMAINE AU JARDIN

POTAGER # Je valorise les restes de culture # Je récolte les cannas # FRUITS # Je cueille les nèfles # Je bouture les cassissiers à bois sec # ARBRES # Je taille des rameaux de saule pour les planter et fabriquer une haie

# Rustica

Classez et protégez vos numéros

Votre lot de  
2 reliures pour

22,40 €



Chaque reliure peut contenir  
26 numéros de Rustica

Pour commander vos reliures :

Par internet sur [laboutiquejardinmaison.fr/reliures](http://laboutiquejardinmaison.fr/reliures)

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

## Bon de commande

À renvoyer sous enveloppe NON AFFRANCHIE avec votre règlement à :  
RUSTICA libre réponse 23102 - 60 647 CHANTILLY CEDEX

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

Je choisis mon règlement :

Chèque bancaire à l'ordre de Rustica ou par carte bancaire / Paypal sur [laboutiquejardinmaison.fr/reliures](http://laboutiquejardinmaison.fr/reliures)

Je complète mes coordonnées :  M  Mme

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Tél. fixe : ..... .... .... .... ....

Mobile : ..... .... .... .... ....

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

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

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

Livraison des reliures dans un délai de 6 semaines environ dans la limite des stocks disponibles. Offre valable 1 mois en France métropolitaine \*22,40€ = prix de vente du lot de 2 reliures Rustica. Conformément aux dispositions légales et réglementaires en matière de données personnelles, les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par RUSTICA pour la mise en place et le suivi de l'abonnement souscrit ainsi que pour l'envoi des courriers et d'assurer le service client. Ces données peuvent être transmises à des tiers pour de la prospection commerciale. Vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en adressant un courrier à RUSTICA - 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/charteppd](http://www.rustica.fr/charteppd)

## MOTS FLÉCHÉS



# JEUX



## CUISINE DE BOURGOGNE

ADROIT		Et tutti quanti		MEMBRE DE LA FAMILLE		ATTRIBUT DE GENDARME		NOTE		ANCIEN DIRIGEANT		FRAGMENT d'ADN		PRÉSENTÉ À TABLE
PÂTISSERIE AU FROMAGE		Elle a trahi ses opinions				Sein		Matelote de poissons de rivière		Prénom personnel		Posessif		
Morceau de clarinette				Discours				Matière de bonnet						
Ingrediént du coq au chambertin				Petits choux au comté ou au gruyère				Empaumée						
				Dans le nord-ouest de l'Espagne							Se faire entendre tel le cerf			
Jeu avec des briques				Gigaocet							Mis en action			
Répugnance						Il doit son nom à sa forme		Exprime la défiance				Le bœuf y est frit		... Gaston Gérard
								Refoule						
Plat avec viande de porc et légumes	Négligea de considérer		À la jonction du tibia et du fémur					Braisé avec vin rouge et garniture				Lettre grecque		
			Elle passe à Pacy					Observée				Article		
Sauce au vin rouge														Brûle sans détoner
Tellement														
Il a vaincu le Minotaure		Idéale												

## SUDOKU

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

**moyen**

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

**difficile**

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

## DEVINETTE

### MASSIF DU VERCORS

Quelle est cette dent calcaire enneigée ?

- La Grande Moucherolle
  - Le mont Aiguille
  - Le Grand Veymont

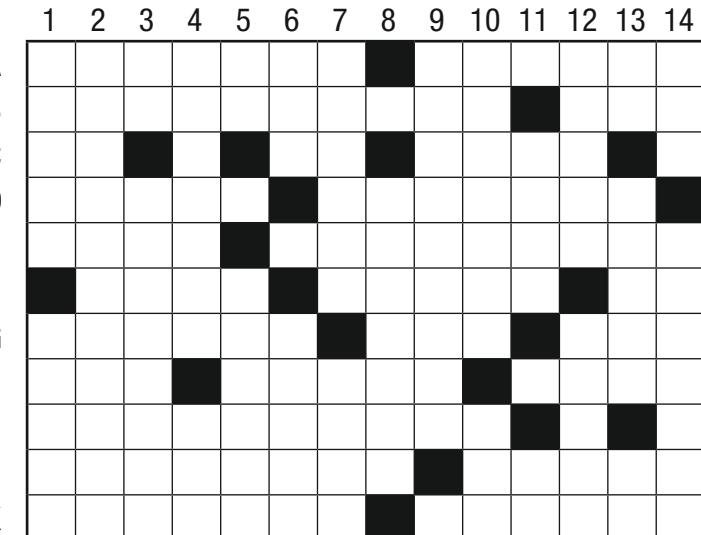


Réponse: le mont Aiguille (Isère).

## MOTS CROISÉS

**Horizontalement :** A. C'est une fête bretonne. Diaprée par le ciel. B. Qui n'est pas sensé. Il informe les clients. C. Entre deux lisières. De Colmar à Brest. Elles ouvrent bien des portes. D. Il donne un goût de bouchon. C'est la citronnelle. E. Elle compte pour des prunes. Débarrassé de son matériel. F. Meurtri dans sa chair. Frère jumeau de Romulus. Cité en Bourgogne. G. Mamelons. Crie sous les bois. Qui ne se mouille pas. H. Il fait partie des intimes. Plante à graines aromatiques. En vente dans les kiosques. I. Limités. J. Mauvaise pour le pouvoir d'achat. Lutte japonaise avec un sabre de bambou. K. Fera des barres parallèles. Bien décorées.

**Verticalement :** 1. C'est une demoiselle. Voisins de la patate douce. 2. Grosse fatigue. 3. Symbole du stéradian. Ne pas laisser aux mains du privé. 4. Agrume hybride. Travail postal. 5. Mot qui prépare l'exclusion. Humidifiée avant impression. 6. Ne reste pas inactif. Elle coule pendant l'effort. 7. Faire un gros plan. Joua à la roulette. 8. Alcaloïde de la fève de Calabar. 9. Comme peut l'être un hiver rigoureux. 10. Ou c'est sacré ou sans valeur... Danse ou musique d'origine jamaïquaine. 11. Il était vénéré par les Gaulois. Fin de verbe du premier groupe. 12. Surnom d'une impératrice. Lyonnaise des eaux. 13. Indique la position. Surveiller du coin de l'œil. Il se jette par jeu. 14. Plume du Piémont. Anciennes pièces du Portugal.



## PHOTOS-MYSTÈRES

### QUELLES SONT CES FEUILLES D'AUTOMNE ?



Ginkgo biloba

Chêne

Érable

Bouleau

Réponses : 1-Bouleau, 2-Erable, 3-Chêne, 4-Ginkgo biloba.

les mots fléchés



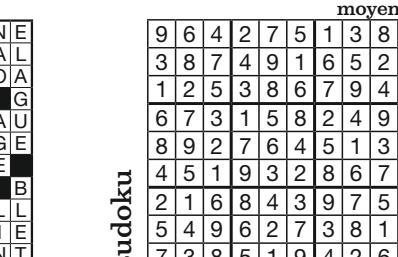
les mots croisés



PHOTOS: SHUTTERSTOCK

PHOTOS: SHUTTERSTOCK

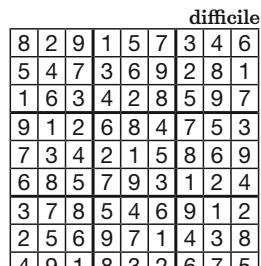
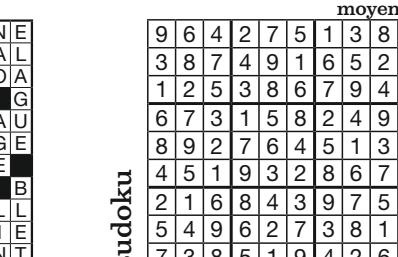
sudoku



Réponses : 1-G, 2-D, 3-A, 4-E, 5-B, 6-C, 7-F

PHOTOS: SHUTTERSTOCK

sudoku



## COMBINAISONS GAGNANTES

### SAVEURS DU GRAND-EST

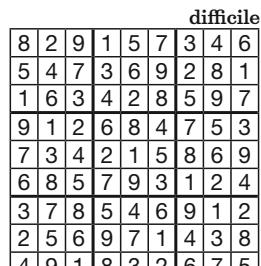
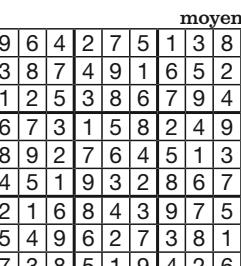
Reliez chaque gourmandise à sa ville.



Madeleines.

- |                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 1. L'andouille...                | A. de Bar-le-Duc (55)           |
| 2. La bergamote...               | B. de Boulay (57)               |
| 3. La confiture de groseilles... | C. de Commercy (55)             |
| 4. La crème glacée...            | D. de Nancy (54)                |
| 5. Le macaron...                 | E. de Plombières-les-Bains (88) |
| 6. La madeleine...               | F. de Toul (54)                 |
| 7. Le pâté au vin gris...        | G. du Val-d'Ajol (88)           |

## LES SOLUTIONS DU NUMÉRO 2866





M > 3XL

# 2 Pulls

## Col zippé



70% acrylique, 30% laine. Finitions bords-côtes col, base et poignets. 2 en coloris assortis : gris et bleu.



LAVAGE MACHINE

Fashion  
**L'HOMME  
MODERNE**

**RECEVEZ VOS 2 PULLS AVEC LE CODE PRIVILÈGE V2833**

0 892 680 165

Service 0.40 €/min  
+ prix appel

Par téléphone 7j/7 de 8h à 20h

[ihommemoderne.fr/pulls324](http://ihommemoderne.fr/pulls324)

Indiquez le code **V2833** dans votre panier



À retourner sous enveloppe affranchie à : Fashion Co - L'Homme Moderne - BP 10884 - 27008 Evreux Cedex

V2833-P4608

**OUI**, je profite de votre offre de bienvenue et je reçois mon lot de 2 pulls col zippé (1 lot par foyer) pour 32,25€ au lieu de 129€ + 2€ de frais de port.

Je choisis  M (0263969)  L (0263970)  XL (0263971)  
ma taille :  2XL (0263972)  3XL (0263973)

Ci-joint mon règlement total de 34,25€ seulement par :

Chèque à l'ordre de **FASHION CO - L'HOMME MODERNE**  
 Carte bancaire (Carte Bleue, Visa, Eurocard-Mastercard).

N° : \_\_\_\_\_

Date de validité : \_\_\_\_\_ Cryptogramme au dos de ma carte : \_\_\_\_\_ (indispensable)

— Groupe —  
**L'HOMME  
MODERNE**

Cette offre ne m'engage à rien d'autre. Valable 1 mois pour la France métropolitaine et Monaco, dans la limite des stocks disponibles. Expédition sous 6 jours maximum.

Mme/M. : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Pour mieux vous servir :

Téléphone : \_\_\_\_\_ Date de naissance : \_\_\_\_\_

Email : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

**FASHION CO  
L'HOMME MODERNE**

Signature obligatoire : \_\_\_\_\_

Conformément à la loi «informatique et libertés» et au Règlement européen du 27 avril 2016, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données vous concernant. Par notre intermédiaire, vous pouvez être amené à recevoir des propositions d'autres entreprises. Si vous ne le souhaitez pas, il vous suffit de nous écrire à Fashion Co - L'Homme Moderne - Service clientèle - 94971 Créteil Cedex 9, en nous indiquant vos nom, prénom, adresse et numéro de client. Vos données peuvent être communiquées à un tiers concerné dans le cadre d'un changement de contrôle, de fusion, de cession de fonds de commerce ou d'apport partiel actif de Reder SAS. Les 2 pulls sont de même taille et ne peuvent être vendus séparément, prix unitaire de chaque pull 64,50€.