

À FAIRE
 CETTE SEMAINE

- * Semer des laitues et des panais
- * Faire sécher les aromatiques
- * Tailler en vert les pommiers
- * Diviser les cœurs-de-Marie



Rustica

Rustica

Le magazine n°1 du jardinage au naturel

À DÉCOUVRIR



8 plantes qui se multiplient
avec l'aide du vent

RECETTES

Comment cuisiner
le reblochon fermier

REPORTAGE

Le jardin comestible du
paysagiste Pascal Garbe

PLUS DE SAVEURS GOURMANDES

13 FRUITS EXOTIQUES à cultiver au jardin

* Sapote, cerise du Natal,
goyave-cerise, bananier nain, mangue,
anone, avocat, litchi, papaye...

* Les clés de la réussite

VOTRE ALLIÉ AU JARDIN

Rustica PRATIQUE

NOUVELLE FORMULE



Légumes, fruits, fleurs
Des récoltes généreuses tout l'été

- Semer et planter des légumes express
- Comment améliorer ses rendements
- Tailles, arrosages... Quels soins prodiguer ?

MIEUX VIVRE AU JARDIN ET À LA MAISON

CAHIER SPÉCIAL
PETITES BÊTES
AMIES OU ENNEMIES
15 pages



RÉUSSIR LES MYRTILLES
les meilleures variétés

DESSERTS AUX PÈCHES

15 recettes savoureuses et fruitées



BIEN-ÊTRE ET FORME

Tous les bienfaits de la marche pieds nus

L 16012 - 55 - F: 5,90 € - RD

CPPAP

En vente dans votre rayon presse

et sur www.laboutiquejardinmaison.fr



Ou scannez ce QR code

124
PAGES
DE CONSEILS



F. MARIE/RUSTICA

ÉDITO

Depuis des siècles, les agriculteurs, les pépiniéristes, les horticulteurs et les jardiniers n'ont cessé d'acclimater de nouvelles plantes, repoussant les limites géographiques naturelles. Nous vous reposons de cultiver des arbres et des arbustes fruitiers certes exotiques, mais qui ont donné des résultats prometteurs dans nos régions. Vous pourrez en faire pousser certains en pleine terre, dans les endroits protégés de votre jardin, d'autres sont réservés à une culture en pot afin de les hiverner sous serre ou chez vous, comme des plantes d'intérieur. Des plus rustiques comme les pruniers du Natal, les goyaviers-fraise ou les sapotiers blancs, aux plus frileux tels les manguiers, goyaviers, papayers, avocatiers, pommiers-cannelle et les litchis, découvrez une large palette de saveurs originales et délicieuses et variez les plaisirs ! **Alain Delavie**



V. QUANTIN/RUSTICA



SHUTTERSTOCK



SHUTTERSTOCK



C. MADAN/REBLOCHON DE SAVOIE/SP

SOMMAIRE

4 ACTUALITÉS

8 AGENDA

9 À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE

Potager • Je sème des laitues à couper • Je récolte et fais sécher les aromatiques • **Fleurs** • J'arrache les bulbes défeuris • Je divise les cœurs-de-Marie • **Fruits** • J'ôte les stolons de fraisier • Je taille en vert les pommiers et poiriers

19 DOSSIER : tentations tropicales

• Les fruits exotiques peuvent s'acclimater chez nous : lancez-vous !

26 DEMAIN AU JARDIN

Huit plantes qui se multiplient avec l'aide du vent

30 UN JARDIN, DES IDÉES

Chez Pascal Garbe, en Moselle

36 EN CUISINE

• Le reblochon fermier
• Vos menus de la semaine
• 7 recettes de saison

40 VIE PRATIQUE

Valises bien faites

42 BIEN-ÊTRE

Premiers secours

43 TERROIR

La Seine normande

44 ANIMAUX

Les insectes piqueurs

46 COURRIER

48 CARNET D'ADRESSES

50 JEUX



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

ABONNEZ-VOUS VITE ! RENDEZ-VOUS p. 19

Photos couverture : Shutterstock (Dossier : 13 fruits exotiques à cultiver au jardin) - Shutterstock (Vignette : 8 plantes qui se multiplient avec l'aide du vent)

Vos actualités



Animaux chéris !

Les Français chouchoutent leurs animaux de compagnie et, globalement, le marché ne connaît pas la crise.

En 2024, malgré un contexte économique tendu, le marché français des animaux de compagnie a poursuivi sa progression, atteignant 6,6 milliards d'euros, en hausse de 3 %. Ce dynamisme s'explique par une demande toujours soutenue, liée à l'augmentation du nombre d'animaux et à l'attention croissante portée à leur bien-être. Le ralentissement de l'inflation, notamment sur l'alimentation animale (+ 2 % contre + 20 % en 2023), a contribué à cette stabilité retrouvée. Les segments du

chien et du chat restent moteurs, à l'inverse des animaux de basse-cour, poissons et oiseaux, dont les marchés sont en recul. Quand les animaleries tirent leur épingle du jeu, avec une croissance à deux chiffres, la grande distribution ainsi que les jardineries marquent le pas. L'e-commerce, lui, maintient une part stable de 15 %. Avec 58 % de foyers français possédant un animal, et un budget mensuel moyen de 92 € par foyer, le secteur confirme sa solidité et son ancrage dans le quotidien des Français.



Hervé de La Martinière.

L'ÉDITEUR DE PASSIONS

Hervé de La Martinière, disparu le 8 mai à 78 ans, laisse une empreinte singulière dans le monde de l'édition. Fondateur en 1992 des Éditions de La Martinière, il a imposé une esthétique exigeante et un regard engagé autour de la nature, de la photographie, de la cuisine ou du patrimoine. Le succès planétaire de *La Terre vue du ciel* de Yann Arthus-Bertrand, puis la fidélité à des auteurs comme Hans Silvester ou Matthieu Ricard, ont marqué une époque où le beau livre devenait aussi message. À travers le rachat de Delachaux et Niestlé, Knesebeck ou Abrams, il a structuré un groupe cohérent autour de ces thématiques. En 2021, *Fait maison* de Cyril Lignac confirmait que l'entreprise restait à la pointe. Défenseur de la librairie, il fut aussi celui qui osa s'opposer à Google, fidèle à une certaine idée de l'édition comme engagement.

LE PAPILLON RICAIN

BAT DE L'AILE

Près d'un quart des papillons ont disparu en vingt ans aux États-Unis, révèle une étude publiée dans *Science*. Sur 554 espèces, on observe une chute moyenne de 1,3 % des populations chaque année et une baisse de 22 % du nombre total de spécimens recensés entre 2000 et 2020. En outre, 22 espèces ont subi des pertes supérieures à 90 %. Des chiffres calamiteux, d'autant plus que les papillons pollinisateur jouent un rôle clef dans la chaîne alimentaire. Ce déclin fait écho à celui des abeilles, dont plus d'un million de colonies a été décimée durant l'hiver 2024-25. Les responsables ? L'agriculture industrielle, les pesticides et la destruction des habitats. Pourtant, les Lépidoptères pourraient se rétablir rapidement si des mesures de protection étaient mises en œuvre. Réduire les intrants chimiques, préserver les milieux et agir à tous les niveaux sont jugés indispensables.



Le monarque est en forte régression aux États-Unis.

SHUTTERSTOCK

Au fil des vents, explorez les rivages de l'Andalousie, du Maroc et des Canaries

par  Voyages d'exception

en partenariat avec

Rustica



Voyages d'Exception et Rustica vous emmènent en croisière au fil des vents, entre l'**Andalousie**, le **Maroc** et les **Canaries**. Découvrez les trésors architecturaux et naturels de ces terres fascinantes, tout en profitant des éclairages passionnants d'**Alain Baraton** sur l'histoire des jardins et de la botanique locale.

Du 29 oct. au 7 nov. 2025
Dès 5 290 €/pers.*

depuis Paris - pension complète

RÉSERVATIONS ET INFORMATIONS :

Tel : 01 75 77 87 48 - mail : contact@voyages-exception.fr
voyages-exception.fr/brochures (code MACAN)
ou dans votre agence de voyage

*Prix incluant une remise de 200€/pers. pour toute réservation.



Vos actualités

Pour raisons éthiques ou écologiques, de plus en plus de Français sont végétariens.



WAVEBREAK MEDIA/PHOTONONSTOP

ÊTRE VÉGÉTARIEN

EST-CE VRAIMENT PLUS SAIN ?

L'Anses, agence de sécurité sanitaire de l'alimentation, a révélé, mi-mars, que les régimes végétariens sont associés à une réduction du risque de diabète de type 2 et, de manière moins étayée, à une baisse des risques de certaines maladies cardiovasculaires, cancers, troubles ovulatoires et pathologies gastro-intestinales. En revanche, les personnes qui ne mangent ni viande ni poisson présentent un risque plus élevé de fractures et d'hypospadias (malformation congénitale de l'urètre). L'analyse souligne aussi des carences plus fréquentes en fer, iodé, vitamines B12, D et B2, ainsi qu'un déséquilibre phosphocalcique, en particulier chez les végétaliens (qui excluent tous les aliments d'origine animale). Pour aider les végétariens à couvrir leurs besoins nutritionnels tout en respectant leurs habitudes, l'Anses propose des repères alimentaires, qui pourraient orienter les politiques européennes sur les compléments. Elle pointe la difficulté d'atteindre les apports recommandés en oméga-3, vitamine D, B12 et zinc. Enfin, l'Anses insiste sur la nécessité de réduire les contaminants alimentaires, un enjeu qui concerne tout le monde.

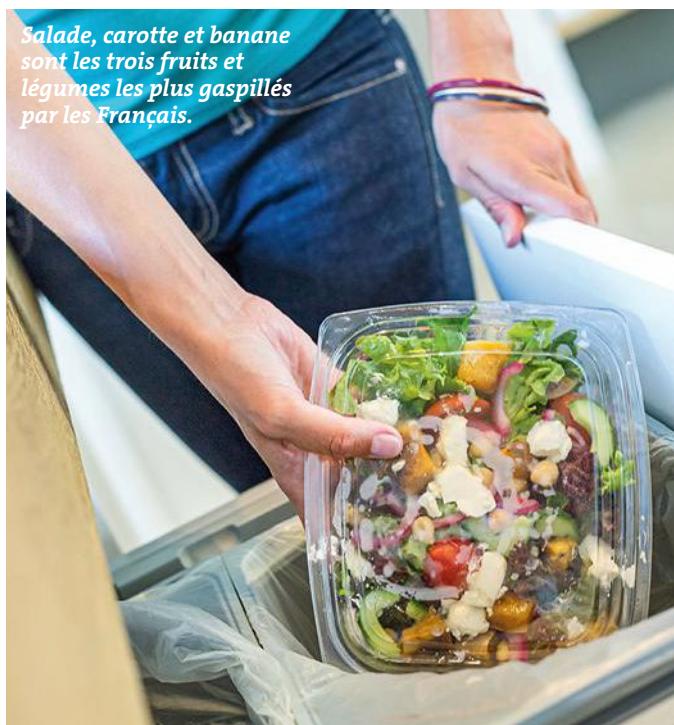
LA CRÈME DES BISTROTS

Le *Guide Lebey*, en partenariat avec la maison de champagne Palmer & Co, a annoncé, le 14 mars, les lauréats du prix du Meilleur Bistrot 2025. À Paris (75), c'est Ersò, rue Saint-Ambroise (XI^e), qui remporte le titre. Le chef Yann Placet y propose une cuisine soignée et une belle sélection de vins (formule à 23 € env.). En Ile-de-France, Charles Boxel, du Café César, à Cléchy (92), revisite le menu ouvrier. En région, L'Âme sœur, à Lyon (69), s'illustre grâce aux assiettes d'Olivier Paget (menu à 33 € env.). Ces trois maisons se sont distinguées, parmi 500 adresses, pour leur carte, leurs produits, leurs vins ainsi que leur ambiance, chacune incarnant l'esprit du bistrot français.

TOUS GASPILLEURS !

Plus de la moitié des Français, soit 52 %, ont déjà jeté des aliments encore consommables ! C'est le résultat d'une étude réalisée par Too Good To Go, la plateforme mobile qui permet aux utilisateurs de récupérer des invendus alimentaires à prix réduits. En moyenne, chaque Français gaspille 24 kg de nourriture par an, ce qui équivaut environ à 157 €. Les ménages sont les premiers responsables, devant les exploitations agricoles, la transformation agro-industrielle, la distribution et les cantines ou restaurants. Une part importante du gaspillage découle de la mauvaise compréhension des dates de consommation. En effet, 20 % de ce gâchis domestique est lié à une confusion entre la date limite de consommation (DLC) et la date de durabilité minimale (DDM). De nombreux aliments restent consommables après la DDM, mais 27 % des jeunes adultes croient à tort qu'ils ne le sont plus. Cette méconnaissance engendre des pertes financières, estimées à 30 €/an.

Salade, carotte et banane sont les trois fruits et légumes les plus gaspillés par les Français.



F. PONCELET/ONOKY/PHOTONONSTOP

Nos formations recommandées par Rustica

Découvrez les secrets du jardinage et faites fleurir vos talents



Débutant ou expert, nos formations vous guident vers un jardin naturel et durable. Apprenez des gestes professionnels, échangez avec des passionnés et maîtrisez votre jardin !

Inscrivez-vous dès maintenant sur :

www.rustica.fr/formation

ou scannez le QR code pour commencer !



Agenda

Sous réserve d'annulation de la manifestation par les organisateurs



En Normandie.

En Normandie

Pour les Mains vertes du cœur, 48 jardins privés ouvrent leurs portes, **les 14 et 15 juin**, au profit de la Fondation Charles-Nicolle. Les dons permettront d'acheter des équipements pour les hôpitaux. <https://lesmainsvertesducoeur.fr>

Manosque (04)

Loïz Appel anime, **les 21 et 22 juin**, un stage de vannerie : notions de

base et fabrication d'un panier en osier sur arceaux. Au domaine de la Thomassine. De 9 h à 17 h. Tarif : 110 €. www.parcduuberon.fr

Générargues (30)

La Bambouseraie en Cévennes célèbre l'été, **le 21 juin**, avec des ateliers ludiques et des animations (dont des lectures de contes). De 9 h 30 à 19 h. Tarif : à partir de 11 €. www.bambouseraie.com

Villers-lès-Nancy (54)

Le jardin botanique Jean-Marie-Pelt accueille, **les 20 et 21 juin**, la Rencontre de l'Association européenne des Aracées (EAS). Sont présents des botanistes de renom, comme Patrick Blanc, ainsi que des horticulteurs de jardins botaniques européens. Gratuit. www.jardinbotaniquedenancy.eu

Laquenexy (57)

Un atelier sur les plantes vivaces est dispensé par Samuel Klein, **le 26 juin** : comment les choisir et les cultiver selon son environnement.

Aux jardins fruitiers, de 14 h à 17 h. Tarif : 30 €. Réservation sur <https://jardinslaquenexy.resa.moselle.fr>

Benwihr-Gare (68)

Rendez-vous, **les 21 et 22 juin**, au salon Country Living, dans le parc paysager de Schoppenwihr, l'un des plus beaux d'Alsace. Pour fêter l'art de vivre au jardin, artistes et artisans proposent des plantes, des objets de décoration, de l'artisanat et de la gastronomie. De 9 h à 22 h, le samedi, avec dîner et soirée jazz, et de 9 h à 17 h, le dimanche. Tarif : 7 €. www.schoppenwihr.com

Paris (75)

Après une itinérance aux États-Unis, Canada, Portugal, Autriche et Royaume-Uni, l'exposition Chiens et chats fait peau neuve et revient à la cité des Sciences et de l'Industrie, **jusqu'au 28 juin 2026**. De 10 h à 18 h. Tarif : 13 €. Renseignements : www.cite-science.fr

Niort (79)

Le réseau Qualiarbre, acteur engagé dans la préservation et la valorisation des arbres, organise un colloque national, **les 26 et 27 juin**. Il réunira des experts, chercheurs, écologues... et s'intitule "Enjeux climatiques : le déclin de l'arbre au cœur des préoccupations". L'entrée est libre. Renseignements et inscription : www.qualiarbre.com



COLLECTION SALINE ROYALE/P.P.

Arcs-et-Senans (25)

Le Festival des jardins se tient, **jusqu'au 19 octobre**, sur le thème "L'école buissonnière". Dans le second demi-cercle du parc créé en 2022, cinq jardins temporaires ont été imaginés par les étudiants des écoles nationales du paysage. **Jusqu'au 9 novembre**, la Saline royale accueille l'exposition "Un monde en aventures", consacrée à Corto Maltese, le célèbre personnage de BD dessiné par Hugo Pratt. De 9 h à 18 h ; en juillet et août, de 9 h à 19 h. Tarif : 15 €. Rens. : www.salineroyale.com



Villers-lès-Nancy (54).

Texte : Pierre Nessmann.

À FAIRE AU JARDIN cette semaine

C'EST D'ACTUALITÉ

Le printemps cède la place à l'été, mais il faut déjà penser aux fleurs qui s'épanouiront l'année prochaine à la fin de l'hiver. Sans attendre, lançons les semis de giroflées ravenelles, monnaies-du-pape, myosotis, pâquerettes, pensées et violettes cornues, ainsi que ceux de juliennes-des-dames, œillets des poètes, digitales et roses trémières. Dispersez les graines dans des terrines emplies de terreau, que vous placerez dans un endroit clair, ombragé et à l'abri du soleil brûlant. Maintenez le substrat toujours frais. Attention aux attaques de limaces et aux orages dévastateurs ! **Alain Delavie**



LAITUE À COUPER AVANT LA CANICULE

Coup de chaud et salades ne vont pas ensemble. Cependant, avant les fortes chaleurs estivales, un dernier semis de laitues à couper reste possible. Passez superficiellement le croc sur le sol et ajoutez en surface une couche de 1 cm de compost. **Réalisez un semis en ligne** ou à la volée dans des sillons peu profonds, espacés de 15 cm. Par temps sec, arrosez avant de semer, puis recouvrez légèrement les graines de terre.

Par Vulcain !

La variété de laitue 'Vulcan' est très résistante à la chaleur et se sème plusieurs fois dans l'année. Elle offre de belles feuilles rouge et vert sombre très croquantes et bien gaufrées. Après la cueillette, ces dernières repoussent.



Les salades réussissent mieux avec un semis direct.



Delicats, les bulbes craignent l'humidité.

FAIRE MÛRIR LES ÉCHALOTES

Les semaines de juin sont décisives, car c'est à cette époque que les échalotes, cachées sous leur feuillage encore vert, grossissent et commencent à mûrir. Comme les bulbes redoutent l'humidité qui peut stagner à la surface des sols, il est temps de **retirer le paillage** qui avait été étalé au pied des plantes pour garder au terrain sa fraîcheur en situation sèche et limiter la levée des adventices. Il suffit de dégager les matières à la main pour apercevoir les bases des plants. Dans un sol qui n'aurait pas été paillé, les fortes pluies ont pu entraîner un ruissellement. Là aussi, ôtez toute la terre qui pourrait recouvrir les bulbes et les faire pourrir.

AROMATIQUES EN FLACON

Séchez les aromatiques dans les règles de l'art. Et retrouvez tous leurs arômes mûris au soleil dans vos tisanes hivernales ou dans vos plats.

Les plantes aromatiques développent leurs composés odorants en période estivale, la chaleur étant le facteur indispensable à cette réaction physiologique. **Le séchage permet de stocker ces plantes**, appréciées pour leurs usages culinaires et médicinaux, avec le plus de propriétés possibles et de leur conserver tous leurs bienfaits. Dans le cas de certaines herbes, comme le laurier, seules les feuilles sont mises à sécher, pour d'autres, comme le thym, il faut attendre la floraison car c'est là que la plante exhale le plus de parfum. Ces parties végétales ne devant pas être humidifiées, récoltez-les par temps sec et veillez à ne pas endommager le pied mère. Étalez les récoltes sur des grilles, placées à une situation chaude et aérée.



À vous le parfum
des thym, sarriette,
romarin, laurier-sauce...

V. QUÉANT/FRUSTICA

ET AUSSI...

Semer en place les betteraves, les choux frisés, les choux rouges, les courgettes, les fenouils bulbeux, les haricots, le maïs doux, le mesclun, les navets, les poirées, le pourpier et les radis de tous les mois. **Planter** tous les légumes du soleil, de l'aubergine à la tomate en passant par les poivrons. **Tailler** les courges, les concombres, les melons et les tomates. **Apporter** du purin d'ortie dans l'eau d'arrosage.



1

Triez les feuilles fraîches sur une table après la récolte. Composez des bouquets garnis de plusieurs essences en mélange et liez-les afin de les faire sécher. Vous disposerez ainsi d'une réserve toute prête de vos saveurs préférées pour vos plats cuisinés ou vos tisanes aux multiples vertus.

Textes : Jean-Yves Meignen et Patricia Kadijevic (Et aussi...).



2

Coupez les menthes quand elles bien fraîches, en conservant une longueur de tige de 10 ou 20 cm. **Réalisez des bouquets** en liant les tiges et faites-les sécher en les suspendant dans un local chaud et aéré, mais pas dehors en plein soleil. Ces aromatiques restitueront toutes leurs saveurs après le séchage.

E. BRECKLE/FRUSTICA/REPUBLIQUE GUZENIC

OUVREZ, OUVREZ LA CAGE AUX BULBES

Une fois les plantes bulbeuses défleuries, attendez que le feuillage jaunisse et sèche pour les arracher. Si vous avez groupé les bulbes dans un panier spécial, repérez le rebord du contenant, glissez une pelle-bêche en dessous et **soulevez l'ensemble**. Séparez ensuite les bulbes, laissez-les ressuyer à l'ombre le temps que la terre s'en détache facilement, puis rangez-les au sec jusqu'à leur prochaine plantation en automne.

Quels bulbes ?

Arrachez les bulbes desséchés des tulipes et des jacinthes. Laissés dans la terre, ils produisent de nombreuses bulbilles et ne donnent que de petites fleurs les années suivantes, ayant tendance à retourner à une forme sauvage.



BG/RUSTICA



Semis de digitale 'Excelsior'.

MARIE RUSTICA

DU DOIGTÉ POUR LES DIGITALES

À partir de juin et durant tout l'été, consacrez un espace à l'extérieur pour effectuer des semis potagers ou en jardinière. Préparez un lit de terre fine et tracez une ligne avec un bâton. **Versez les graines dans un semoir manuel**, pas trop d'un coup car elles sont minuscules ! Recouvrez les semences d'une très fine couche de terreau, arrosez en pluie et gardez le sol frais. Le semis peut lever en 8 jours. S'il fait chaud, ombrez les plantules à l'aide d'une cagette retournée et supprimez les plus faibles : les plants conservés ne doivent pas se toucher. Mettez-les en place en fin d'été à la mi-ombre d'arbres ou d'arbustes, les digitales étant des plantes de clairières forestières.



F. MARRE/RUSTICA/PARC DE BABETTE

Anciennement *Dicentra spectabilis*, *Lamprocapnos spectabilis* fleurit en avril et mai sur de longues tiges arquées. En plein soleil, son feuillage peut jaunir dès début juillet et disparaître jusqu'au printemps suivant alors qu'il reste décoratif jusqu'aux gelées à la mi-ombre, en sol frais et drainé, car le rhizome pourrit parfois suite à un excès d'eau. Il apprécie, en revanche, le calcaire.



1

Déplacez la plante si, comme ici, elle est devenue imposante ou si ses tiges empiètent sur une allée au risque de se casser à chaque passage. C'est aussi ce qui peut arriver lorsque l'on manipule la souche pour l'extraire du sol. **On peut donc couper au moins les plus grandes tiges au sécateur.** Si la terre est sèche, arrosez autour de la plante avant l'arrachage.

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

ATOUT CŒUR-DE-MARIE

La plante fleurit longtemps au même endroit et n'aime pas être déplacée. Si l'on y est obligé, on en profite pour la diviser, mais en douceur !

Mieux vaut tenir cette plante vivace à l'écart des allées et des ballons de foot, car **ses tiges se brisent comme du verre**. Lorsque déplacer la plante s'avère nécessaire, pourquoi ne pas la diviser ? Gare, la partie souterraine n'aime pas non plus être dérangée ! C'est un organe charnu, pourvu de racines qui cassent si la touffe est arrachée sans ménagement. Pour la multiplier sans la déplacer, on peut aussi bouturer en fin d'hiver de jeunes pousses latérales munies de racines.

ET AUSSI...

Arroser les jeunes plantations de l'année. **Pailler** les massifs et les plates-bandes. **Tuteurer** les delphiniums. **Planter** des bordures de campanules. **Récolter** les graines des lupins défleuris. **Installer** des systèmes de goutte-à-goutte. **Toiletter** les plantes vivaces et les bulbes à floraison printanière dès qu'ils se fanent. **Rabattre** les géraniums vivaces. **Pincer** les plantes vivaces comme les asters.



2

Cernez la motte en plantant une pelle-bêche autour du pied et soulevez-le peu à peu pour conserver l'intégralité des racines. Une fois la souche extraite, **divisez-la de haut en bas** en deux ou trois morceaux comportant des tiges reliées à leurs racines. Chaque tronçon peut alors être replanté dans un sol riche en compost. Arrosez régulièrement cet été, mais sans excès.

F. MARRE/RUSTICA

Les stolons sont l'équivalent des gourmands.

ÔTEZ CES STOLONS QUI SONT SANS-GÈNE

Après la première fructification, les fraisiers émettent des pousses latérales, nommées stolons, jusqu'à plus de dix pour les variétés très traçantes. **Ôtez-les afin que le jardin ne soit pas envahi** et garder des rangs bien séparés. Délogez aussi ceux qui s'enracinent au pied des plants voisins, leur livrant une concurrence qui se fera au détriment de la qualité et de la quantité de la récolte. Profitez-en pour enlever les feuilles flétries.

Clonage vorace

Les stolons sont aussi des organes reproducteurs, utiles pour renouveler sa plantation ! Mais s'ils permettent de reproduire une variété à l'identique, ils le font aux dépens du pied de fraiseur, qui aura moins de ressources pour refleurir s'il est remontant.



F. MARIE RUSTICA



Greffage en V.

GREFFES SANS FAUX DÉPARTS

Lorsque la reprise d'une greffe est assurée, c'est-à-dire quand elle a commencé à former de nouvelles feuilles (ici, un cerisier greffé sur franc), **coupez sans répit toute repousse située en dessous**. Cette phase est délicate car si ces rejets qui concurrencent fortement le greffon ne sont pas retirés, le greffage peut encore avorter, par manque de sève, mais aussi par domination hormonale des gourmands. Vérifiez le résultat deux semaines après et coupez les éventuelles repousses qui sont apparues entre-temps. Il faut plusieurs années pour que le porte-greffe cesse d'émettre des rejets. Certains porte-greffes le font beaucoup plus que d'autres.

Coupez la pousse à ras avec un sécateur.



PETITE TAILLE, GRANDS EFFETS

Effectuez la taille en vert, cette coupe légère qui ne concerne que les pousses formées cette année. Et préparez ainsi l'an prochain.

Lorsque la branche d'un pommier ou encore d'un poirier n'est pas couronnée d'un bouquet de fruits, l'arbre n'a qu'un seul but à cette époque de l'année : chercher à former des rameaux plus longs. La taille en vert va donc tout simplement consister à raccourcir toutes les nouvelles pousses, qui n'ont pas nécessité à s'étendre. **La priorité est de retirer les pousses vigoureuses, dites à bois**, qui apparaissent sur le tronc et les branches obliques. En outre, là où la ramure est trop dense, n'hésitez pas à supprimer les rameaux stériles, c'est-à-dire garnis uniquement de feuilles. Enfin, agissez avec la plus grande délicatesse à proximité des fruits pour ne pas les faire tomber accidentellement.

ET AUSSI...

Greffer les abricotiers en écusson. **Bouturer**, sous climat doux, les grenadiers et les figuiers. **Planter** les agrumes. **Guider** les nouvelles pousses de la vigne sur son support. **Pailleur** le sol au pied des fraisiers pour limiter la pourriture grise. **Arroser** vos plants avec du purin d'ortie tous les quinze jours. **Récolter** les abricots précoces, les cerises, les framboises ainsi que les fraises.

É. BRUNCKE/RUSTICA/JARDIN DE CORGELES



F. MARRE/RUSTICA/ÉCOLE DU BREUIL



F. MARRE/RUSTICA/JARDIN DE PUGRAULT

Ôtez les rameaux non fructifères qui encombrent le cœur de la ramure. Ils ne font que favoriser la présence de maladies et de ravageurs et de toute façon, ils n'ont pas la bonne configuration pour porter des fruits l'année prochaine. **Coupez au ras de la tige** sur laquelle ils naissent, sans laisser de moignon.

Retirez également les pousses droites et feuillées qui "coiffent" les bouquets de fruits, afin que ces derniers ne soient pas pénalisés par cette consommation concurrente de sève des tiges en formation. Agissez avec des ciseaux ou, mieux encore, **cassez-les à la main**, ce qui limite le risque de repousse.

JARDINER avec la lune

SEMER DU PANAIS EN PLACE

Opérez en lune montante, quand la lune passe devant le Capricorne ou le Taureau, dédiés aux légumes-racines.

Les bonnes dates: les 14 (après 11h30), 15, 16 (avant 14h51), 23 (après 11h50) et 24 juin.

Quelles variétés: 'Albion', 'De Guernesey', 'Gladiator' 'Harris Model', 'Javelin', 'Lancer', 'Tender and True', 'Palace', 'Turga', 'Victor', 'Aromata', 'White Gem'.

Comment faire ? Avec la langue d'une serfouette, ouvrez des sillons peu profonds espacés de 30 à 40 cm de distance. Dispersez les semences sans les serrer pour limiter l'éclaircissement. Fermez les sillons et couvrez les graines de 1 cm de terre fine. Tassez avec le dos du râteau et arrosez à l'aide d'un arrosoir muni d'une pomme. Maintenez le sol frais jusqu'à la levée, puis patientez car celle-ci peut demander de quinze à vingt jours. Attention, la durée de germination des graines de panais est courte car elle est réduite à environ une année !

**Veillez à écarter
assez les graines
lors du semis.**



ÉRIC NICOLÉ/RUSTICA/PÉPINIÈRE COZENIC



VOTRE CALENDRIER LUNAIRE

"À la Saint-Antoine, on peut compter sur son avoine."

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

Vendredi 13 S' Antoine de P.	Samedi 14 S' Élisée	Dimanche 15 Fête des Pères	Lundi 16 S' J.-F. Régis	Mardi 17 S' Hervé	Mercredi 18 S' Léonce	Jeudi 19 S' Romuald
★ lever 5h49 coucher 21h53 ● couche 7h	★ lever 5h48 coucher 21h54 ● lever 0h20 couche 8h12	★ lever 5h48 coucher 21h54 ● lever 0h49 couche 9h29	★ lever 5h48 coucher 21h55 ● lever 1h11 couche 10h47	★ lever 5h48 coucher 21h55 ● lever 1h29 couche 12h05	★ lever 5h48 coucher 21h55 ● lever 1h45 couche 13h24	★ lever 5h49 coucher 21h56 ● lever 2h couche 14h43

ASCENDANTE

21 h 19

11 h 40



11h30

Jours-fruits



Jours-racines

14h51



Jours-fleurs

11h18



Jours-feuilles



NŒUD LUNAIRE ASCENDANT



DERNIER QUARTIER

Les heures sont données en heures légales.

Pour plus d'informations reportez-vous à *Jardinez avec la lune 2025* par Céleste, Rustica éditions, ainsi qu'à notre calendrier paru le 17/01/2025.



Jours-fruits

En poquets enrichis de compost, semer trois graines de concombres ou de cornichons en les écartant un peu. Couvrir, tasser et arroser.



Jours-racines

Ouvrir des sillons espacés de 30 cm. Y semer des endives 'Atlas', 'Bingo', 'Festive', 'Mona'. Couvrir les graines de 1 cm, tasser, arroser.



Jours-fleurs

En pépinière, semer en rangs des campanules carillons, giroflées ravenelles, monnaies-du-pape et myosotis. Arroser en douceur.



Jours-feuilles

Par beau temps, récolter et faire sécher les aromatiques avant leur floraison : marjolaine, origan, romarin, sauge, sarriette, thym...

Variété
à découvrir

Astilbe d'Arends
'Fanal'



Astilbe d'Arends

'Fanal'

Avec sa floraison vaporeuse, 'Fanal' est l'une des plus belles astilbes de couleur rouge. Adoptez-la en sol acide et bien frais.

UTILISATION Les astilbes s'installent sur les berges d'un bassin, où leurs racines trouveront l'humidité nécessaire. Un massif ou la lisière d'un sous-bois conviennent si le sol n'est pas trop sec. Un emplacement à la mi-ombre sera alors préférable.

PLANTATION Ouvrez un trou assez grand et enrichissez une partie de la terre avec du compost mûr et de la corne broyée. Versez-la au fond et couvrez d'une couche de terre non enrichie. Plongez le godet dans une bassine d'eau jusqu'à la disparition des bulles d'air, puis déposez la plante. Placez-la dans le trou, le dessus de la motte à peine recouvert de substrat. Bouchez, tassez et arrosez.

ENTRETIEN Au printemps, apportez du compost, mais sans l'enfoncer pour ne pas abîmer les rhizomes qui se développent peu profondément. Les fleurs se taillent

soit rapidement dès qu'elles fanent, soit en fin d'hiver en même temps que les feuilles. Dans le premier cas, vous favoriserez le feuillage et la croissance de la touffe, ce qui est intéressant les premières années après la plantation. Dans le second, vous profiterez des hampes florales qui prendront une teinte brune en hiver. Elles sont encore plus belles sous un dépôt de givre.

MALADIES ET RAVAGEURS Les plantes sont en général saines et délaissées par les limaces. Une attaque d'oïdium peut survenir si le sol est trop sec et les nuits fraîches et humides. En préventif, les arrosages sont préconisés; en curatif, pulvérisez du lait dilué dans de l'eau, une fois par semaine jusqu'à la disparition de la maladie.

MULTIPLICATION Divisez les touffes tous les quatre ans, entre décembre et mars, quand il ne gèle pas.

Secret de jardinier

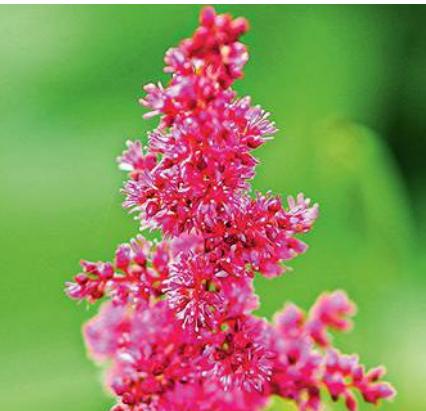
Au soleil, le sol doit rester bien frais, voire humide au cours de l'été.

Si ce n'est pas le cas, ou si l'oïdium sévit, déplacez le pied à la mi-ombre.

Vous limiterez les arrosages et l'astilbe sera plus belle.



SHUTTERSTOCK



SHUTTERSTOCK



F. MARRÉ/NUSTIC/PEPINIÈRE DE LA PETITE FOUILLEUSE



PLANTE VIVACE

Saxifragacées

Astilbe x arendsi

Hauteur : 50 à 80 cm selon l'humidité du sol.

Étalement : 50 cm.

Croissance : normale.

Floraison : minuscules fleurs rouges groupées en panicules (photo en haut), en juin et en juillet, puis brunes.

Port : feuillage en touffe d'où émergent les épis dressés.

Feuillage : caduc, vert, découpé (photo en bas).

Plantation : en mars et avril ou de septembre à novembre.

Mellifère : non.

Sol : consistant, neutre ou acide, frais, voire humide en été, drainé et riche.

Rusticité : - 20 °C.

Arrosage : le sol ne doit jamais sécher en profondeur.



Abonnez-vous à Rustica

Et recevez chaque semaine le **magazine n°1 du jardinage au naturel**



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

1 an - 50 numéros



EN CADEAU 2 HORS-SÉRIES



VALEUR 4,90€



VALEUR 5,90€

Découvrez 2 hors-séries incontournables pour **cultiver et entretenir votre potager**, afin de profiter pleinement de vos récoltes tout au long de l'année !

**Abonnement 1 an
+ 2 Hors Séries**

89,90 €
au lieu de 165€* en kiosque

Soit plus de
45%
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



0 806 000 465

Service gratuit
+ prix appel

indiquez le code **PRU2894T**



Par internet sur abo.rustica.fr/ABORU2894

**Oui, je m'abonne
1 an à Rustica**

89,90 €

au lieu de 165€* en kiosque
soit plus de **45% de réduction**

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 : _____

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

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.

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



SANS LE SOLEIL DES TROPIQUES

Cultiver sous nos latitudes des fruits tropicaux est une entreprise exigeante, mais largement récompensée en termes de saveur ! ✽ JEAN-MICHEL GROULT

Litchis, goyaves, mangues... nous transportent vers des régions au climat bien différent du nôtre. Pourtant, nombre de ces cultures peuvent pousser chez nous en pot, et même fructifier. La clé de la réussite est, bien sûr, de leur procurer assez de chaleur. Car, si quelques-unes supportent des températures fraîches, la plupart ne tolèrent pas que le mercure tombe en dessous de 5 °C. Et, comme ce

sont pour beaucoup des arbustes, il leur faudra un grand volume de substrat (au moins 30 l pour espérer une récolte, voire jusqu'à 100 l). L'été, vous pouvez les placer dehors mais, en hiver, gardez-les au chaud comme des plantes d'intérieur. Pour la fructification, montrez-vous patient. Certains sujets mettent cinq ans et plus à produire. Mais le goût de ces fruits, récoltés à point, est inoubliable.



Litchis mûrs sur l'arbre.



La sapote blanche

Cousin des agrumes et aussi exigeant en arrosage, le sapotier blanc (*Casimiroa edulis*) peut culminer à 3 m. Sa culture est facile et **les plants, partiellement autofertiles, produisent jeunes s'ils sont greffés**. Le fruit, automnal et de la taille d'une grosse prune, dissimule une chair tendre, juteuse et sucrée, autour d'un noyau plat.



La prune du Natal

Carissa macrocarpa déploie des feuilles vert foncé, brillantes et arrondies, et des épines. Le buisson, compact, s'avère des plus décoratifs. Les fleurs, très parfumées, donnent des **fruits, rouges à maturité, à la chair fondante de saveur acidulée** contenant des pépins. À partir de l'été, l'arbuste produit durant plusieurs mois.



La goyave-fraise

À la différence des autres goyaves, *Psidium cattleianum* **supporte de petites gelées** (-3 °C, voire -5 °C). Ses fruits, de la taille d'une cerise, se consomment plutôt cuits, comme le cassis. La plante reste petite (1,50 m au maximum) et produit en automne. La forme à fruit jaune est réputée plus rustique.

Les Solanacées à petits fruits



Avec cette famille de plantes, c'est tout un monde de saveurs variées et étonnantes qui s'ouvre à vous. La plus envoûtante est peut-être celle de la **narangille ou morelle de Quito (*Solanum quitoense*, photo 1)**. Les grosses baies orangées, consommées en jus, ont un parfum de fruit de la passion. La plante se cultive telle l'aubergine et peut vivre plusieurs années si elle est tenue à l'abri du gel en hiver. Elle est d'ailleurs particulièrement décorative. Son point faible ? La narangille fructifie mal si un seul sujet est cultivé... Ce n'est pas le cas de la **tomate en arbre, ou tamarillo**

(*Solanum betaceum*, anc. **Cyphomandra**, photo 2). Cette grande plante (1,80 m) fructifie tardivement et doit être gardée en intérieur ou en serre hors gel. Ses fruits se consomment surtout cuits mais certaines formes sont plus parfumées que d'autres. La **morelle de Balbis (*S. sisymbriifolium*, photo 3)** est, quant à elle, plus petite (1 m), mais très épineuse. Son fruit, gros comme une tomate cerise, a un goût de bigarreau. La plante supporte des gelées légères, cependant, elle fructifie très tardivement (octobre et novembre). En juin, c'est le moment de la semer sous serre.

Acclimater les plus frileux

Pour fructifier, ces arbres et plantes herbacées ont besoin de chaleur en été (au moins 25 °C) et, en hiver, exigent le confort d'une serre maintenue au-dessus de 5 °C. Une place lumineuse derrière une vitre leur convient encore mieux.



SHUTTERSTOCK

Minibanane

Parmi tous les bananiers, seule la variété naine 'Dwarf Cavendish' (ci-dessus) est en mesure de porter un régime si elle est cultivée en pot à l'intérieur. Pour cela, offrez à votre plante un très grand volume de substrat (au moins 100 l), des arrosages copieux ainsi que des fertilisations régulières. La plante culmine tout de même à 1,80 m et présente un feuillage très encombrant.

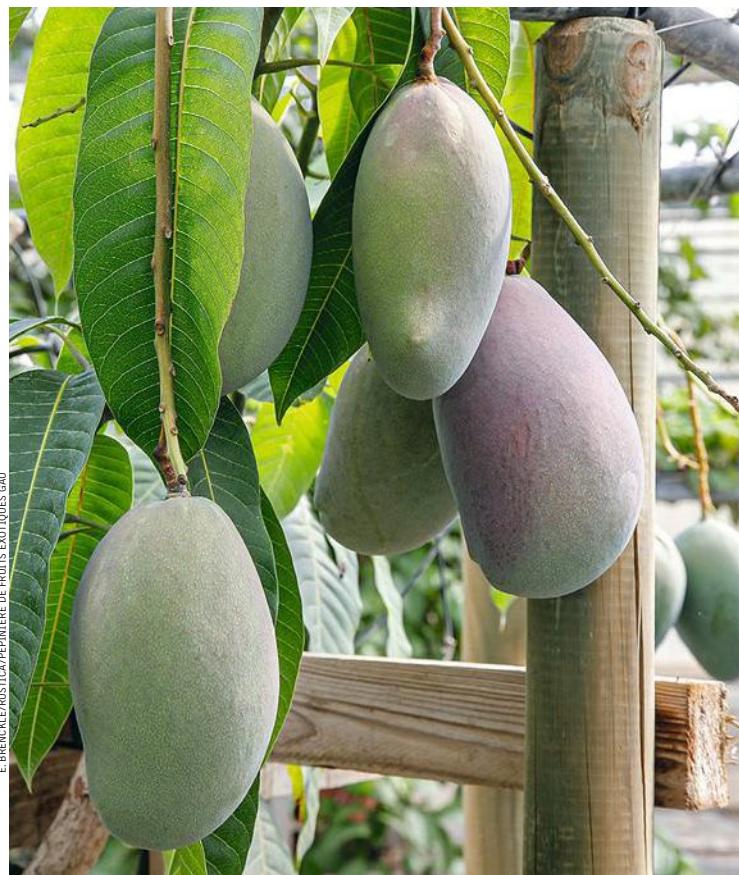
Pour fructifier, le stipe (tige) devra atteindre un bon diamètre (plus de 10 cm à sa base), ce qui demande plusieurs années. Le bananier nain peut vivre durant de nombreuses années cultivé en pot, même en intérieur. Et en attendant la première fructification, il reste décoratif ! Gare à ne pas le laisser subir la moindre gelée : il n'y survivrait pas.

La goyave

Que la peau du fruit de *Psidium guajava* soit verte ou jaune, la saveur est très proche : un parfum intense et une chair à peine acidulée. En pot, la plante ne dépasse pas 1,50 m de hauteur et porte quelques fruits, **à condition de "recevoir le plein soleil".** C'est un arbuste à arroser souvent et à nourrir de temps à autre, mais pas trop, car cela favoriserait cochenilles et pucerons. Le goyavier supporte très bien la taille, même sévère. La plante est autofertile. Le point crucial sera la température hivernale : dès qu'elle passe sous les 5 °C, cela lui est fatal !



E. BRECKLE/RUSTICA/PÉPINIÈRE SERTAN



E. BRECKLE/RUSTICA/PÉPINIÈRE DE FRUITS EXOTIQUES GAU

La mangue

Sur *Mangifera indica*, on trouve le plus souvent la variété 'Kent', toujours greffée. Cet arbuste ne dépasse pas 1,20 m de hauteur en pot, voire 2 m en pleine terre. La culture est assez facile, mais la fructification suppose **des arrosages très copieux et un pot de grand volume (50 l).** Le substrat doit être très riche, mais drainant, à base de fibres et de compost mûr. La plante supporte ponctuellement 0 °C sous abri. Retirez les rejets issus du porte-greffe et raisonnez votre impatience : une mangue récoltée à point n'a rien à voir avec celle du commerce !



V. QUEANT/RUSTICA

Le litchi

Si la variété est greffée, un plant de *Litchi chinensis* de 50 cm de hauteur peut fructifier. Dans un pot de 15 l, l'arbuste portera une petite grappe de fruits, ce qui est déjà honorable. Cette espèce à feuilles composées et lustrées pousse en effet lentement. Elle réclame un peu moins de lumière que les autres et redoute l'eau stagnante : **employez un substrat drainé**. Si le sujet reste en bonne santé, et son feuillage abondant, il fructifiera assez facilement.



SHUTTERSTOCK

La papaye

Une végétation peu commune pour *Carica papaya* : une seule tige, comme un tronc épais, s'élève sur laquelle se forment feuilles et fleurs. Une variété autofertile, comme 'Solo', peut produire, même sans pied pollinisateur à proximité. Les graines récupérées d'un fruit, elles, donneront des plants peu fertiles, voire stériles (mâles). Le papayer a besoin de conditions vraiment tropicales : supérieures à 15 °C en hiver, et un air humide en été. La floraison, qui démarre à 1 m de hauteur environ, est continue, car la plante ne vit en effet que quelques années. En attendant, le papayer doit être nourri et arrosé comme un bananier. Un véritable glouton végétal, mais très décoratif même sans les fruits...

La pomme-cannelle

Avec son allure dégingandée, *Annona squamosa* forme un arbuste au port irrégulier. Les formes greffées fleurissent sur les tiges de l'année passée, pour former ce fruit à la saveur tropicale mais parsemée de gros pépins. En été, mieux vaut sortir le sujet dehors et en cultiver au moins deux afin d'assurer une meilleure nouaison. **Un terreau standard, mais assez riche, lui convient**, tant que les arrosages sont réguliers sans être excessifs.



S. TRAN/GNU/BIOSPHOTO



L'avocat

Qui n'a pas essayé d'obtenir un plant à partir d'un noyau ? Si *Persea americana* pousse facilement, le faire fleurir demande de la patience. Pour que la **nouaison opère, il faut un pollinisateur d'une variété différente**. Car, seul, un avocatier ne produit pas, ou très peu, et il faut deux variétés compatibles. Il n'a qu'un seul point faible : sa sensibilité aux pucerons et cochenilles. Mais un séjour dehors au cours de l'été suffit à réguler ces populations.

Encore un effort pour goûter l'exotisme

Les plantes à fruits exotiques ont des besoins qui se rapprochent davantage des plantes d'intérieur que des légumes, avec, toutefois, quelques subtilités. Ces coups de main leur seront bien utiles pour donner plus vite et mieux.

Gardez vos pépins

Semer des graines de fruits exotiques, comme ici des noyaux de litchis, est facile. Posez les graines à plat dans une terrine remplie à parts égales d'un mélange de terreau du commerce et de sable, puis couvrez-les à peine. Chaleur (25 °C, au moins), humidité et ventilation (pour que ne se forme pas de moisissure), assurent la germination, qui prend de 4 à 8 semaines. Le défi est plutôt de leur faire passer le premier hiver sans encombre, toujours au chaud (en particulier les jeunes plants). La fructification est lente (parfois, plus de 7 ans). Surtout, elle est de qualité inégale : les variétés greffées ne se reproduisent pas fidèlement à partir de graines. Mais elles feront de bons porte-greffes !



SHUTTERSTOCK

Divisez modérément

Avec l'âge, les touffes du bananier forment des rejets. Vous pouvez les séparer en plein été et obtenir ainsi des plants supplémentaires. Prélevez une touffe et ôtez la terre pour obtenir des racines nues, puis **séparez-la en deux blocs** (photo) ou, sans trop forcer, détachez un rejet qui a commencé à se désolidariser. Replantez aussitôt dans un substrat frais, comportant au moins 30 % de compost mûr afin que les plants soient forts avant l'automne et leur hivernage en intérieur. Ne divisez pas trop car, pour obtenir une fructification, il faut que la plante dispose d'une touffe assez fournie, les jeunes pousses nourrissant le rhizome qui, à son tour, alimente la tige la plus âgée qui fleurira.



SHUTTERSTOCK

Rempotez régulièrement

Accompagnez la croissance des sujets par un rempotage annuel, avant la reprise de végétation (souvent en mars) ou lorsque les fruits sont bien formés, mais pas en période de nouaison ou de floraison ! Retirez le vieux substrat qui ne colle pas aux racines, mais ne dérangez pas trop ces dernières. **Un pot plus large de 3 ou 4 cm suffit amplement.** Ne lésinez pas sur la qualité du terreau et, avant de les repositionner, laissez les plantes reprendre des forces à la mi-ombre pendant une bonne semaine.





SHUTTERSTOCK

Offrez-leur le plein soleil



Tous les fruitiers exotiques ont besoin **d'une lumière forte, si ce n'est le plein soleil**. Lorsqu'il manque de lumière, le feuillage pâlit (ci-contre, celui d'un avocatier) et devient plus mince ou déformé. Mais surtout, il est plus facilement attaqué par les cochenilles et la fumagine, qui l'affaiblissent encore davantage. Une fenêtre orientée à l'est ou au nord ne convient pas à ces fruitiers, qui ont besoin de plusieurs heures de soleil. En été, celui-ci peut être tamisé par un voile léger si, au contraire, la fenêtre est exposée plein sud. Sinon, gardez les pots en extérieur le plus longtemps possible.

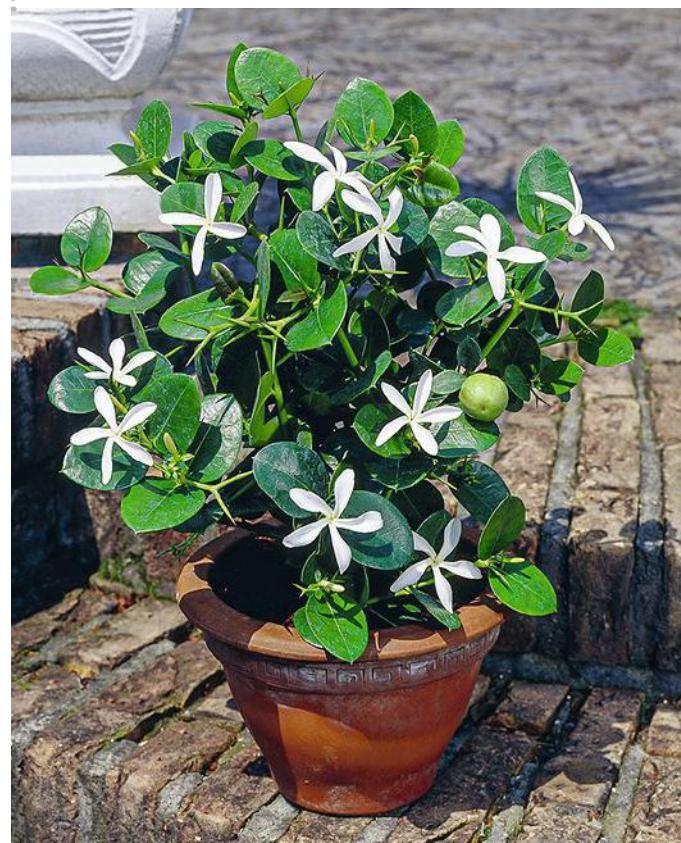
SHUTTERSTOCK

Cultivez-les en pleine terre

Toutes espèces confondues, **la meilleure chance d'obtenir une fructification des arbres fruitiers tropicaux est de les cultiver en pleine terre dans une serre** – c'est l'idéal. Leur croissance est alors soutenue. Beaucoup fleurissent l'année suivant la plantation, notamment s'il s'agit de plants greffés. Sachez qu'il faut consacrer à ces derniers un certain budget, comparable à celui d'un arbre fruitier d'extérieur. Une serre froide, mais maintenue hors gel en hiver, pourra en accueillir un bon nombre. Les plus frileux, comme le papayer (ci-contre) devront être positionnés au plus près de la source de chaleur ou tentés uniquement dans les enceintes bien chauffées.

Placez-les en résidence d'été

Dès que les gelées ne sont plus à craindre, **sortez les pots et gardez-les à un emplacement proche d'un point d'eau** pour les arroser régulièrement. Un système d'arrosage automatique est idéal. Les pots en terre cuite poreuse (ci-dessous, un prunier du Natal) ont tendance à laisser trop évaporer l'humidité. Préférez-leur les modèles émaillés ou fabriqués à partir de matières modernes, telle la résine. Attention à ne pas adosser ces fruitiers exotiques contre un mur clair, la chaleur pourrait les brûler par réverbération. Si les contenants se retrouvent au milieu d'une aire maconnée, regroupez-les et associez-leur d'autres potées, même décoratives. Elles limiteront la sécheresse de l'air ainsi que les courants d'air.



VISIONS PICTURES/BOSPHOTO



PETITE GRAINE, va où le vent te mène!

Une graine est dite anénochore lorsqu'elle est dispersée par le vent pour assurer sa multiplication. Admirons les divers moyens par lesquels ces organes en forme d'aile, d'aigrette, plume, capsule... transportent au loin les végétaux. ✨ THÉRÈSE TRÉDOULAT



SHUTTERSTOCK

ANÉMONE PULSATILLE

Les fleurs violettes, rouges ou blanches laissent place à des graines munies d'une aigrette.

☀ soleil ↗ drainé, sec, calcaire
⚡ jusqu'à la reprise.

Dimensions : H. 30 x étal. 30 cm.

Floraison : de mars à mai. **Fruit :** akène à aigrette duveteuse.

Utilisation : dans une rocaille, un jardin de graviers, une auge ou sur un talus.

Notre conseil : les graines doivent subir le froid pour germer.

Les plantes à fleurs adoptent plusieurs modes de dispersion de leurs semences. Le vent est le plus fréquent, représentant environ 90 % des cas. On parle alors d'anémochorie, du grec *anemos* ("vent") et *chor* ("disséminer"). Les graines ont recours à diverses techniques pour s'envoler : elles sont munies d'aigrettes légères, plumeuses ou d'ailes qui les font virevolter et atterrir en douceur tel un parachute. Quel enfant n'a pas soufflé sur un fruit de pissenlit pour les faire s'envoler ?

Voyager et rajeunir

Cette méthode laisse une chance aux graines de trouver un milieu favorable pour vivre. Elles ne germeront pas près de la plante qui les a produites, le sol étant déjà exploité par ses racines. Mais la plante mère se protège aussi de la concurrence de nouvelles venues ! Les graines qui se sèment au gré du vent sont souvent produites en grande quantité, car peu d'entre elles parviendront

à germer. Plus elles sont situées en hauteur ou légères, plus elles iront loin. Dans un jardin, ce moyen permet d'obtenir de nouveaux sujets, à condition de ne pas couper les fleurs fanées. Les plants issus de ces graines ne seront pas toujours fidèles à ceux d'origine, mais les surprises sont parfois heureuses... S'ils sont trop nombreux, les semis devront être éclaircis ou supprimés avant qu'ils ne s'enracinent en profondeur, notamment ceux des arbres.

ASCLÉPIADE DE SYRIE

Les graines, munies de soies blanches, remplacent les fleurs odorantes d'un blanc rosé.

☀ soleil ↗ frais, riche
⚡ le temps de la reprise

Dimensions : H. 1 à 1,20 m x étal. 0,60 m. **Floraison :** en juillet et août.

Fruit : akène, graine à aigrette.

Utilisation : dans un massif, les souches vont s'étendre peu à peu.

Notre conseil : laissez quelques fruits (en forme de perruche !) en place, les graines se disperseront en hiver.



Légende pictogrammes : ☀ exposition ↗ type de sol ⚡ arrosage

Demain au jardin

ÉPILOBE EN ÉPI

En s'ouvrant, les fruits libèrent de nombreuses graines qui s'envolent au gré du vent.

☀ soleil, mi-ombre ↗ profond, frais, riche ↗ par temps sec

Dimensions : H. 1 à 1,50 m x étal. 0,30 à 0,50 m. **Floraison :** de juin à août. **Fruit :** capsule, graine à aigrette. **Utilisation :** dans un massif, au bord d'un bassin ou en lisière de sous-bois.

Notre conseil : cette vivace craint la concurrence des racines des plantes voisines, laissez-lui de la place !

ORME CHAMPÊTRE

Taché de rouge, chaque fruit de ce grand arbre caduc porte une seule graine en son centre.

☀ soleil, mi-ombre ↗ profond, riche, calcaire ↗ durant 2 ans

Dimensions : jusqu'à H. 30 x étal. 20 m. Mais il existe des variétés plus petites. **Floraison :** en mars et avril.

Fruit : samare ailée à une graine.

Utilisation : dans un bosquet ou en isolé, dans un parc ou un grand jardin.

Notre conseil : laissez-le pousser librement pour profiter de ses fruits.



B. DUBREUIL/BIOSPHOTO
H. LENAIN/BIOSPHOTO



TILLEUL DES BOIS

Après les fleurs odorantes, les fruits ronds accrochés aux bractées se dispersent.

☀ soleil, mi-ombre ↗ frais, drainé, calcaire ↗ les deux premiers étés

Dimensions : H. 18 à 30 x étal. 10 à 15 m. **Floraison :** en juin. **Fruit :** akène, une graine par fruit. **Utilisation :** en isolé, en bosquet ou en alignement.

Notre conseil : supprimez régulièrement les rejets qui se forment à la base du tronc.



EULALIE DE CHINE

Les épis plumeux des *Miscanthus* ('Yaku Jima', en photo) se dressent fièrement au-dessus des feuilles.

soleil ☀ frais, drainé, riche 🌱 le premier été

Dimensions : de 1 à 3 m x étal. 0,80 à 1 m, selon les variétés. **Floraison :** d'août à novembre. **Fruit :** caryopse. **Utilisation :** dans un massif ou une haie séparative.

Notre conseil : les épis secs restant décoratifs tout l'hiver, taillez les touffes en mars.



A. LAWSON/FLORA PRESS/BIOSPHOTO

SAULE BLANC

Les chatons mâles ('Vitellina', en photo) et femelles, verdâtres, sont portés par des arbres différents.

soleil ☀ frais à humide, riche, calcaire 🌱 uniquement le premier été

Dimensions : H. de 15 à 20 m x étal. de 10 à 15 m. **Floraison :** de février à mi-avril. **Fruit :** capsule, graine poilue. **Utilisation :** en isolé, sur la berge d'un plan d'eau, ou dans une haie, s'il est taillé régulièrement.

Notre conseil : plantez ce grand arbre loin des bâtiments et des canalisations.

FRÊNE COMMUN

Les fleurs donnent des grappes de fruits qui s'envolent jusqu'à 150 m.

soleil, mi-ombre 🌳 profond, frais, riche 🌱 durant les deux premiers étés

Dimensions : H. de 20 à 30 x étal. 15 à 20 m. **Floraison :** en avril et mai. **Fruit :** samare à ailette, à une graine. **Utilisation :** en bosquet ou en alignement, dans un grand jardin.

Notre conseil : les semis spontanés peuvent être gênants, aussi, arrachez les jeunes arbres poussant au pied d'autres végétaux.



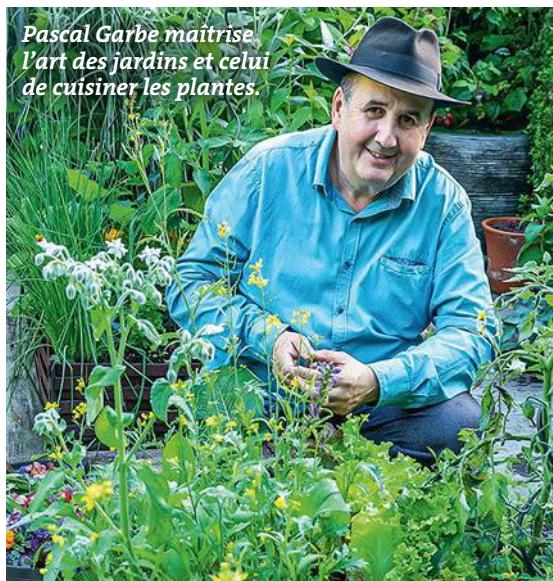
SHUTTERSTOCK



- **Au cœur du jardin, la pelouse** accueille des massifs de plantes comestibles entrecoupés de cubes de buis, à gauche, et de contreforts d'if, à droite.
- **Au fond, le platelage en bois**, qui habille le potager en carrés, se dessine au travers d'un seuil taillé dans une haie de charmille.

DES FLEURS et des mets

Dans son jardin situé en Moselle, le paysagiste et auteur, Pascal Garbe cultive une vaste gamme de plantes comestibles qu'il destine à la réalisation de recettes délicates et raffinées. ✎ PIERRE NESSMANN



Si Pascal Garbe s'est orienté vers la botanique et le monde des jardins plutôt que vers la cuisine et l'univers de la gastronomie, c'est affaire de distribution de courrier. En 1987, jeune étudiant, il passe les concours d'entrée pour une école hôtelière et une autre d'horticulture. La première missive arrive enfin..., il est reçu en horticulture ! Une semaine plus tard, voici la seconde lettre et là encore, il est admis ! Mais il est trop tard, son inscription en horticulture est validée. Or, l'intérêt de Pascal Garbe pour la cuisine et la gastronomie ne le quitteront jamais au point qu'il

conjugue aujourd'hui ses deux passions dans sa vie professionnelle comme dans son jardin.

Paisible patio

Dans les années 1990, Pascal et son épouse font l'acquisition d'une maison de vigneron dans un petit village non loin de Metz (57). Blottie sur les coteaux de la Moselle, la bâtisse du XVIII^e siècle, rénovée une première fois au XIX^e siècle, est entièrement restructurée et modernisée par les nouveaux propriétaires. "En 1998, sitôt la maison réhabilitée, raconte Pascal, je m'attaque au jardin dont je perçois le fort potentiel. Malgré son étroitesse et

sa longueur, le terrain, bien exposé, offre de belles possibilités d'aménagement. Pour un paysagiste, c'est le rêve." D'une largeur de 8 m et d'une longueur de plus de 70 m, le lieu a été fractionné en plusieurs univers bien distincts. Entre la maison et la remise, qui a été entièrement rénovée et qui sert de local d'hivernage, se trouve un patio à l'ambiance "retour de voyage". Globe-trotteur dans l'âme, Pascal parcourt le monde et rapporte de ses périples des objets et des plantes originales et rares qu'il acclimate. Pour cela, il les cultive d'abord en pot dans son patio, véritable espace protégé, avant de les



PHOTOS : M. MAJERUS/GARDEN IMAGES

Un jardin, des idées



• Une ouverture taillée dans une haie d'if, à la manière d'une fenêtre, offre une échappée visuelle sur le jardin suivant.



PHOTO : M. MATEUS/GARDENIMAGES

• Une collection de plantes exotiques trône dans le patio. Pascal Garbe les a rapportées au fil de ses voyages à l'étranger. Il possède également une collection de bégonias.

“Une succession de minijardins crée une impression de grandeur.”

installer en pleine terre au jardin. Toutefois, les végétaux les plus fragiles restent en pot et sont hivernés dans la remise qui, dès l'automne, prend des allures de jardin d'hiver. La porte de la remise passée, une succession de jardins thématiques se dessine. Ces derniers s'articulent autour d'un axe majeur ouvrant une belle perspective jusqu'au dernier jardin surnommé "le jardin sauvage".

De vague en vague

La première pièce de cet ensemble, appelée "Jardin carré", est une petite chambre végétale délimitée par une haie taillée en vague qui la sépare d'un second espace, plus vaste. Ce dernier lieu s'organise autour d'une pelouse, elle-même bordée de

massifs ponctués de buis et d'ifs aux formes géométriques. Il se dégage de cette partie, plus ouverte que les précédentes, un sentiment d'espace. Cette impression est renforcée par le regard qui peut se porter au loin, sur les frondaisons environnantes, mais aussi grâce à la pelouse qui autorise une circulation plus aisée. Cet espace est une invitation à y séjourner plus longuement en y installant un équipement de détente ou de réception. Enfin, l'extrémité du terrain est occupée par le jardin sauvage où bassin et flore champêtre se partagent l'espace. Mais juste avant, se trouve le potager en carrés où sont cultivées les plantes comestibles, si chères au paysagiste voyageur.



• La porte de la remise laisse voir l'axe majeur du jardin qui, jalonné d'une alternance de panneaux et de boules de buis, ouvre une remarquable perspective.

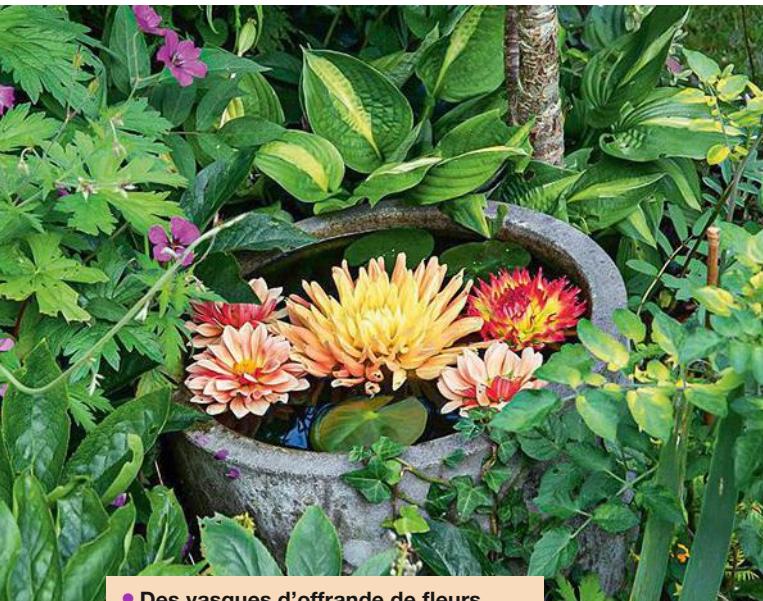


DE BOIS ET D'ACIER

Sentiers en bois. "Après plusieurs essais de carrés potagers, j'ai opté pour un plancher en bois. Au départ, les cadres étaient entourés de pelouse, mais la tonte fréquente était contraignante, et par la suite de gravillons, mais là, c'est le désherbage qui s'avérait fastidieux", se souvient Pascal Garbe. Le bois permet de marcher sur une surface plane et confortable, toujours propre. Seul un dégrisage tous les deux ou trois ans est nécessaire pour éliminer les suies ainsi que les algues qui ternissent le bois et le rendent glissant.

Carrés en acier. Les espaces dédiés à la culture des légumes et des fleurs comestibles se composent de carrés de 120 cm de côté. "Je me suis rendu compte que cette cote me permettait d'accéder au centre de chaque carré sans devoir mettre un pied dans la terre." Quant au cadre, "j'ai opté pour un plessis fait de lattes plates d'acier tressées de part et d'autre de fers à béton fichés dans le sol". Doublé d'un feutre de jardin, ces parois retiennent un mélange de terreau de compost fait maison et de sable.

Un jardin, des idées



PHOTOS : M. MAJERIS / GARDEN IMAGES

• Des vasques d'offrande de fleurs, inspirées de la culture bouddhiste, émaillent le jardin, comme ces dahlias flottant sur l'eau. Elles sont réalisées par Pascal qui se laisse guider par les floraisons du moment.



• Les feuilles et les fleurs sitôt cueillies sont collectées sur un plateau, puis mises au frais avant la réalisation de la recette, savamment concoctée par le paysagiste.



• Fleurs de courgettes farcies d'un tartare de pêches parfumé au vinaigre de yuzu et accompagnée d'une chantilly saupoudrée de fraises sèches.

Dans les années 2000, la rencontre avec deux des plus grands chefs étoilés français, Michel Bras et Olivier Roellinger, le motive à réorienter sa gamme de plantes. Pascal cesse alors de cultiver celles qui n'ont pas d'utilité culinaire.

Jardin à croquer

"Au contact de Michel et Olivier, précise le paysagiste, j'ai été sensibilisé aux plantes qui se mangent. Une tendance que j'avais déjà perçue au

Royaume-Uni." Et c'est ainsi que le jardin ornemental comestible (Ornamental Edible Garden), tel qu'il est nommé outre-Manche, devient le jardin "déco-mestible", un terme qu'il a inventé et dont il fait usage, non seulement dans son propre jardin, mais aussi dans les ouvrages qu'il publie. À ce jour, Pascal Garbe dispose d'une palette végétale de près de 1000 espèces comestibles. À ses plantes préférées (les ails d'ornement, ciboulettes,



“*Dans mon jardin, qui doit être beau et bon, toutes les plantes se mangent.*”

sauvages, hémérocalles, shizos et agastaches), dont un ou plusieurs organes (feuilles, tiges, boutons floraux, fleurs et graines) sont comestibles, s’ajoutent des vivaces plus classiques comme les phlox ou les polémoniums dont – et cela est moins connu – les fleurs sont elles aussi très bonnes à manger.

Potager de fleurs

“Je cultive également quelques légumes, souligne Pascal Garbe, mais uniquement ceux à forte valeur ajoutée telles les courgettes, dont j’apprécie, en plus des fruits, les fleurs ainsi que les tomates cerises qui, dans la grande famille des tomates, sont la catégorie que je préfère. Je plante ces légumes en pots et parfois, je les utilise pour boucher des trous que je repère dans les massifs au cours du printemps. Tous ces trésors comestibles sont cueillis tôt le matin,

de préférence aux environs de 5 ou 6 heures, poursuit-il. Je récolte uniquement ce dont j’ai besoin, en fonction du nombre exact de convives ; je ne veux rien jeter. Je ne les lave jamais, car non seulement je ne traite pas, mais je tiens à bénéficier d’une authenticité parfaite en matière de saveurs et de textures. Mes préparations sont ensuite consommées dans la journée.” C'est ainsi que le jardinier cède la place au cuisinier qui assemble et sublime les cueillettes du jour pour élaborer des recettes originales. Vient ensuite le tour de l'auteur qui s'empare de ces dernières pour rédiger des livres et faire connaître au plus grand nombre les subtiles et délicates saveurs des plantes du jardin. C'est alors que Pascal Garbe se mue en facteur pour distribuer à son tour de bonnes nouvelles du jardin et de la cuisine.



UNE CAPUCINE BELLE À CROQUER

Le coup de cœur de Pascal Garbe. Tout se mange dans la capucine ‘Orchid Flame’. Les feuilles fraîches et entières sont apprêtées en salade ou consommées en soupe, après avoir été mixées et associées à un jus de cuisson. Elles accompagnent les crustacées. Les pétales au goût poivré aromatisent salades et desserts et les boutons floraux se conservent tels que les câpres ou les cornichons.

Semis facile. Offrez à cette capucine, aux fleurs bicolores jaune d’or et brun acajou, un sol meuble, des arrosages réguliers et une exposition pas trop chaude mais lumineuse. Elle se sème en pleine terre, en poquets de 3 ou 4 graines, jusqu’en juillet.

LE REBLOCHON, prestige du fermier

Ce fromage savoyard, rendu célèbre par la tartiflette, doit ses qualités et sa saveur unique à l'alimentation des vaches, qui ont pâture en altitude.



Ce fromage au lait cru est issu de deux traites du jour d'un même troupeau. Son nom vient de *reblocher*, qui signifie retraire en patois. Autrefois, les fermiers faisaient une première traite incomplète, puis une seconde d'un lait riche en crème, qui lui donne son goût délicat et complexe, explique Virginie Avettand, productrice de reblochon fermier et présidente de l'Appellation d'origine protégée. Il doit répondre à plusieurs critères, notamment provenir de la zone montagneuse de Haute-Savoie ou du val d'Arly, et de vaches de races Abondance, Tarentaise ou Montbéliarde, qui ont pâture au moins 150 jours en altitude, l'été."

Fraises de Carpentras

'Cléry', 'Dream' et d'autres variétés sont cultivées dans la plaine du Comtat Venaissin.



Menthe verte

Les feuilles fraîches de *Mentha spicata* sont utilisées en cuisine, salée ou sucrée, et indissociables du thé vert rafraîchissant.

CMADAN/REBLOCHON DE SAVOIE/SP



Porc à l'asiatique et reblochon

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min - Cuisson : 12 min

- ½ reblochon fermier • 600 g de porc dans l'échine
- 2 cuill. à c. rase de curcuma • 1 grosse cuill. à s. de beurre de cacahuètes • 10 cl de lait de coco • 1 cuill. à c. de pâte de curry rouge • 1 cuill. à c. de sucre de canne
- le jus de 1 citron vert • 4 portions de riz basmati cuit
- 4 brins de coriandre • 1 petit piment (facultatif)

- **Préchauffez** votre four à 210 °C (th. 7). • **Mélangez** dans un saladier le beurre de cacahuètes, le curcuma, le lait de coco, la pâte de curry, le sucre de canne, le piment haché, et allongez la sauce avec un peu de jus de citron vert. • **Taillez** le porc en petits morceaux. • **Déposez-les** dans un grand plat à four, recouvrez-les d'un peu de sauce et enfournez-les pour 10 min. • **Coupez** le reblochon fermier en gros cubes. • **Alternez** morceaux de porc et cubes de reblochon sur des pics à brochettes. • **Servez** avec du riz basmati que vous aurez préalablement cuit. • **Nappez** du reste de sauce aux cacahuètes chaude. Parsemez de quelques feuilles de coriandre lavées et ciselées.

PHOTOS REBLOCHON, FRAISE ET MENTHE : SHUTTERSTOCK



L'actu gourmande

Nathalie Collin, cheffe de rubrique maison

CHOUCRUTE D'ALSACE EN OR

Au dernier Salon international de l'agriculture de Paris, la choucroute est entrée dans l'histoire des médaillés du Concours général agricole. Après une participation expérimentale en 2024, le légume fermenté rejoint cette année la liste des produits du terroir dotés d'une reconnaissance nationale. À l'issue de la compétition, le territoire alsacien, berceau de la choucroute française, a tiré son épingle du jeu grâce à Valentin Weber (médaillé d'or, catégorie choucroute cuisinée, à gauche) et Sébastien Muller (médaillé d'or, choucroute d'Alsace IGP crue, à droite).



AVCA/SF

C'est nouveau!

ÉPICE D'ARMOR

C'était le défi de quelques maraîchers : la Bretagne propose désormais sa vanille locale, cultivée dans des serres près de Paimpol (22). Brune, grasse, très riche en vanilline et en grains, donc très parfumée, une seule gousse peut être réutilisée plusieurs fois.

Prince de Bretagne. Une gousse, 10 € env.

DOUCEUR TROPICALE

Avec cette association de pamplemousse, goyave et fruit du dragon, ce jus vitaminé, au goût équilibré entre sucre et acidité, renouvelle l'offre en matière de boissons exotiques. Disponible au rayon frais.

Caresse antillaise. 1 l, 3 € env.



POISSON AGRÉMENTÉ

Cet effiloché de thon (issu de pêche durable certifiée MSC) au citron vert et au basilic ne se présente plus en conserve, mais dans un sachet hermétique.

Petit Navire. Et hop!, sachet de 130 g, 3 € env.

GUACAMOLE ALTERNATIF

Sans avocat cultivé à l'autre bout du monde, ce "poicamole", à base de Légumineuses, petits pois et haricots blancs bio et locaux, est aromatisé à la coriandre.

L'Atelier V. Poicamole, 150 g, 4 € env.



SAMEDI

- Velouté glacé de concombre à la menthe
- Cigares sardines et reblochon
- Coupes de cerises

DIMANCHE

- Laitue à la vinaigrette
- Porc à l'asiatique et reblochon
- Tartelettes fraise-rhubarbe

LUNDI

- Œufs frits au reblochon
- Tian de légumes du soleil
- Sorbet à la framboise

MARDI

- Tartare de tomates au basilic
- Pavés de saumon, purée
- Fudge menthe-chocolat

MERCREDI

- Salade de fenouil aux olives
- Saltimboccas au reblochon
- Salade de pêches au romarin

JEUDI

- Fleurs de courgettes farcies au chèvre
- Magrets de canard et riz
- Tiramisu aux fraises

VENDREDI

- Ceviche de mullet
- Quiche au brocoli et au reblochon
- Soupe de melon et menthe



La sélection du sommelier

Antoine, membre du comité de dégustation Avenue des vins



Domaine de l'Ecette, Bourgogne aligoté 2023 AOC bourgogne-aligoté

Le nez est fin, laissant entrevoir de délicates notes florales. Atypique pour un aligoté, ce vin offre un festival de saveurs, porté par une matière ample et mûre, mais sans excès. La bouche séduit par son bel équilibre, avec une finale harmonieuse où se mêlent rondeur et puissance.

Accord : à l'apéritif, ce vin s'accorde avec des bouchées aux escargots, des éclats de jambon ou une quiche au brocoli et au reblochon servie tiède. Cépage : aligoté. *Prix : 13 € env.*



Château de Valcombe, Folle & douce, rosé moelleux 2022, vin de France, vallée du Rhône

D'un rose pâle aux reflets bleutés, ce vin séduit par un nez expressif mêlant petits fruits rouges, bonbons acidulés et une touche exotique. La bouche, gourmande et délicate, dévoile un fruit éclatant soutenu par une légère douceur, pour une finale longue, fraîche et équilibrée.

Accord : il se déguste à l'apéritif ou au dessert, accompagnant parfaitement des tartelettes aux fraises et à la rhubarbe.

Cépages : syrah, grenache et mourvèdre. *Prix : 10 € env.*

En cuisine cette semaine



Œufs frits au reblochon

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 6 + 8 min

- ½ reblochon fermier
- 4 gros œufs fermiers bio + 1 jaune
- 100 g de chapelure panko ou faite maison
- 100 g de farine
- 4 tranches de pain de mie
- 1 cuill. à c. de muscade
- 1 l d'huile de friture
- sel • poivre du moulin

• **Faites** cuire les œufs 6 min dans une casserole d'eau bouillante. • **Stoppez** la cuisson dans un bain d'eau froide et écalez-les. • **Préparez** trois assiettes creuses, avec dans l'une la farine, dans la deuxième l'œuf battu et dans la dernière le mélange de chapelure, sel, poivre et muscade. • **Chaudez** l'huile de friture à 170 °C, sans la faire bouillir. • **Trempez** successivement les œufs mollets dans la farine, l'œuf battu et la chapelure. • **Renouvelez** l'opération une seconde fois, uniquement dans l'œuf battu et dans la chapelure. • **Déposez** délicatement, l'un après l'autre, les œufs dans l'huile de friture pendant 2 min env., jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. • **Grillez** le pain de mie, coupez-le en moullettes et tartinez-les de reblochon. • **Servez-les** pour accompagner les œufs frits.



Cigares sardines et reblochon

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 10 min

- ½ reblochon fermier
- 8 sardines ouvertes en portefeuille, sans les arêtes
- 4 feuilles de brick
- 2 échalotes
- 5 branches de persil plat
- 1 ou 2 tomates
- huile d'olive
- 30 g de beurre
- sel • poivre

• **Préchauffez** votre four à 200 °C (th. 6-7). Faites fondre le beurre au bain-marie. • **Coupez** les feuilles de brick en deux et badigeonnez-les de beurre fondu. Détaillez le reblochon en 8 tranches. • **Déposez** une sardine et une tranche de reblochon sur chaque feuille de brick, salez et poivrez. • **Formez** un rouleau en laissant dépasser l'extrémité de la queue des sardines. Fermez l'autre côté en rabattant les bords. Badigeonnez les cigares de beurre fondu • **Placez-les** sur la plaque du four recouverte de papier cuisson et enfournez pour 10 min environ, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. • **Épluchez** et hachez les échalotes. Coupez la tomate en petits dés. Hachez finement le persil, puis mélangez les ingrédients dans un bol. • **Arrosez** d'huile d'olive et assaisonnez à votre convenance. • **Servez** les cigares croustillants, avec la brunoise de tomates aux échalotes et au persil.



Tartelettes fraise-rhubarbe

Pour 4 à 6 personnes

Préparation : 35 min

Cuisson : 25 + 25 min

- 200 g de fraises + décor
- 200 g de rhubarbe
- 60 g + 50 g de sucre
- 1 pâte sucrée
- 50 g de beurre
- 50 g de poudre d'amandes
- 1 œuf
- 20 petites meringues

• **Préchauffez** votre four à 180 °C (th. 6). Abaissez la pâte sucrée et foncez les moules à tartelette, beurrés si besoin. • **Préparez** la crème d'amandes : ramollissez le beurre afin d'obtenir la consistance d'une pommade. Travaillez-le à la cuillère avec 50 g de sucre. • **Ajoutez** la poudre d'amandes et incorporez l'œuf battu en trois fois. Homogénéisez. • **Garnissez** aux trois quart les fonds de tartelette de crème d'amandes. Enfournez-les pendant 25 min. • **Lavez** et séchez la rhubarbe et les fraises. Épluchez les tiges de rhubarbe en retirant les fils, puis tronçonnez-les. Équeutez les fraises et taillez-les en quatre. • **Déposez** les morceaux de rhubarbe et 60 g de sucre dans une casserole. Faites cuire 15 min, ajoutez les morceaux de fraises (mais réservez-en pour le décor), prolongez la cuisson jusqu'à obtention d'une compote. Laissez refroidir. • **Tartinez** de compote les tartelettes à la crème. Décorez-les de morceaux de fraises et de minimeringues.



Saltimboccas au reblochon

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 12 min

- **½ reblochon fermier**

- **8 petites escalopes de veau**

- **8 tranches fines de jambon cru (San Daniele, Parme...)**

- **8 feuilles de sauge**

- **10 cl de vin blanc sec**

- **2 cuill. à s. d'huile d'olive**

- **20 g de beurre**

- **100 g de pousses d'épinards**

- **poivre du moulin**

- **Lavez** les feuilles de sauge et séchez-les. Préchauffez votre four à 200 °C (th. 6-7). • **Coupez** les escalopes de veau et les tranches de jambon en deux. Détaillez le reblochon en tranches. • **Faites chauffer** l'huile et le beurre dans une grande poêle et faites-y dorer les escalopes, à feu vif, 3 min sur chaque face. Prolongez la cuisson 2 min à feu moyen. • **Versez** le vin blanc, déglacez, grattez les sucs de cuisson et réservez la sauce.

- **Laissez** tiédir les escalopes, déposez-y une demi-tranche de jambon, puis une tranche de reblochon et une feuille de sauge. • **Maintenez** les saltimboccas avec une pique en bois. Placez-les dans un grand plat à four. Versez le jus de cuisson dessus. Enfournez 4 min. • **Servez** avec les pousses d'épinards juste saisies à la poêle.



Quiche au brocoli et au reblochon

Pour 6 personnes

Préparation : 30 min

Repos : 2 h au minimum

Cuisson : 55 min

- **1 reblochon fermier**
- **250 g de farine**
- **125 g de beurre mou (+ moule)**
- **4 œufs** • **1 brocoli**
- **1 oignon blanc**
- **20 cl de crème fraîche**
- **80 g de noix de pécan**
- **huile d'olive**
- **sel** • **poivre**

- **Mélangez** du bout des doigts la farine avec le beurre mou coupé en dés. Ajoutez une pincée de sel et amalgamez avec 1 œuf. • **Formez** une boule, filmez-la et placez-la au frais 2 h au minimum. Au bout de ce temps, préchauffez votre four à 180 °C (th. 6).
- **Étalez** la pâte et foncez-la dans un moule beurré. Piquez-la à la fourchette et faites-la cuire à blanc, avec des billes de cuisson, environ 15 min. • **Détaillez** le brocoli en fleurettes, lavez-les et faites-les cuire 5 min à la vapeur. • **Pelez** et émincez l'oignon blanc, puis faites-le revenir dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. • **Torrifiez** les noix de pécan à sec dans une poêle. Coupez le reblochon en dés. • **Battez** les 3 œufs restants dans un saladier, ajoutez la crème, salez, poivrez. • **Déposez**, sur le fond de tarte, l'émincé d'oignon, le brocoli et les dés de reblochon. Versez l'appareil crémeux et ajoutez les noix de pécan. • **Enfournez** durant 30 min.



Fudge menthe-chocolat

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 10 min

Repos : 6 h

- **8 brins de menthe**
- **400 g de lait concentré sucré**
- **300 g de chocolat noir**

- **Lavez** la menthe et effeuillez-la. Cassez le chocolat noir en morceaux. • **Chemisez** un moule carré d'environ 20 cm de côté de 2 feuilles de papier cuisson, en les laissant dépasser pour faciliter le démoulage. • **Versez** le lait concentré dans une petite casserole, ajoutez la moitié des feuilles de menthe, faites chauffer à feu doux durant 3 min, puis retirez les feuilles à l'aide d'une écumoire. • **Ajoutez** le chocolat en morceaux. Mélangez avec une spatule souple jusqu'à ce qu'il soit fondu.

- **Placez** cette préparation onctueuse dans le moule et lissez. Disposez les feuilles de menthe restantes sur le dessus. • **Réservez** au frais durant 6 h environ, pour que la préparation durcisse. Ensuite, démoulez-la. • **Découpez** des cubes, en rinçant la lame du couteau dans l'eau chaude et en l'essuyant entre chaque coupe. • **Conservez** ces bonbons chocolatés dans un contenant hermétique, au réfrigérateur, jusqu'à 10 jours. • **Servez** ces petites bouchées à température ambiante.

MINIPENSION DE RETRAITE

Le minimum contributif garantit une pension de retraite minimale pour ceux qui ont cotisé sur de faibles salaires. Une retraite de base inférieure à cette somme minimale est augmentée jusqu'à ce seuil. Pour 2025, il s'élève à 893,66 € brut par mois (10 723,88 € par an) pour ceux qui ont pris leur retraite avant 67 ans, avec le nombre de trimestres requis pour un taux plein. Ce montant passe à 747,69 € pour moins de 120 trimestres cotisés. Il est majoré au-delà. En revanche, il est réduit dans le cas d'un départ à 67 ans sans le nombre de trimestres exigés pour un départ avant cet âge.



COUP DE POUCE AUX BAILLEURS

Jusqu'à fin 2027, le dispositif Loc'Avantages permet aux propriétaires bailleurs de bénéficier de 15 à 65 % de réduction d'impôt sur leurs revenus locatifs. Ils doivent avoir signé une convention avec l'Agence nationale de l'habitat sous certaines conditions. Le bien doit être décent, non meublé, loué à un locataire aux revenus modestes pour au moins 6 ans, en tant que résidence principale, à un loyer inférieur au prix du marché local.



PHOTO CI-CONTRE : SHUTTERSTOCK - MÉDAILLON : C. ABAD/PHOTONONSTOP

Pour une vue d'ensemble, ouvrez la valise vide et étalez autour les affaires qui doivent y entrer.

VALISE BIEN FAITE, vacances parfaites !

Comment préparer sa valise sans rien oublier, ni qu'elle soit trop lourde ou mal organisée ? Notre panoplie d'astuces pour partir serein.

Tout commence par une liste. Élaborée en fonction de la météo, de la durée du séjour et des activités prévues, elle permet de limiter les oubliés comme les excès. Mieux vaut miser sur des vêtements polyvalents, faciles à combiner entre eux. Pour cela, l'application PackTeo, téléchargeable sur smartphone, suggère des listes sur-mesure selon la destination, la saison ou le mode

de transport. Vient ensuite l'étape du rangement. Oubliez les piles de vêtements qui se superposent : rangez-les à la verticale, en les calant sur la hauteur de la valise. Ainsi, vous aurez une vue d'ensemble sur la garde-robe sans avoir besoin de tout défaire.

Gain de place

Très utiles, les sacs de compression de voyage et les organisateurs permettent de compacter

les vêtements volumineux et de trier facilement les affaires par catégories. Ne laissez aucun espace inutilisé, y compris l'intérieur de vos chaussures. Glissez-y vos objets fragiles, ils y seront bien protégés. Le shampoing mal fermé qui se répand dans la trousse de toilette est un classique. Pour l'éviter, coupez l'embout d'un ballon de baudruche et vous obtiendrez un capuchon étanche pour vos flacons.

Suppression de la carte verte

Depuis le 1^{er} avril 2024, les automobilistes et usagers de deux-roues motorisés ne sont plus obligés d'apposer la vignette verte sur le pare-brise de leur véhicule, ni de conserver l'attestation d'assurance à portée de main. Ces informations sont, depuis lors, centralisées sur le Fichier des véhicules assurés (FVA) et directement accessibles avec un simple numéro d'immatriculation. Cette dématérialisation permet non seulement de simplifier les

contrôles des forces de l'ordre et de lutter plus efficacement contre les fraudes, mais aussi de réduire le coût écologique de l'impression et de l'envoi du document. Ainsi, on estime que 1 200 tonnes de CO₂ et 60 millions d'euros sont économisés. Mais attention, dans certains pays hors de l'Union européenne, une attestation d'assurance internationale est obligatoire ! N'oubliez pas de la demander à votre assureur avant de partir.

Cultiver et cuisiner les tomates

en partenariat avec

Les Saveurs
du Potager

Je cultive...

Apprécier pour sa chair fondante et juteuse, la **tomate**

Grappelina F1 produit de gros fruits ronds, réguliers et d'un rouge vif éclatant, regroupés en grappes.

- **Installez les plants après les dernières gelées printanières**, en respectant un espacement d'au moins 50 cm entre les plants.
- **Choisissez un emplacement ensoleillé et à l'abri des vents forts** afin d'assurer une bonne fructification.
- **Préférez un sol riche, bien drainé et meuble** en l'enrichissant de compost ou de fumier bien décomposé si nécessaire.
- **Arrosez directement au pied des plants, sans mouiller le feuillage** et recouvrez le sol d'un paillis.



Je récolte...

Les **tomates Grappelina F1** se récoltent généralement entre juillet et octobre, lorsqu'elles ont atteint leur pleine maturité. Leur excellente résistance aux maladies garantit une récolte abondante et régulière. Comme pour toutes les tomates, vous pouvez cueillir les fruits séparément. Pour une récolte plus généreuse, il est aussi possible de couper la grappe : les fruits de **Grappelina F1** y mûrissent simultanément, ce qui facilite la cueillette.

© GRAINES VOLIZ



Je cuisine...

Tarte rustique à la tomate et tapenade d'olives noires

Préparation : 45 min - Repos : 30 min - Cuisson : 30 min

Pour 4 personnes

Pour la pâte : * 200 g de farine * 100 g de beurre
* 1 pincée de sel * 4 à 5 cuill. à soupe d'eau froide

Pour la garniture : * 3 tomates Grappelina F1

* 3 cuill. à soupe de tapenade d'olives noires

* 1 cuill. à soupe de moutarde * 1 cuill. à soupe d'huile d'olive
* quelques branches de thym frais * sel * poivre

1. Préparez la pâte en mélangeant la farine et le sel. Ajoutez le beurre et sablez avec les doigts. Versez l'eau petit à petit et formez une boule. Filmez-la et réservez-la au frais pendant 30 minutes.

2. Préchauffez le four à 190 °C, th. 6-7 (chaleur tournante).

3. Coupez les **tomates Grappelina F1** en fines rondelles, puis déposez-les sur du papier absorbant pour éliminer l'excès d'humidité.

4. Abaissez la pâte sur un plan de travail fariné en formant un cercle d'environ 3 mm d'épaisseur, et déposez-la sur une plaque de four recouverte de papier cuisson.

5. Étalez sur la pâte une fine couche de moutarde et de tapenade en laissant 3 cm de bord libre, puis disposez les tomates.

6. Salez, poivrez, arrosez d'un filet d'huile d'olive et parsemez de thym. Repliez les bords de la pâte sur la garniture.

7. Enfournez pour 30 minutes, jusqu'à ce que la tarte soit bien dorée. Servez tiède ou à température ambiante. Bon appétit !



SHUTTERSTOCK

PIQURES OU COUPS DE SOLEIL ?

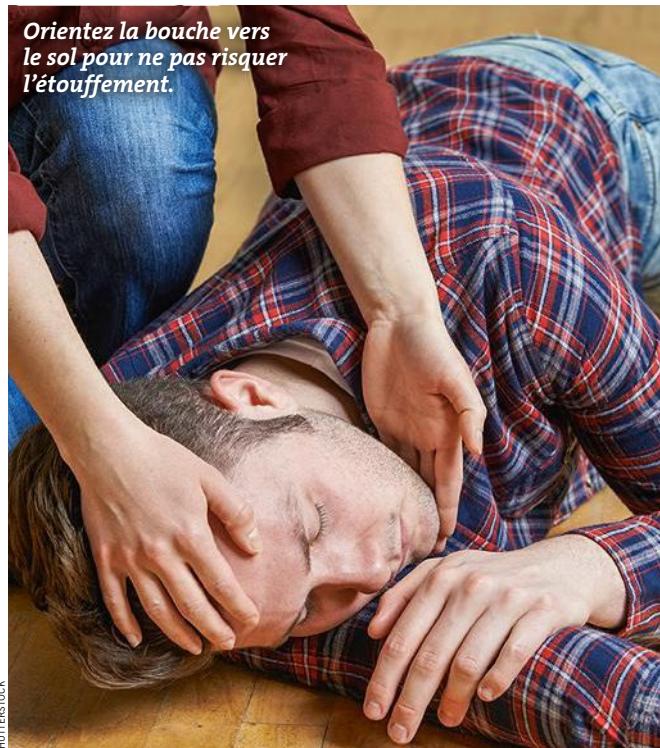
À cause de la propagation du moustique-tigre dans de nombreux pays, il est devenu de plus en plus courant d'associer une crème solaire et un répulsif lors d'activités en extérieur. Mais des chercheurs du CNRS ont montré que cet usage combiné entraînait une baisse d'efficacité de la protection contre les UV. Il s'agit de la première étude qui examine les effets d'une telle combinaison. Elle a été publiée en mars 2025 dans la revue scientifique *Parasites & Vectors*.

SÉRUM BONNE MINE

Dans un bol, versez 20 ml d'huile végétale de pépins de tomate, riche en caroténoïdes et lycopène, et 10 ml de macérat de carotte, riche en provitamine A. Ajoutez 12 gouttes d'actif coenzyme Q10 et 10 gouttes d'huile essentielle d'hélichryse italienne. Mélangez à l'aide d'un minifouet ou d'une petite cuillère. Transvasez dans un flacon de 30 ml. Appliquez ce sérum le matin, seul ou mélangé à votre crème de jour, après avoir fait un test de tolérance sur une petite zone de la peau.

PREMIERS SECOURS : la position qui sauve

Lorsqu'une personne se trouve inconsciente au sol, ces gestes cruciaux sont indispensables en attendant l'arrivée des secours.



SHUTTERSTOCK

ne soient obstruées par des vomissements ou par sa langue. La PLS limite les risques d'étouffement jusqu'à l'arrivée des pompiers ou du Samu. Tout d'abord, vérifiez que la personne respire en plaçant votre oreille près de son nez, sentez l'air expiré et observez si la poitrine ou le ventre se soulèvent. Retirez les objets pouvant entraver la manœuvre, comme une cravate, une ceinture, des lunettes ou un sac à dos.

Pivot et maintien

Ensuite, faites pivoter la personne sur le côté ; s'il s'agit d'une femme enceinte, tournez-la à gauche pour ne pas comprimer la veine cave. Étendez le bras du dessous perpendiculairement au corps. Placez la main opposée contre la joue, pour soutenir la tête. Repliez le genou supérieur en angle droit pour stabiliser la position. Restez auprès de la personne jusqu'à l'arrivée des secours.

Atout moment, notamment en vacances où l'on peut pratiquer des sports inhabituels ou des randonnées en montagne, il est important de savoir comment mettre quelqu'un en position latérale de sécurité (couramment appelée PLS). Ce geste de premiers secours empêche que les voies respiratoires d'une personne inconsciente

Pas de soucis à se faire

Le souci (*Calendula officinalis*), à récolter tout l'été, est réputé pour les soins cutanés, mais possède aussi d'autres usages. En gargarisme, son infusion soulage les maux de gorge liés à des angines bénignes, calme les irritations buccales, favorise la cicatrisation après des extractions dentaires et apaise les pharyngites. Par voie interne, il soulage les troubles digestifs – gastrite, ulcère, colite... – grâce à ses propriétés anti-inflammatoires. Jetez une poignée de fleurs dans 50 cl d'eau bouillante et laissez infuser 10 à 15 min. Buvez-en 1 à 3 tasses par jour, mais ne dépassez pas 15 jours de cure sans avis médical.



SHUTTERSTOCK



*Les iris retiennent la terre crue
qui recouvre les chaumes au faîtage
et assurent un bon drainage.*



EN SEINE NORMANDE, sur la route des chaumières

*Dans les méandres du fleuve, parcourez ce circuit qui révèle
un patrimoine rural témoin d'un savoir-faire ancestral.*

Plus moins de 182 chaumières s'échelonnent tout au long de cet itinéraire de charme d'une cinquantaine de kilomètres au confins du Marais Vernier et du Parc naturel régional des boucles de la Seine normande. C'est dans l'Eure, à Vieux-Port et Sainte-Opportune-de-la-Mare, qu'elles sont les plus nombreuses. Construites avec des matériaux locaux, ces chaumières (du latin

calamaria, maison couverte de roseaux) étaient, à l'origine, des constructions simples et peu coûteuses.

Habitats écosourcés

La charpente et les colombages étaient issus des bois voisins. Le torchis, fait d'argile et d'eau, et les tiges de roseaux qui constituaient la toiture étaient localement disponibles. Ces maisons, autrefois abris modestes pour

les agriculteurs, incarnent aujourd'hui un patrimoine précieux. Le Parc œuvre activement à leur préservation, intégrant cette route dans une stratégie de *slow tourisme* qui valorise les savoir-faire locaux et sensibilise aux enjeux climatiques. Des initiatives, telles que la transformation de la route en boucles cyclables, sont en cours pour promouvoir une découverte douce et durable du territoire.

Pont-Audemer, ici l'onde



Tous les ans, depuis 1995, l'ambiance monte comme la marée à Pont-Audemer avec le festival des Mascarets (du nom de ces longues vagues produites dans l'estuaire). Du 28 juin au 13 juillet 2025, la ville de l'Eure accueille cet événement pluridisciplinaire, entre concerts, spectacles, balades en kayak et marchés d'artisans. Dans les ruelles pavées, le long des canaux, les habitants renouent avec l'eau, les arts et les traditions. Gratuit et porté par un esprit populaire et familial, ce festival célèbre le terroir autant que la culture vivante.

Ô DOUCE NUIT

À la tombée du jour, le vendredi 13 juin, la forêt de Montfort-sur-Risle (27) devient scène vivante, théâtre d'ombres, de récits et de murmures. Chaque année, la communauté de communes Pont-Audemer/Val de Risle s'inscrit dans le festival national Les Nuits des forêts, invitant à découvrir les bois autrement. Ici, pas de projecteurs mais des lucioles, des histoires soufflées sous les ramées, des chants d'oiseaux mêlés aux voix des conteurs... Guidés par des forestiers, des artistes ou des naturalistes, les visiteurs pénètrent un monde nocturne souvent méconnu, fait de craquements, de parfums d'écorce et de silences habités. C'est une expérience sensorielle autant qu'un geste militant : à l'heure où les forêts vacillent sous les coups du changement climatique, cette nuit partagée devient un acte pour ces refuges de vie. Le samedi 14 juin, en journée, sont proposées des séances de dédicace, expositions, balades thématiques, ateliers (vannerie, fabrication de nichoirs...) et spectacles. Dans la pénombre rassurante des sous-bois, un autre lien se tisse entre humains et arbres.



M. GINTHER/ALPHAPHOTO

MESURES DE PROTECTION

Les divers traitements antiparasitaires, tels que les colliers, pipettes et comprimés, sont essentiels pour réduire le risque de piqûre. Les deux premiers protègent l'animal contre les moustiques, les puces, les tiques et les phlébotomes, mais leur efficacité peut varier en fonction des conditions climatiques et du type de produit. De plus, ils ne garantissent pas une protection totale contre toutes les espèces de moustiques. Il est donc crucial de les compléter en limitant l'exposition : pose de moustiquaires sur les fenêtres, fermeture des portes en soirée et restriction des sorties de l'animal à l'aube et au crépuscule, quand les insectes sont les plus actifs. La vaccination contre la leishmaniose peut être envisagée, mais aucune n'est disponible contre la dirofilariose. Il est donc impératif de consulter régulièrement un vétérinaire pour un dépistage précoce. En cas de doute ou de symptômes suspects, tels que toux, fatigue, perte d'appétit ou plaies cutanées persistantes, la réactivité est essentielle. Une détection rapide permet de limiter les dégâts et le recours aux traitements lourds.

INSECTES, une piqûre de rappel

L'été arrive, et avec lui son cortège de guêpes et autres bestioles potentiellement dangereuses. Comment prémunir nos animaux ?

Pour les animaux domestiques, ce n'est pas qu'un désagrément : certaines piqûres peuvent transmettre des maladies graves ou provoquer des réactions violentes. Le moustique *Culex pipiens*, déjà bien installé, peut véhiculer la redoutable dirofilariose, un parasite qui s'attaque au cœur et aux poumons du chien. Mais ce sont les phlébotomes, petits diptères discrets mais agressifs, qui inquiètent le plus les vétérinaires. Depuis plusieurs années, ils étendent leur territoire vers le nord, à la faveur du réchauffement climatique. Leur coup de pique peut transmettre la leishmaniose, une maladie chronique parfois mortelle, qui touche aussi (rarement) les humains.

Gestes préventifs

D'autres menaces sont moins exotiques, mais aussi sérieuses. Les piqûres de guêpes ou d'abeilles, parfois bénignes, peuvent déclencher

Gare, le comportement curieux des chats les expose aux dards !



SHUTTERSTOCK

des œdèmes ou des chocs anaphylactiques. Ne placez pas les gamelles en extérieur, où s'abreuvent les insectes. N'allez pas le chien fouiller les haies en fleurs, et gardez

un œil sur les restes de pique-nique. Colliers, pipettes, sprays répulsifs, moustiquaires aux fenêtres ou sur les chenils... sont autant de moyens de limiter les risques.

Comment réagir ?

Les piqûres d'abeilles, guêpes ou frelons peuvent provoquer des réactions graves, notamment autour de la gueule ou du cou. La première chose à faire est de retirer le dard, s'il est visible, avec précaution, en raclant avec la lame d'un couteau (côté non tranchant) ou le bord d'une carte bancaire. N'utilisez ni une pince à épiler, ni vos doigts, car vous risqueriez de comprimer la glande à venin restée avec le dard, et donc d'injecter davantage de poison. Nettoyez la

zone piquée à l'eau froide et appliquez une solution antiseptique, puis apposez une poche de glaçons enveloppés dans un linge pour réduire le gonflement et soulager la douleur. Installez l'animal dans un endroit calme et surveillez-le pour vous assurer qu'il ne fasse pas de réaction allergique (urticaire, gonflement sévère, salivation excessive...) et ne manifeste pas de signes de détresse respiratoire. Si ces symptômes apparaissent, consultez un vétérinaire sans tarder.

FOURS À BOIS TRADITIONNELS

FABRICATION FRANÇAISE



Régalez vos amis et votre famille

GARANTIS 10 ANS

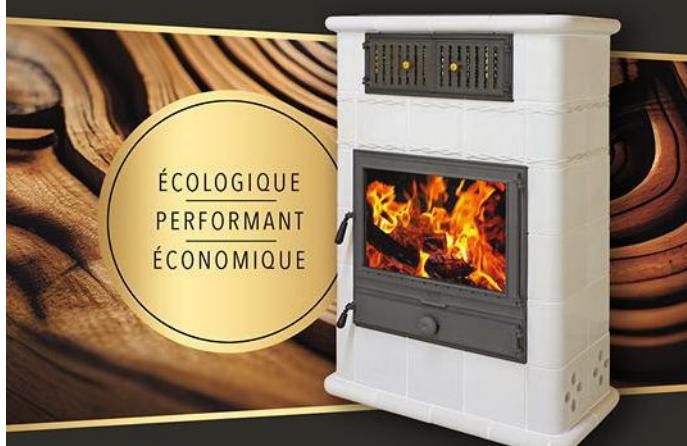
E.P.V.

EN BRIQUES OU DESIGN

FOUR GRAND-MÈRE
Le temps du bon !

03 29 65 20 53
fourgrandmere.com

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



ÉCOLOGIQUE
PERFORMANT
ÉCONOMIQUE

FABRICANT ARTISANAL FRANÇAIS
DEPUIS PLUS DE 50 ANS

03 87 07 90 26
info@oliger.fr
www.oliger.fr





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

www.komat.fr

SERRES TUNNELS
SERRES EN VERRE
ABRIS de STOCKAGE



Tous nos tunnells sont en filtre galvanisé,
les bâches 300 microns, vitrage UV

Tunnels maraîchers		
La Bretonne 3x4m.....	399€	
Isella 4x4m.....	629€	
Isella 3.50x6m.....	670€	
Ombelle 5x8m.....	1340€	
Abri tunnel à partir de :	530€	

Documentation sur demande, vous découvrirez d'autres modèles et d'autres tailles de serres

02.98.59.72.87
Serre Crysland
ZA Lanviliou 29370 CORAY
www.serre-de-jardin-crysland.com

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, paniers, reprise, nasses, cordages

LARRIEU FRERES Fabricant
414 rue Dauphine. Zone du Partage
33127 ST JEAN D'ILLAC
Tél. 05 56 52 59 00

www.larieufrelres-filets.fr
Vente en ligne - Catalogue gratuit sur demande

67. Vos vacances en Alsace Centrale : Gite « lesvignesdemonpere » 2 à 5 pers. Maison individuelle centre village. 67750 Scherwiller près de Sélestat.
Tél : 06 83 38 02 25 »
65.3 km 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
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

Tél : 05 62 42 93 02

46. Lot loue gîte 4 pers avec petit enclos pêche et rando.
20 km Rocamadour et Padirac.

Tél : 05 65 40 51 62.

Port : 06 80 33 72 23.

Dans le Cantal. Producteur fromages cantal fermier AOP Le Montagnard. Liste et tarifs sur demande à :

www.lafermedescochonsdor.com ou tél : 04 71 62 27 50.

Périgord vert. Loue à partir du 1^{er} avril 2025 petit studio tout confort pour 1 ou 2 personnes à 2 km d'un lac où l'on peut pêcher. Animaux acceptés.

250 euros la semaine

Tél : 06 38 46 30 74.

Dpt 56 Loue maison de campagne. Avec enclos. Pour 4 personnes, 2 chambres. Libre de juin à sept.

Tél : 02 97 51 60 88 ou 06 48 39 81 82.

Cherche **hachoir à viande** marque Jupiter type 865, vis sans fin cassée.

Tél : 09 67 84 74 20 ou 06 37 48 64 49 ou par mail : vincentverdier51@gmail.com

19. Loue gîte 12 personnes.

1 Km Village au calme tout confort animaux acceptés. A partir du 15 juin jusqu'à fin août. **Tél : 05 55 73 31 53**

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**

Courrier des lecteurs

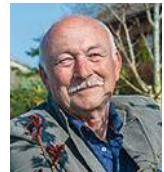
*Vous vous heurtez à un problème jardinier,
il vous manque une information ?
Vous voulez faire connaître une de vos
réussites, de vos trouvailles ? N'attendez plus
pour échanger avec nous : écrivez-nous !*



Eric Costan



Patricia Kadjevic



Hubert Fontaine



Bouturer l'échevéria

“Je n’arrive pas à faire prendre mes boutures d’échevéria. Comment faut-il procéder?” Ethan C. (internet)

Pour bouturer cette plante succulente, il existe deux méthodes : par feuille ou par séparation des rejets. La première est à réaliser à partir d'un pied mère sain. Détachez une feuille bien formée, en la tordant délicatement sur elle-même pour récupérer sa base. Laissez-la sécher à l'ombre pendant une petite semaine, le temps qu'un cal se forme à l'emplacement de la coupure. Déposez la feuille, sans l'enfouir, sur un substrat sec à base de terreau et de sable. Brumisez une ou deux fois par semaine, sans excès d'eau. Au bout d'environ 45 jours, une nouvelle rosace et de jeunes racines apparaissent. Attendez que la

feuille d'origine se dégrade pour repiquer le jeune échevéria. Le bouturage par rejet consiste à prélever une jeune pousse qui s'est développée à la base de la plante mère, sur le côté, de la laisser sécher, puis de l'enfoncer dans un substrat très léger. HF

Palisser la pervenche

“Je possède plusieurs pieds de pervenches. Puis-je les utiliser pour réaliser des formes décoratives, par exemple sur du grillage à poule ?” Bénédicte J. (courriel)

Il existe plusieurs espèces de pervenches, dont la petite (*Vinca minor*) et la grande (*V. major*). Cette dernière, plus vigoureuse, est mieux adaptée pour couvrir un grillage, à condition de l'y aider. En effet, petites ou grandes, les pervenches sont des plantes rampantes, couvre-sol, qui ne grimpent pas naturellement. Mais leurs longues tiges souples peuvent être dirigées et entrelacées dans les mailles d'un grillage pour créer une forme décorative ne dépassant pas 50 cm de hauteur. Vous pouvez utiliser des cônes, des sphères basses en grillage à poules à petites mailles, ou encore un treillis rigide pour une structure verticale simple. Les pervenches sont décoratives non seulement pour leur floraison bleu-violet ou blanche, selon les variétés, mais aussi leur feuillage persistant, vert ou panaché de jaune. HF

Tailler le forsythia

“Mon jeune forsythia, planté il y a deux ans, peine à fleurir alors qu'il pousse correctement. Dois-je le tailler ?” Vilya D. (internet)

Si votre forsythia dispose d'assez de lumière, il fleurira bientôt de façon spectaculaire. Laissez-le s'installer, bien sûr, mais pas sans contrôle, surtout s'il est planté dans une haie. Ne le laissez pas former de grandes tiges ; sa structure doit être rigide et résistante aux vents. Pour cela, une taille est nécessaire, et les

branches qui sont coupées trop tard ne fleuriront pas. Plusieurs fois dans l'année, la taille de structure consiste à réduire les pousses d'un tiers ou d'une moitié. La repousse, en haut, ne fleurira pas au printemps. Une fois la hauteur souhaitée atteinte, une taille doit être effectuée dans les deux mois suivant la floraison. Vous pourrez alors couper les tiges sur toute la longueur poussée dans l'année. D'une façon générale, tous les arbustes à floraison printanière se taillent juste après que les fleurs ont fané. EC

Planter un agrume en Vendée

“Pouvez-vous me dire s'il est possible de cultiver un citronnier en pleine terre sur le littoral vendéen ?” Mogettes 85 (internet)

Vous pouvez laisser un citronnier en extérieur, sur la côte, si les gelées sont rares et ne descendent pas au dessous de -3 ou -4 °C. Toutefois, la capacité d'un agrume à passer un hiver plus rude en pleine terre tient au choix de son porte-greffe. Il faut donc se le procurer chez un pépiniériste capable de vous donner le nom de ce porte-greffe, ou que ce dernier soit indiqué sur l'étiquette – ce qui est rarement le cas dans les jardineries ou les supermarchés. *Poncirus trifoliata* résiste à -10 °C. Il ralentit un peu la pousse, mais peut s'adapter à sol un lourd ou argileux, humide en hiver, comme c'est souvent le cas en Vendée. *Citrance carizzo* a plus de vigueur, mais nécessite un sol drainant. En terrain sableux, préférez une greffe sur *Citromelo 'Swingle'*, qui permet un bon développement racinaire. Il existe de nombreuses pépinières spécialisées qui pourront affiner ou compléter ce choix. ÉC

La photo des lecteurs



Nelly C. nous envoie la photo de cette drôle de carotte emberlificotée, extraite de son potager du Finistère sud.



PHOTO LECTEUR



“Quelle est cette plante que mes parents appelaient flamme de l'enfer ?” Françoise C., Anglade (33)

Il s'agit, en fait, d'une plante sauvage, l'anémone fulgens, ici à fleurs doubles. Appelée également anémone des vignes, c'est une vivace rhizomateuse. Vous la trouverez chez des pépiniéristes spécialisés. Elle se reproduit par semis. Elle apprécie les sols pauvres et drainants, et le soleil. Elle fleurit au printemps et entre en dormance l'été. Sa végétation, allant de novembre à juin, est dite hivernale. ÉC

“Quel est le nom de cette plante qui fleurit en hiver, dans les Alpes-Maritimes ?”

Jeannine R. (courriel)

Il s'agit de *Senecio angulatus*, le séneçon anguleux, rampant ou lierre du Cap. Échappée des jardins, la plante s'est naturalisée et est devenue invasive autour de la Méditerranée. Ses tiges, longues de plusieurs mètres, lui permettent de grimper sur les autres végétaux, qu'elle étouffe. Elle se reproduit par des rejets de souche ou par semis. Poussant à l'ombre comme au soleil, cette plante est toxique pour le bétail et les humains. ÉC



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

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

POUR TOUT TROUVER...

À FAIRE AU JARDIN CETTE SEMAINE

Laitue à couper 'Vulcan', 'panais 'Aromata', 'De Guernesey', 'Harris Model', 'Lancer', 'Turga' et 'White Gem' :

Kokopelli, forêt de Castagnès, route de Sabarat, 09290

Le Mas-d'Azil. Tél. : 05 61 67 69 87 ou www.kokopelli-semences.fr

Endives 'Atlas', 'Bingo' et 'Festive', panais 'Albion', 'Gladiatori', 'Javelin', 'Palace', 'Tender and True' et 'Victor' :

Graines Baumaux, 88503 Mirecourt Cedex.

Tél. : 03 29 43 00 00 ou www.graines-baumaux.fr

Endive 'Mona' :

La Bonne Graine, 36, rue de la Boulaie, Tigné, 49540 Lys-Haut-Layon. Tél. : 02 41 51 79 93 ou www.labonnegraine.com

Campanule carillon, giroflée ravenelle, monnaie-du-pape et myosotis :

Gamm vert, tél. : 0 825 359 360 ou www.gammvert.fr

Promesse de fleurs, 23, route du Fresnel, 59116 Houplines. Tél. : 03 61 76 08 10 ou www.promessedefleurs.com

Astilbe d'Arends 'Fanal' :

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

Le Jardin d'eau, 102, Le Chauchix-Rio, La Poterie,

22400 Lamballe-Armor.

Tél. : 02 96 31 33 10. Courriel : contact@lejardindeau.com ou www.lejardindeau.com

Pépinière de la Petite Foulerie, Bastien Lestrade, 7, route du Village-au-Franc, 50450 Hambye. Tél. : 06 89 15 85 50 ou <https://pepinieredelapetitefoulerie.fr>

DOSSIER

Arbustes fruitiers :

La Maison du bananier, 4, route du Fraîche-Pasquier, 44220 Couëron.

Tél. : 02 40 86 55 80. Courriel : contact@lamaisondubananier.com ou vente en ligne sur : www.lamaisondubananier.com

Piccoli, via Mantova, 210, 25018 Montichiari (BS) (Italie). Tél. : (00 39) 333 4685203.

Rens. par courriel : info@venditapiccolifrutti.it ou <https://venditapiccolifrutti.it/fr/>

Morelle de Balbis (graines) : Graines Baumaux, voir ci-contre.

Narangille (graines) :

Graines de folie, Biloba, 15, rue de la Libération, 50320 La Haye-Pesnel.

Tél. : 09 73 16 84 17. Courriel : contact@grainesdefolie.com ou www.grainesdefolie.com

DEMAIN AU JARDIN

Anémone pulsatille :

Promesse de fleurs, voir ci-contre.

Hortiflor Bureau, 9 bis, chemin de l'Aiglerie, 49170 Savennières. Tél. : 02 41 72 21 67 ou www.hortiflrbureau.com

Asclépiade de Syrie :

Plantes shopping, tél. : 03 69 55 49 04 ou www.plantes-shopping.fr

Épilobe en épis :

Le Jardin d'eau, voir ci-contre

Orme champêtre et eulalias de Chine :

Promesse de fleurs, voir ci-contre.

Tilleul des bois, saule blanc et frêne commun :

Pépinières Jean Huchet, Les Creulais, 35370 Gennes-sur-Seiche.

Tél. : 02 99 96 97 31 ou www.pepinieres-huchet.com

Pépinières Planfor,

1950, route de Cère,

40090 Uchacq.

Tél. : 05 58 75 90 80

ou www.planfor.fr

EN CUISINE CETTE SEMAINE

Vanille bretonne :

Prince de Bretagne,

www.princedebretagne.com

Jus de fruits exotiques :

Caresse antillaise, <https://caresseantillaise.com>

Effiloché de thon :

Petit Navire, en grandes et moyennes surfaces. Infos : <https://petitnavire.fr>

Guacamole sans avocat :

L'Atelier V, en magasins bio. Infos : www.latelierv.fr

TERROIR

Maison du Parc régional des boucles de la Seine normande,

692, rue du Petit-Pont, 76940

Notre-Dame-de-Bliquetuit.

Tél. : 02 35 37 23 16 ou

www.pnr-seine-normande.com

Festival des Mascarets,

à Pont-Audemer, infos : www.ville-pont-audemer.fr

Office de tourisme de Pont-Audemer Val de Risle, 11, rue

Thiers, 27500 Pont-Audemer.

Tél. : 02 32 41 08 21 ou www.tourisme-pontaudemerslenormande.com

COURRIER

Anémone fulgens

'Multipetala' :

L'Atelier du végétal, ferme Miane, 25, route du Libraire, 24100 Bergerac.

Tél. : 05 53 57 62 15

ou www.atelierduvegetal.com

Épilobe en épis (Chamaenerion angustifolium).



SHUTTERSTOCK

Rustica

Média Participations, Rustica SA, 57, rue Gaston-Tessier, CS 50061, 75166 Paris Cedex 19. **Bureaux**: 32 av. Pierre-Grenier, 92100 Boulogne-Bill. **Standard**: 0153263300. **Site**: www.rustica.fr

Service abonnements, B 200, 60643 Chantilly Cedex.

0 806 000 465 Service gratuit * prix appel du lundi au vendredi de 9h à 18h.

Écrivez - nous à l'adresse suivante: 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, courrier): Patricia Kadjevic.

Rédacteurs-graphistes: Aline Bahuchet (1^{re}), Marc Béguin et Gérard Bahuchet.

Secrétaire générale de la rédaction: Véronique Gonzalez.

Secrétaires de rédaction:

Claude Bourdel (1^{re})

et Florence Blondel (2^{re}).

Cheffe du Pôle image: Karine Israël.

Iconographies:

Rougi Barry-Oger, Maria Varnier.

Photographe: Frédéric Marre.

Assistante de la rédaction:

Muneerah Shamsudine,

tél.: 0153263282.

Publicité et contenus:

Cambium Média Solutions,

www.cambium-media.com/solutions

Directeur de publicité: Thierry Vimal de Flechac, t.vimaldeflechac@cambium-media.com

Directeurs de clientèle:

Julie Foulonneau,

j.foulonneau@cambium-media.fr

Antoine Zouagli,

a.zouagli@cambium-media.fr

Responsable administration des ventes:

Thomas Regal,

t.regal@cambium-media.com

Directrice Marketing BtoC:

Anne-Sophie Salamon,

a.salamon@cambium-media.com

Responsable des ventes et contact diffiseurs: Olivier Blochet,

o.blochet@cambium-media.com

Communication: Agence Think +, 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 juin 2025.

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

ACPM (Association

pour le développement durable de la presse)



LA SEMAINE PROCHAINE



Dossier

ASTUCES POUR RÉCOLTER PLUS

*Optimisation de l'arrosage et de la densité des cultures, tailles de précision, compléments alimentaires... En été, **stimuler la production au potager** passe aussi par une foule de **petits gestes** dont les effets cumulés font toute l'efficacité.*

ET AUSSI...

ARTISANAT

Le jardin des Ochettes

EN CUISINE

Le thym

VIE PRATIQUE

Les tapis d'extérieur

BIEN-ÊTRE

Trois plantes médicinales du Japon

ANIMAUX

Les Corvidés

TERROIR

La véloroute du Lin, en Normandie

MA SEMAINE AU JARDIN

POTAGER # Je cultive le haricot d'Espagne # Je plante le brocoli # PLANTES D'INTÉRIEUR # Je transplante les keikis du dendrobium (ou orchidée-bambou) # ARBUSTES # Je prends soin de l'hydrangéa, du camélia et du rhododendron.

Bon de commande

A renvoyer sous enveloppe Non affranchie avec votre règlement à Rustica libre réponse 2302 - 60647 Chantilly Cedex

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

PRURELURE

Je choisis mon règlement :

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

je complète mes coordonnées

M Mme

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe :

Mobile :

je souhaite recevoir les newsletters du site Rustica.fr et les meilleures offres du moments.
 Je souhaite recevoir les newsletters et les bons plans des partenaires de Rustica"

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

Rustica

Classez et protégez vos numéros

Votre lot de
2 reliures pour

22,40 €



Chaque reliure peut contenir
26 numéros de Rustica

Pour commander vos reliures :

@Par internet sur laboutiquejardinmaison.fr/reliures

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



MOTS FLÉCHÉS

JEUX

LE JARDIN DE
PASCAL GARBE

PEUPLE UNE DE SES PLANTES FAVORITES		PASSION QU'IL ASSOCIE AU JARDINAGE Fleuve		VOÛTE AZURÉE Muré		FERRURE QUI A AGRANDI LA FAMILLE		BÊTE À PLUMES Creusée d'une entaille Pays scandinave		ILS FONT PARTIE DE NOTRE PATRIMOINE Pingre		FAIRE UN TRAVAIL DE JOAILLER Sans aucun décor		PRÉPOSITION
GARNIE DE TISSU PAR LE RELIEUR À SUPPOSER QUE								Goûts poivrés, épices ou acidulés Thallium						
ENTREPRISE QUI CONNAIT DES HAUTS ET DES BAS JEUNE ÉQUIDÉ		TERRAIN AUTOMOBILE DÉCAPO-TABLE		L'AGASTACHE ET L'HEMÉROCALLE FUSIONNE		PRONOM PERSONNEL CONFEC-TIONNA			CHÂTEAU DE DIANE DE Poitiers					ELLES Y SONT COMESTIBLES
SIGNAL DE RÉPONDREUR CHEF RELIGIEUX				NOTE DANS LA GAMME ÉVOQUÉE				PIÈCE DE VAISSELLE		THÉÂTRE D'OPÉRA DE MILAN (LA)		MÉDECIN SPÉCIALISÉ PORTEUR DE GRAINS		INTERNET PROTOCOL SORTE DE PETIT TRÉFLE AU GOÛT ACIDULÉ
L'ESPÈCE MARITIMA A LA SAUVEUR DE L'HUIître EFFACÉ				AVANT NOUS GARNITURE DE VOL-AU-VENT										TEL LE GOÛT DE LA PLANTE À HUître
DÉPARTE-MENT DANS LEQUEL IL EST SITUÉ						IL COULE AU SOUDAN		POTE ELLE A PORTÉ DES SABOTS						
										PETITE TERRE ÉMERGÉE DANS				
						LAISSÉ À PART								
								FENOUIL ET CERFEUIL LE SONT						
										POISSON DANS LE BASSIN				

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.

A partially filled 9x9 Sudoku grid. The visible numbers are:

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

The word "moyen" is written in orange at the top right of the grid.

A partially filled 9x9 Sudoku grid. The visible numbers are:

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

DEVINETTE

RUINE-DE-ROME

Quelle est cette plante vivace miniature des anfractuosités ?

- Campanule des murets
 - Rue des murailles
 - Cymbalaire des murs

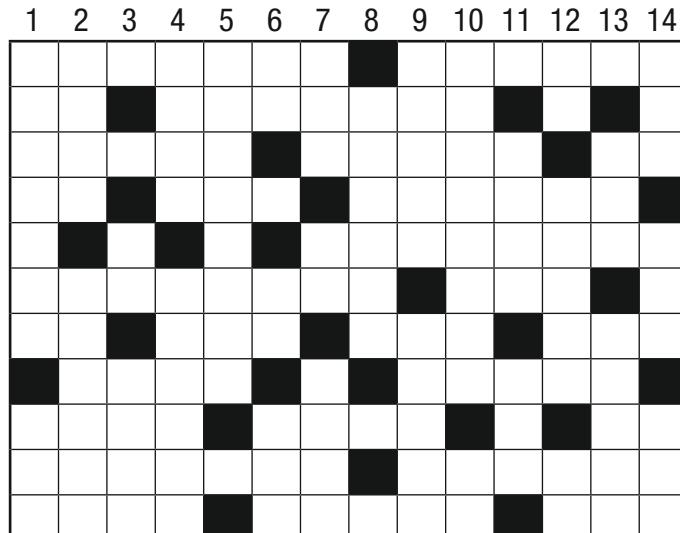


éponse : cymbalaria des murs (*Cymbalaria muralis*), aussi dénommée ruine-de-Rome.

MOTS CROISÉS

HORIZONTALEMENT : A. Pas complet. Chariot en libre-service. B. Préfixe au sens négatif. Qui conviennent parfaitement. C. Prend sa revanche (se). Danse à la sauce cubaine. A eu la possibilité. D. N'importe qui. Elle irrigue. On a le ticket avec elle. E. Grand penseur grec. F. Jonquille des bois. Exercice de ball-trap. G. Ses cartes doivent être précises. Allocation. Ancienne pépinière de décideurs. Figure en forme de T. H. Groseille ou myrtille. Petite vendangeuse. I. Armes avec flèches. Raymond, philosophe. Elle fut adorée mais foulée au pieds par les Grecs. J. Repassé sur le billard. Base du guacamole. K. Laxatif extrait de la gousse du cassier. S'est posé loin de la Terre (a). Bête à manger du son.

VERTICALEMENT : 1. Elle rougit parfois. Un point de cheval. 2. Terme d'approbation. Joliment dorée. 3. Symbole du zirconium. Canot de déchargement. 4. Porte-feuilles. Pas décontracté. 5. Rendu bien trop beau. 6. Du levant au couchant. Firme raccourcie. On peut lui voler dans les plumes s'il est trop bavard. 7. Fleur de Versailles. Le battre n'est pas toujours facile. Chanteur du *Plat Pays*. 8. Aux reflets irisés. 9. Ne révéla rien. C'est un régal. 10. Apportas ton soutien. Six romain. 11. Vin pétillant italien. Principe de la pensée chinoise. 12. Renforce un oui. Espèce d'espèce. Montant global des ventes. 13. Vent contrariant. Huile cosmétique. 14. Homme qui a un siège. Pièce d'or remplacée par le louis. Saison du tournesol.



PHOTOS-MYSTÈRES

QUELLES SONT CES RACES HUPPÉES ?



CRÈVE-CŒUR

PADOUE

HOUDAN

HOLLANDAISE À HUPPE

PHOTO 1 ET 3 : C. HOCHE/RUSTICA - 2, 8 : CAVIGNAUX/BIOPHOTO - 4 : SHUTTERSTOCK

COMBINAISONS GAGNANTES

POINTS DE VUE REMARQUABLES

Reliez ces sites naturels à leur département.



Les aiguilles de Bavella.

1. Les aiguilles de Bavella
2. Le canyon de Bozouls
3. Le cap Canaille
4. Le cirque du Fer-à-Cheval
5. Le Balcon de la Mescla
6. Les falaises de Vogüé
7. Les Orgues de Bort

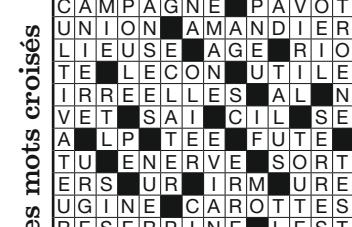
- A. Alpes-de-Haute-Provence
- B. Ardèche
- C. Aveyron
- D. Bouches-du-Rhône
- E. Corrèze
- F. Corse-du-Sud
- G. Haute-Savoie

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

LES SOLUTIONS DU NUMÉRO 2893



les mots fléchés



les mots croisés

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

sudoku

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

ÇA FAIT DU BIEN DE TOURNER LA PAGE

INFORMER. DIVERTIR. APPROFONDIR.

PRIX RELAY-SEPM DES MAGAZINES DE L'ANNÉE 2025



SYNDICAT
DES ÉDITEURS
DE LA PRESSE
MAGAZINE



*Madame
Bovary*

Découvrez chez RELAY les magazines de l'année.