

BIENVENUE À VOTRE CONFÉRENCE



A. Van der Cruyssen
avandercruyssen@telenet.be

Les légumes perpétuels
ou vivaces

Table des Matières

- ▣ Les Avantages
- ▣ Les Inconvénients
- ▣ Les Précautions à prendre
- ▣ Les Légumes perpétuels
- ▣ Bibliographie
- ▣ Questions Réponses

Quels sont les Avantages et les Inconvénients ?

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

3

Les Avantages

- ▣ Disponibles durant la mauvaise saison mais surtout lorsque son parent n'est pas encore développé
- ▣ Le potager n'est pas dégarni en hiver
- ▣ Sont très résistants aux maladies et parasites
- ▣ Pas d'obligation de stockage: les légumes restent en place
- ▣ Possèdent des qualités organoleptiques importantes (goût prononcé, texture, saveurs, aspects, couleurs)
- ▣ Aspects décoratifs (chou noir de Toscane, cardons)
- ▣ Préservent la biodiversité!



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

4

Les Inconvénients

- ▣ C'est une autre manière de cultiver:
 - a. Classique: production, stockage/conservation, consommation
 - b. Les perpétuels: récolte l'ingrédient manquant
- ▣ Ils restent en place: risque de dégénérescence
(Il faut bien préparer le sol avant plantation +compost)
- ▣ Multiplication par bouturage, plantation de tubercule, séparation des souches
- ▣ Absence de rotation des cultures mais résistance plus élevée des perpétuels/vivaces
- ▣ Certains ont un développement très rapide: il faut prévoir l'espace nécessaire (topinambour)
- ▣ Les légumes perpétuels sont un appoint (pas de quantité importante)
- ▣ Ils font partie des légumes oubliés

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

5

Les Précautions à prendre

- ▣ Bien.....Très bien nettoyer l'endroit de plantation car nous avons une culture pérenne!
- ▣ Mélanger du compost et la terre de jardin du trou de plantation (comme la plantation d'un arbre)
- ▣ Surfacier avec du compost
- ▣ Parfois très envahissants



- ▣ La livèche augmente la photosensibilité et provoque des cloques spectaculaires

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

6

Les Légumes perpétuels: ma Sélection adaptée à notre Climat

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

7

Ail rocamboles

- ▣ Famille des Alliées



- ▣ Il produit des caïeux comme l'ail commun mais sur le sommet de la tige
- ▣ Hauteur : 80 cm
- ▣ Se place au 2nd plan dans un potager
- ▣ Exposition ensoleillée, sol bien drainé
- ▣ Ravageurs: rouille possible en fin d'été

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

8

Céleri perpétuel, Livèche ou Ache



- ▣ Famille des Apiacées
- ▣ Plante herbacée à tige robuste, fleurs à ombelles jaunes, feuilles très aromatiques à consommer cru ou cuit
- ▣ Hauteur: 1 à 2 mètres
- ▣ Exposition : plein soleil
- ▣ Ravageur: limaces
- ▣ Disparaît en hiver: coupez en été pour séchage ou congélation



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

9

Chenopode Bon Henri

- ▣ Famille des Chénopodiacées
- ▣ Feuilles robustes, triangulaires, couvertes d'une poudre blanche. Elles restent vertes pendant les fortes chaleurs. Disparaît en fin d'automne pour ressortir au printemps. Les hampes florales peuvent se préparer comme des asperges
- ▣ Aussi appelé épinard perpétuel de l'été
- ▣ Hauteur: 60 à 80 cm.
- ▣ Exposition : ensoleillée, sol riche
- ▣ Ravageurs: limaces au printemps



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

10

Chicorée sauvage, pissenlit

- ▣ Famille des astéracées
- ▣ Plante herbacée dont les jeunes feuilles sont mangées crues en salade, les feuilles plus vieilles cuites comme des épinards et les racines étaient torréfiées pour remplacer le café
- ▣ Hauteur: 40 cm
- ▣ Exposition : soleil
- ▣ Ravageurs : aucun



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

11

Chou de Daubenton

- ▣ Famille des brassicacées
- ▣ Chou très facile à cultiver, rustique, persistant et très vivace. Il ne produit pas de pommes mais de nombreux jets/ drageons que l'on coupe
- ▣ Hauteur: 80 cm
- ▣ Exposition: soleil, sol frais
- ▣ Ravageurs: limaces, pucerons et piéride du chou



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

12

Ciboulette, Cive de St Jacques, Ciboule

- ▣ Famille des alliacées
- ▣ Sorte d'échalote perpétuelle avec de petits bulbes
- ▣ Hauteur: 30 cm
- ▣ Exposition: soleil
- ▣ Ravageur: aucun



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

13

Mertensie, plante huître

- ▣ Famille des borraginacées
- ▣ Saveur iodée très prononcée mais les feuilles grasses, charnues ont un goût proche de l'huître.
- ▣ Hauteur: 20 cm
- ▣ Exposition: soleil à mi-ombre, sol sableux
- ▣ Ravageurs: limaces, escargots



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

Mertensia Maritima

14

Ognon rocambole

- ▣ Famille des liliacées
- ▣ L'ognon rocambole va produire une fleur qui ne va pas donner des semences mais des bulbilles (jeunes oignons) que l'on replantera directement.
- ▣ Hauteur: 60 cm
- ▣ Exposition: soleil, sol frais
- ▣ Ravageur : aucun



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

15

Oseille, épinard d'été, rumex

- ▣ Famille des polygonacées
- ▣ Goût légèrement acidulé. La plante développe une hampe florale qu'il faut couper.
- ▣ Hauteur : 1 mètre
- ▣ Exposition ensoleillée avec un sol frais
- ▣ Ravageur: limaces, escargots

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

16

Pimprenelle

- ▣ Famille des rosacées
- ▣ Plante alimentaire adorée par les lapins qui est une des premières à émettre des nouvelles pousses. Ses feuilles d'un saveur très fraîches et piquantes est très riche en vitamine C. Petites fleurs roses très mellifères
- ▣ Hauteur: 30 cm
- ▣ Exposition: soleil
- ▣ Ravageurs: petit risque de rouille en fin d'été



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

17

Poireau perpétuel

- ▣ Famille des alliacées
- ▣ Ce poireau sauvage produit une touffe de tiges qui ne dépassent pas la grosseur d'un doigt. Récolte toute l'année. Pour obtenir des fûts, il faut butter au printemps
- ▣ Hauteur: 40 cm
- ▣ Exposition: soleil à mi-ombre
- ▣ Ravageur : mouche mineuse (filet de protection)
- ▣  Pour qu'il puisse repousser, il ne faut pas arracher les fûts mais couper à la base sans abîmer le pied et les racines



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

18

Topinambour, artichaut de Jérusalem

- ▣ Famille des astéracées
- ▣ La tige n'est pas consommable. On récolte les tubercules au fur et à mesure des besoins. Les tubercules ne se conservent pas. Plante très envahissante; il est recommandé de mettre les tubercules dans un bac en plastic troué.
- ▣ Hauteur : 2 à 3 mètres
- ▣ Exposition: soleil
- ▣ Ravageur: les mulots



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

19

Petit truc

- ▣ Laisser les racines des bettes, de la roquette, des choux blancs, rouges, verts. Au printemps, ils donneront de jeunes pousses très savoureuses

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

20

Autres perpétuelles que je ne recommande pas

- ▣ Artichaut que je ne recommande pas car la variété la plus septentrionale « de Laon » ne résiste pas à nos conditions de température
- ▣ Le cardon est très décoratif mais fastidieux à nettoyer et qu'il faut blanchir avant la récolte. Les cardes comestibles sont épineuses!
- ▣ Chou noir de Toscane ou chou palmier dont les feuilles sont très coriaces



27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

21

Une petite recette...

- ▣ Cuire des pommes de terre en robe des champs et des œufs cuits durs
 - ▣ Préparer une sauce contenant:
 - 500 gr de fromage blanc
 - 3 càs de mayonnaise
 - Ciboulette, épinard, pimprenelle, oseille, persil, cerfeuil, bourrache, sauge que l'on hache finement
- C'est une véritable explosion de vitamines, de sels minéraux....

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

22

Bibliographie / Sources

- ❑ <https://ortieculture.wixsite.com/ortieculture> :
« toutes nos plantes sont comestibles » à Stave
(chervis, mâche perpétuelle, chenopode, rhubarbe
à gros bâtons, patate douce, capucine tubéreuse...
- ❑ Mon potager de vivaces, 60 légumes perpétuels à
découvrir, Terre Vivante, Février 2016
- ❑ Légumes vivaces pour un potager perpétuel,
Rustica, Février 2017
- ❑ Le magazine « Jardiner Bio »

27-11-18

Diapositives destinées à un usage privé

23

QUESTIONS – RÉPONSES



**Il ne me reste plus qu'à vous
remercier de votre attention
et du temps que vous avez
bien voulu me consacrer.
Je vous souhaite un excellent
retour.**



Alain Van der Cruyssen
avandercruyssen@telenet.be