

La conservation des légumes au fil des saisons.

Les fondements de ma démarche.

- Les besoins primaires, selon Carl Gustav Jung : manger, se chauffer, se vêtir.
- Le courant autarcique des années 1920 – 1930.
- Le roman « *Silent Spring* » (Printemps silencieux) de Rachel Carson.
- Mon adhésion à la culture biologique (à partir de 1975 et sans discontinuité depuis lors).

Quelques principes de base.

- Eviter des méthodes trop énergivores (stérilisation, conservation au congélateur, etc.).
- Eviter la dénaturation des aliments. « Nous sommes ce que nous mangeons ».
- Utiliser des matériaux de récupération.
- Recourir à l'huile de bras.
- Dans l'habitat traditionnel, revaloriser la cave à provisions (pommes de terre, chicons, etc.).

Comment procéder ?

1. Légumes à maintenir au jardin (aussi longtemps que possible).

Pré-requis : ne pas être submergé par les campagnols, musaraignes, etc.

Les racines de persil & panais : résistantes au gel ; se dessèchent rapidement à l'air libre
Les scorsonères et les salsifis.

Les topinambours. Couper les tiges sèches pour éviter le déracinement des tubercules.

Sur une partie des poireaux, placement d'un vieux lanterneau ; tunnel pour parcelle avec persil, pain de sucre, chicorées sauvages du type : rouge de Vérone,...

On pourrait aussi envisager un épais tapis de feuilles mortes (10 à 15 cm) entre les lignes.

Attention : un sol partiellement réchauffé attire les taupes, qui préparent la route pour les campagnols et les musaraignes. Bonjour les dégâts !

Quid des choux ?

Choux de Bruxelles : résistent au gel mais s'inclinent (placer un tuteur à côté des plantes les plus vigoureuses). Attention aux pigeons ramiers et aux tourterelles turques : ils viennent dévaster les têtes quand il a neigé ou qu'il gèle très fort. Parade recommandée : un filet de protection en nylon, suffisamment haut et pas trop tendu.

Choux rouges : ils résistent assez bien au gel. Le choix de la variété est important (Tête de nègre résiste bien au gel).

Choux frisés : excellent légume d'hiver ; contient beaucoup d'oligo-éléments. Résiste parfaitement au gel. Pigeons ramiers : même remarque que ci-dessus.

Choux verts, choux de Milan : certaines variétés résistent à des t° de l'ordre de -6° à -8° C. Petit truc utile : placer une touffe d'herbe ou de paille au milieu des feuilles pour protéger les feuilles tendres. A enlever dès que le gel est fini.

Choux blancs, choux cabus : à enlever et à conserver par lacto-fermentation (choucroute).

Quid des céleris ?

Céleri rave : résiste à l'extérieur à des t° de -6° C maximum. Si vous avez retardé la récolte, mettre rapidement des déchets de jardin entre les rangées. Placer une plaque de plastique double (creux à l'intérieur et transparent) au-dessus de la parcelle. Ainsi protégé, le céleri rave peut rester en pleine terre jusqu'à -8° C. Au-delà, la tête gèle → consommation immédiate.

Le céleri à côtes dorées et vertes : dès que le gel est annoncé, enlever les pieds avec une grosse motte de terre et les placer dans des bacs en *isomo* (peuvent être obtenus gratuitement chez les marchands de poisson). Ainsi récolté, le céleri reste bon pendant un mois.

Les choux-fleurs d'hiver = brocoli blanc de Walcheren : ne pas oublier de placer une petite touffe d'herbe ou de paille au milieu des feuilles, pour protéger le cœur de la plante. Pour le reste : adieu scaroles, endives frisées, fenouil. Si ces légumes n'ont pas été enlevés ou convenablement protégés contre le gel, tout est fichu.

2. Conservation des légumes « racines », soit en container, soit en silo de pleine terre.

Quand on dispose d'une espace couvert et ± isolé (du type serre de jardin, véranda fermée, cabanon, couche pour semis précoces, on peut entreposer les légumes « racines » dans des tambours de machine à laver ou d'essoreuse, des vieux frigo-case, ou tout autre récipient de récupération. Cf. description fournie par « Nature et Progrès ». Attention à la condensation : il est utile que le récipient soit troué.

Personnellement, j'utilise des grands pots en terre cuite (petit trou au fond), des vieux baquets en ciment, des vieilles poubelles en plastique (fendues) que je tapisse avec de la paille de seigle. Placés à l'extérieur de la véranda, les légumes « racines » à consommer pendant les mois de décembre et de janvier y restent bien au frais. Quand on annonce du gel au-delà de -2°C , je mets tout à l'intérieur de la véranda (protection $\rightarrow -10^{\circ}\text{C}$).

Tout ce qui est mis de côté pour les mois de février et au-delà, est stocké dans des silos de pleine terre.

Je creuse des trous suffisamment grands et profonds (en veillant bien à ameublir le fond du trou pour éviter la stagnation de l'eau). Je les tapisse avec de la paille de seigle. Après avoir soigneusement trié les différentes espèces de racines, je les place dans le silo en mettant les collets vers le haut. Quand on a l'habitude, ça prend relativement peu de temps. Je place un bâton en bois au milieu, je couvre d'abord avec de la paille de seigle, puis avec de la terre. La plupart des racines résistent assez bien au froid (panais, racines de persil, céleri rave, scorsonères, salsifis, navets – 15 à 20 cm de terre de couverture). Pour les carottes, il faut au minimum en mettre 30 cm. En période de fortes gelées, je place des bûches de bois, des déchets de jardin et des feuilles mortes au-dessus des silos. Cela arrive une fois tous les trois ou quatre ans.

Je pratique cette méthode simple depuis une bonne trentaine d'années. Jusqu'à présent, je n'ai jamais eu des dégâts dans mes silos. Dès que les beaux jours arrivent, j'enlève une partie des terres de couverture pour éviter un échauffement à l'intérieur du silo.

N B : il ne faut surtout pas oublier de faire un plan détaillé des silos. Autrement, on ouvre 3 ou 4 trous avant d'avoir trouvé ce qu'on cherche.

Quand on creuse un grand trou, il est bon de placer des bâtons en bois au-dessus des provisions, avant de commencer à mettre les terres de couverture. Quand le tas diminue, la voûte reste bien en place. Ceci est surtout conseillé pour la provision de carottes. Lorsque la voûte s'effondre trop vite, on attrape de la pourriture dans les réserves.

Bien entreposées, les carottes restent fraîches jusqu'au moment où on récolte les petits pois. Carottes et petits pois, début juin, c'est un régal !

La mise en jauge des racines de chicon (witloof).

En principe, du 15 décembre jusqu'à la fin du mois d'avril, nous consommons du chicon en provenance de notre réserve de racines (entreposées dans une vieille poubelle fendue à l'extérieur et à l'ombre, dès que c'est possible ; entourées de paille humide, les racines restent dans un bon état de conservation).

Depuis belle lurette, je sème la variété « Zoom », qui convient parfaitement pour le forçage en seau. Je mets un seau en jauge tous les quinze jours environ. J'ai abandonné la couverture avec de la paille car j'ai constaté que cela favorise l'installation de colonies de

pucerons. Il est préférable d'utiliser des petits seaux pour éviter l'apparition de la pourriture humide dans la couche.

Précautions à prendre au moment de la récolte des racines.

La récolte est une intervention brutale. Le flux de la sève est subitement interrompu. Il faut attendre 8 à 10 jours avant de commencer à faire la toilette des racines (à ce moment, les oligo-éléments ont pu refluer vers la racine). Pour les carottes et les racines de chicon, j'effectue l'arrachage en deux fois. J'entrepose les légumes sur une brouette plate, les racines dirigées vers l'intérieur. J'abandonne le tout au jardin pendant une dizaine de jours. Cette façon de procéder offre plusieurs avantages.

- a) Quand j'entreposais les racines directement sous la véranda, j'observais l'apparition de pourritures sur les carottes et surtout sur les racines de chicon (pourriture humide (*fusarium*) et sclérotés (= petits corps noirs) au collet. Les dégâts pouvaient être importants.
- b) Quand je mettais ces racines par terre au jardin, les limaces – surtout les petites noires – s'installaient dans le feuillage. J'éprouvais beaucoup de difficultés pour les éliminer au moment du toilettage des plantes.

Les différentes opérations de conservation, effectuées à la fin de l'automne, peuvent apparaître comme plutôt fastidieuses au néophyte. Toutefois, elles procurent beaucoup de satisfactions en hiver et au printemps.

3. Conservation des légumineuses (haricots, fèves des marais, petits pois).

J'effectue la cueillette des gousses bien mûres par temps sec. Je les laisse d'abord sécher sous la véranda pendant une petite semaine et ensuite, je les entrepose dans des vieux paniers à linge, au grenier.

N B : il faut éviter d'entreposer des légumineuses – surtout des petits pois et des haricots nains semés tardivement – à une t° égale ou supérieure à 17° C. Dès qu'on atteint cette température, les prédateurs naturels qui se trouvent à l'état d'œuf ou à l'état larvaire à l'intérieur de la graine, commencent à se développer. Quelques mois plus tard, la provision est complètement détruite.

Chez les légumineuses, on peut sélectionner les plus belles graines et les mettre de côté pour les plantations de l'année suivante. Le meilleur endroit pour les stocker est le frigo (juste en dessous du petit congélateur). Quand ces graines ont été exposées au froid, elles poussent d'autant mieux l'année suivante. Ce phénomène s'appelle la « *vernalisation* ».

4. Conservation de l'oignon de Mulhouse, des échalotes et de l'ail.

Les oignons et les échalotes ne supportent pas les mauvaises herbes au moment de leur maturation. Il faut donc veiller à ce que les planches restent propres jusqu'au moment de la récolte. Après un séchage qui peut s'étaler sur trois semaines à un mois, je fais un tri particulièrement sévère. À la moindre galerie ou trace de pourriture, je mets les bulbes sur le côté pour consommation immédiate. Le reste – bien luisant – est assemblé en grappes que je suspends un peu à l'ombre, à l'intérieur de notre véranda. Au moins tous les 15 jours, je jette un coup d'œil rapide sur les provisions. J'élimine aussi vite que possible les bulbes qui rejettent hâtivement. C'est généralement là que s'installe la pourriture (nauséabonde) et que se développent des colonies de pucerons.

N B : on peut aussi pendre les grappes et les tresses sous un auvent, à l'extérieur. Ces légumes supportent le gel. Malheureusement, il devient alors plus malaisé de contrôler l'état sanitaire desdites provisions.

5. Conservation de la provision de pommes de terre.

La méthode décrite par Nature et Progrès est parfaitement valable. Pour ma facilité, je procède néanmoins autrement.

Le choix des variétés est important. Les variétés hâtives ne sont généralement pas atteintes par le mildiou. On peut donc en cultiver une quantité qui couvre les besoins de la famille jusqu'au Nouvel An. Pour les six mois qui suivent, il importe de sélectionner des variétés qui sont de bonne conservation et qui ne germent pas trop vite. Depuis de longues années, je plante des « Eersteling ». En 2010, j'ai fait un essai avec « Red Scarlet » qui donne une récolte abondante mais dont la qualité gustative est moyenne. J'ai également planté de la Gazoré (résistante au mildiou), des Charlottes, des Belles de Fontenay, des Gourmandines (± résistantes au mildiou) et des Agria. Sur le plan gustatif, nous préférons les Charlottes et les Belles de Fontenay. Pour ce qui concerne la conservation de longue durée (jusqu'en juin), la variété Agria est de loin la meilleure. Elle commence à germer tardivement et elle reste bien ferme jusqu'au bout. La variété Sarpo Mira (d'origine hongroise) est résistante au mildiou. Elle est de bonne conservation.

Pour garantir une bonne conservation des pommes de terre, il y a 3 points à observer.

- il faut d'abord laisser bien sécher les tubercules sur le champ (2 à 3 heures) ; sinon, il convient de le faire chez soi.
- il faut faire un premier tri une semaine après la récolte (éliminer la pourriture humide).
- une dizaine de jours plus tard, deuxième tri (éliminer la pourriture sèche).

Après cela, les pommes de terre peuvent être entreposées à la cave (chez moi au grenier, qui est bien isolé). Il ne reste qu'une chose à faire : enlever les germes quand ils deviennent trop longs.

N B : je n'ai jamais utilisé de produit anti-germes. Ces substances ont mauvaise réputation ; elles seraient cancérigènes.

6. Conservation des potirons et des potimarrons japonais.

Lors de la récolte, je les nettoie délicatement avec de l'eau de pluie et je les mets à sécher pendant 2 à 3 jours dans un endroit bien chaud. Ensuite, je les entrepose dans un endroit sec et frais. On en conserve ainsi quelques-uns jusqu'au mois de juin et même jusqu'en juillet.

Quand j'observe que la pourriture blanche s'installe rapidement, je les frotte avec de l'huile de table. Généralement, la conservation est améliorée.

7. Préparation de la choucroute (conservation par lacto-fermentation).

Le chou blanc étant gélif, il faut trouver un moyen facile pour conserver ce légume particulièrement intéressant (riche en vitamines, sels minéraux, etc.). La transformation en choucroute est la manière la plus adéquate que je connaisse.

Matériel requis : une terrine avec couvercle et rigole ; une râpe, du sel (marin de préférence) et des baies de genévrier.

Le chou doit être impeccablement nettoyé (élimination de toute pourriture), râpé, tassé dans la terrine et parsemé de sel marin et de baies de genévrier.

Attention aux doigts quand on râpe. Il ne faut jamais se laisser distraire.

La lacto-fermentation dure une vingtaine de jours à une t° ambiante de $\pm 20^{\circ}$ C. Après ce délai, on peut commencer à consommer, jusqu'à épuisement du stock.

N B : pour éviter que des moisissures n'entrent dans la terrine, il faut toujours maintenir un peu d'eau dans la rigole de la terrine (avec de l'eau de Spa, on n'a pas de dépôt calcaire sur les parois).

Rapporteur : Michel FAUCQ.