


# La Feuille de chou

mai • juin 2002

## Une saison de jardinage 2002 dans une nouvelle ville!

 Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2002, le programme des jardins communautaire relève de la Direction Culture, sports, loisirs et développement social de vos arrondissements respectifs. Cela signifie que dorénavant, les décisions relatives à votre jardin communautaire seront prises par les gestionnaires de l'arrondissement, en collaboration avec votre comité de jardin.

Soyez assuré que la réorganisation municipale n'affectera en rien votre saison de jardinage puisque tout a été mis en place pour maintenir et même améliorer la qualité des services offerts aux jardiniers.

Nous vous proposons cette année un tout nouvel outil, conçu spécialement pour vous aider à identifier, prévenir et traiter les ravageurs et les maladies observés fréquemment dans les jardins communautaires. Ce recueil de fiches techniques, intitulé *Le contrôle écologique des ravageurs et des maladies*, est disponible sur le site Internet de la Ville ([www.ville.montreal.qc.ca/loisirs](http://www.ville.montreal.qc.ca/loisirs)). Une version imprimée est également mise à votre disposition dans tous les jardins, pour consultation seulement.

Au rendez-vous depuis maintenant quatre ans, *La Feuille de chou* vous accompagnera tout au long de la saison avec ses conseils horticoles,

trucs, recettes et informations utiles pour vos plantations et vos récoltes. Elle fera également le point, lorsque cela sera nécessaire, sur le fonctionnement du programme dans la nouvelle ville.

Et n'oubliez pas, votre comité de jardin, l'animateur horticole ou encore l'agent de développement de votre arrondissement sont à votre service et toujours disponibles pour répondre à vos questions.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir dans la pratique de votre loisir favori.

Bonne saison 2002 à tous!



Dans la corbeille	
La carotte .....	2
Vie communautaire	
Les comités de jardin .....	5
Pourquoi interdire certaines cultures? .....	5
Aux petits oignons	
Un plan de jardinet. ....	6
Fertilisez... fertilisez... fertilisez... ..	7
Les soins du Dr Desjardins .....	8
Les conseils terre-à-terre .....	8

Dans la corbeille

# La carotte

*Daucus carota var. sativa*,  
Ombellifères

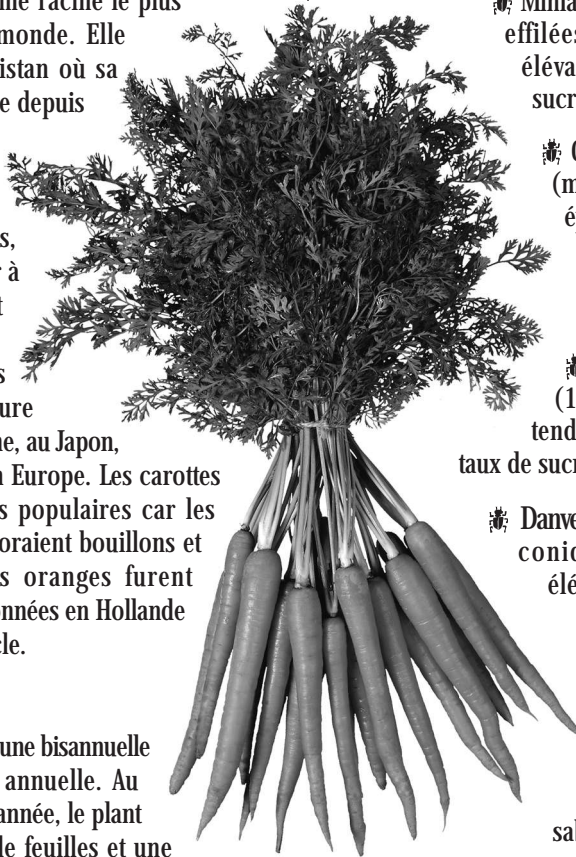
## Origine

La carotte est le légume racine le plus consommé dans le monde. Elle provient de l'Afghanistan où sa culture y est implantée depuis plusieurs milliers d'années.

Ces premières carottes, de couleur violet clair à rouge noirâtre, ont donné naissance à une variété plus jaunâtre dont la culture s'est répandue en Chine, au Japon, en Asie mineure et en Europe. Les carottes jaunes devinrent très populaires car les variétés violacées coloraient bouillons et sauces. Les variétés oranges furent probablement sélectionnées en Hollande au cours du XVII<sup>e</sup> siècle.

## Description

La carotte potagère est une bisannuelle cultivée comme une annuelle. Au cours de la première année, le plant produit une rosette de feuilles et une racine charnue. La tubérisation, de longueur variable selon les variétés, touche seulement la partie supérieure de la racine.



La production de fleurs et de graines survient au cours de la deuxième année. La racine devient alors rapidement fibreuse.

## Variétés

Les grainiers offrent au moins une centaine de variétés. Ces variétés peuvent être regroupées en cinq principaux types de carottes :

🌿 **Miniatures** : courtes, précoces, effilées ou trapues, tendres, élévation rapide du taux de sucre;

🌿 **Chantenay** : demi-courtes (moins de 15 cm), trapues, épaules larges, taux de sucre élevé en automne, bonne conservation, pour sols lourds ou peu profonds;

🌿 **Nantes** : demi-longues (15-18 cm), cylindriques, tendres, élévation rapide du taux de sucre;

🌿 **Danvers** : longues (18-24 cm), coniques, épaules larges, élévation lente du taux de sucre, bonne conservation, pour sols lourds;

🌿 **Imperator** : longues (20 cm et plus), effilées, saveur moyenne, pour sols sablonneux et profonds.

La variété 'Nutri Red' (*McFayden Seed Co. Ltd., William Dam Seeds*) renferme plus de lycopène, un antioxydant puissant, que la majorité des variétés de tomates.

## Culture

Plante frugale sauf pour le potassium, elle développe un feuillage abondant, une faible teneur en carotène et des taux élevés de nitrates en présence d'un excès d'azote.

Les plants supportent de petites gelées. Les carottes peuvent être semées du début de mai jusqu'à la mi-juin dans un sol ameublit idéalement en automne jusqu'à 30 cm de profondeur. Il suffit ensuite de râtelier finement la surface, de tracer un léger sillon d'au plus 1,3 cm de profondeur, de semer à une distance de 2,5 cm entre les graines et de laisser de 15 à 20 cm entre les rangées.

Il est essentiel de maintenir le sol humide jusqu'à la levée des plantules. La levée peut prendre jusqu'à 3 semaines selon la température.

L'éclaircissage sera nécessaire pour les semis trop denses : laisser alors de 2 à 5 cm entre les plants.

Des arrosages réguliers seront effectués lors des premières semaines de croissance.

Les carottes seront buttées légèrement pour éviter la formation de collets verdâtres au goût amer.

Les températures froides et les excès de chaleur nuisent à la bonne coloration des racines. La coloration est optimale lorsque la température du sol se maintient entre 15 et 20°C.

## Rotations et associations

Il est recommandé de respecter des rotations de trois ans sans ombellifères pour éviter une diminution de rendement, de longueur, de forme et de texture.

Les tomates, les courges et les laitues pommées, bien fertilisées, constituent des précédents culturels favorables.

L'oignon, le radis, la coriandre, la betterave et la salade en feuille croissent facilement entre les rangs de carottes sans leur nuire. L'oignon et la coriandre éloignent la mouche de la carotte.

## Ravageurs et maladies

La mouche de la carotte demeure le problème le plus fréquent. Des maladies du feuillage comme l'alternariose et la cercosporose affectent peu les rendements en général. Elles se contrôlent par des applications de soufre ou de bicarbonate de soude.

La carotte fourche lorsque la jeune pointe rencontre un obstacle ou sèche. Elle cesse normalement de s'allonger lorsque l'apex meurt. Elle développe alors un chevelu abondant. L'excès d'azote provoque aussi ce phénomène. Des fentes longitudinales apparaissent parfois, surtout chez les grosses carottes dans les sols trop humides.

## Récolte et conservation

Les carottes se récoltent à l'aide d'une fourche-bêche ou en tirant sur les fanes après avoir enfoncé légèrement les carottes dans le sol. Celles destinées à la conservation sont séchées au soleil durant quelques heures une fois les fanes coupées au ras du collet.

Elles se conservent plusieurs semaines au réfrigérateur dans un sac de plastique troué ou dans la mousse de tourbe qui peut être humidifiée si les carottes blanchissent ou ramollissent. Il faut cependant les éloigner des fruits et des légumes dégageant de l'éthylène (pommes, poires, pommes de terre, etc.).

Les carottes peuvent hiverner dans le sol à condition de les protéger avec un paillis.

#### Valeur nutritive

La carotte est riche en bêta carotène (un précurseur de la vitamine A) et en sucres. Elle contient de nombreux minéraux et des vitamines (B, C, E, K, PP). Elle est adoucissante, diurétique et vermifuge.

Il est préférable de la consommer crue, soit telle quelle, râpée ou en jus frais. Les fanes, très nutritives, enrichissent les soupes et entrent dans la composition des fameuses herbes salées.



Valeur nutritive de la carotte par 100 g

	Crue	Cuite
Eau	87,8 %	87,4 %
Protéines	0,9 g	1,2 g
Lipides	0,1 g	0,1 g
Glucides	3,2 g	10,5 g
Fibres	3,2 g	1,9 g
Calories	43	45



## Gâteau hawaïen aux carottes

- 3 œufs battus
- 125 ml (1/2 tasse) d'huile végétale
- 500 ml (2 tasse) de cassonade
- 15 ml (1 c. à table) de vanille
- 500 ml (2 tasse) de carottes râpées
- 750 ml (3 tasse) de farine à pâtisserie
- 3 ml (1/2 c. à thé) de tout épice
- 7 ml (1 c. à thé) de poudre à pâte
- 7 ml (1 c. à thé) de bicarbonate de soude
- 7 ml (1 c. à thé) de sel
- 7 ml (1 c. à thé) de cannelle
- 7 ml (1 c. à thé) de muscade
- 800 ml (1 boîte) d'ananas
- 250 ml (1 tasse) de noix

Garnir le fond d'un moule bien huilé avec les ananas et les noix.

Mélanger ensemble les ingrédients secs et mettre de côté.

Mélanger ensuite les autres ingrédients et ajouter en brassant la préparation d'ingrédients secs.


Faire cuire au four à 180°C (350°F) pendant 50 à 60 minutes.

Servir avec un glaçage au fromage.


Garnir de mini-carottes cuites dans de l'eau sucrée.

Variante : remplacer les ananas par des pêches. 🍷


## Les comités de jardin

 es comités de jardin contribuent à maintenir les activités de jardinage à un haut niveau de qualité. Constitués d'au moins trois jardiniers bénévoles qui acceptent de s'impliquer plus activement dans la gestion, les comités de jardin visent à ce que chacun profite au maximum de son loisir. Pour ce faire, ils accomplissent les fonctions suivantes :


- gérer le matériel et l'équipement;
- voir à l'application et au respect des politiques, procédures et règles en vigueur;
- transmettre les suggestions et les demandes de service à l'animateur horticole ou à l'agent de développement responsable;
- dresser à chaque automne la liste des travaux à effectuer pour la prochaine saison;
- faciliter l'intégration des nouveaux jardiniers;
- organiser des activités de rassemblement en cours de saison.

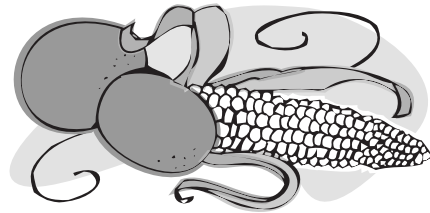
Les responsables du comité de jardin sont élus démocratiquement lors de l'assemblée annuelle des membres du jardin pour un mandat d'un an ou pour la durée du terme définie dans les règlements de régie interne des comités incorporés. Certains comités gèrent, en partenariat avec leur arrondissement, les inscriptions des membres de leur jardin. 

## Pourquoi interdire certaines cultures?

 es règles de civisme et de jardinage en vigueur dans les jardins communautaires précisent que la culture des pommes de terre, du maïs, des citrouilles géantes et des tournesols géants est interdite. Ces plantes prennent trop d'espace ou encore génèrent des problèmes d'insectes ou de maladies.

En effet, la pomme de terre peut transmettre plusieurs maladies aux tomates. De plus, le rehaussement des plants exige beaucoup d'espace. Quant au maïs, il est nécessaire d'en planter plusieurs rangées car les plants exposés au soleil ne produisent en général qu'un seul épi. Enfin, les citrouilles géantes prennent trop d'espace et les tournesols géants, qui atteignent 3 m de hauteur, dégagent dans le sol des substances inhibant les bactéries fixatrices d'azote.

D'autres plantes sont parfois interdites ou plus ou moins tolérées dans certains jardins communautaires. Renseignez-vous auprès de votre comité de jardin. 



## Aux petits oignons!

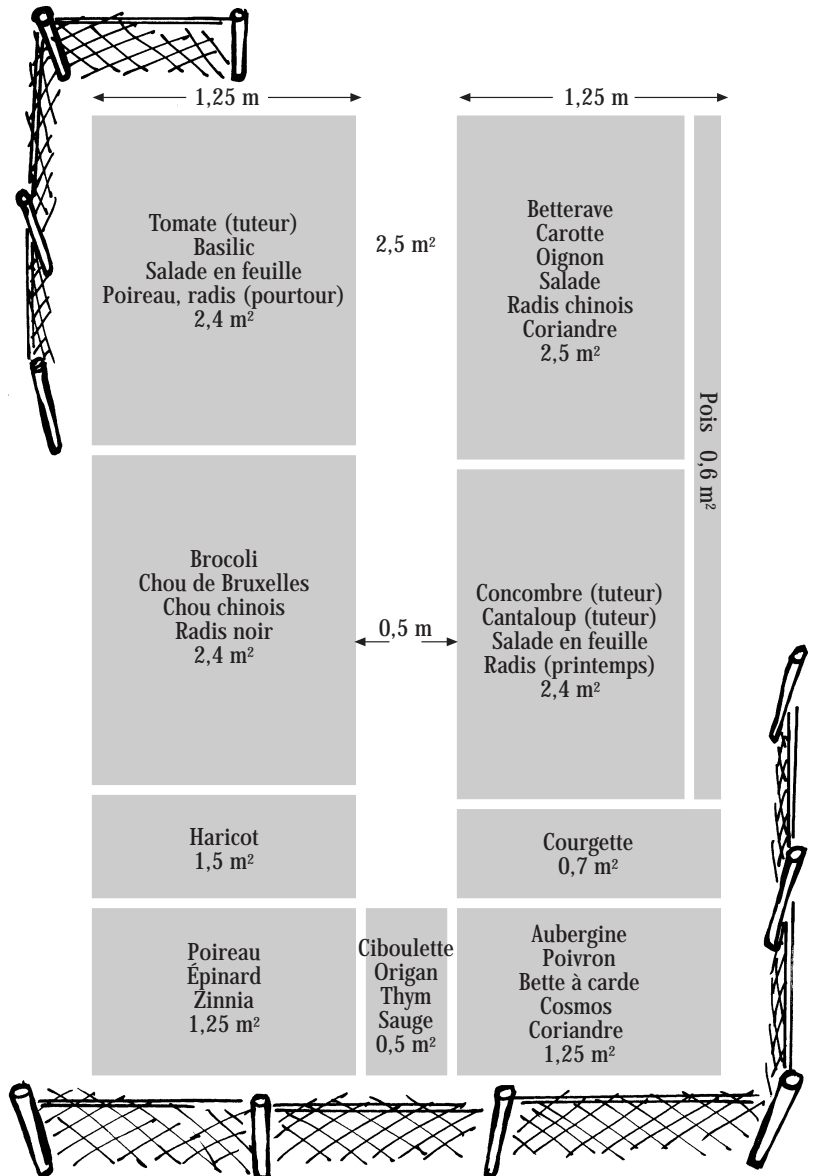


## Exemple de plan d'un jardinet de 18 m<sup>2</sup>

### Un plan de jardinet

**L'**aménagement adéquat de votre jardinet est essentiel pour obtenir de meilleurs résultats. Nous vous proposons donc un plan de jardinet qui tient compte des bienfaits des rotations et du compagnonnage des plantes. Les plantes qui se cultivent avantageusement les unes près des autres ou qui comportent des exigences semblables ou complémentaires sont regroupées ensemble. Ce sont ces groupes de plantes qui se déplacent en rotation au fil des ans.

Dans cet exemple, la rotation se fait dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. N'oubliez pas de respecter les distances minimales requises entre les plantes et les groupes de plantes afin de leur assurer une bonne croissance. 🌿



## Fertilisez... fertilisez... fertilisez...



a productivité et la qualité des récoltes dépendent étroitement de la fertilité du sol. Fertiliser régulièrement permet d'entretenir et d'améliorer la fertilité.

Les nouveaux jardiniers peuvent se renseigner auprès du comité du jardin pour connaître la productivité de leur jardinet et la fertilisation appliquée par les jardiniers précédents. Vous pourrez alors choisir la fertilisation en conséquence dans le Tableau 1.

En cas de doute, appliquez les recommandations pour les sols pauvres. Il est aussi conseillé d'ajouter dans ce cas environ 4 à 5 kg d'os moulus et 0,12 kg de chaux dolomitique au cours des deux premières années.

Faire analyser le sol permet, évidemment, de préciser la fertilisation adéquate. Vous pouvez aussi ajuster la quantité de compost en fonction des exigences des plantes. Consultez le Tableau 2 à cet effet. Au cours de la saison, une fertilisation supplémentaire pourrait s'avérer nécessaire, notamment pour les cultures successives. 🌿

**Tableau 1**      **Quantité de compost pour un jardinet de 18 m<sup>2</sup> de surface cultivée**

Fertilité/ exigences des plantes	Quantité (kg)	Épaisseur (cm)
Sol pauvre et plantes exigeantes	180 -225	2 -2,5
Plantes moyennement exigeantes	135 -180	1,5-2
Plantes peu exigeantes	45-90	0,5-1
Sol riche et plantes exigeantes	45	0,5
Sol moyennement riche et plantes moyennement exigeantes	90	1

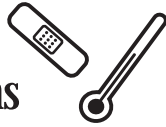
**Tableau 2**      **Exigences des plantes potagères en compost**

Plantes exigeantes (2 cm et plus) Asperge, céleri, chou d'été, chou-fleur, concombre, courge, épinard, laitue pommée, poireau, rhubarbe, tomate.	Plantes moyennement exigeantes (1,5 à 2 cm) Aubergine, basilic, bette à carde, brocoli, chou de Bruxelles, chou d'hiver, chou frisé, fraisier, laitue en feuille, piment, poivron.	Plantes peu exigeantes (0,5 à 1 cm) Carotte, ciboulette, navet, oignon, panais, persil, sarriette, thym.
---	--	---

Note : les légumineuses (gourgane, haricot, pois) ne requièrent aucune application de compost dans un sol fertile.



## Les soins du Dr Desjardins



### À surveiller en mai et en juin

Des ravageurs et des maladies peuvent nuire aux cultures dès le début de la saison.


#### Ravageurs

Altises (radis, navet, chou, betterave), chrysomèle rayée du concombre, perce-oreille européen, pégomyes (betterave, bette à carde, épinard), piéride du chou, fausse teigne des crucifères et fausse arpeuteuse du chou, vers gris, limaces. Oiseaux : semences et jeunes plants dévorés.

#### Maladies parasitaires

Fonte des semis, pourriture de la tige et des racines chez les plants transplantés.

#### Gel

Consultez votre animateur et le document *Contrôle écologique des ravageurs et des maladies* pour identifier le problème et connaître les méthodes de prévention et de contrôle. 



## Les conseils terre-à-terre



Faciliter la germination des carottes, des betteraves et des fines herbes en plaçant durant une dizaine de jours un carton ou une mince couche de mousse de tourbe au-dessus des semis afin de conserver le sol humide.

- Enlever la tige florale de l'ail pour favoriser la croissance du bulbe.
- Les variétés de concombre 'Sweet Slice', 'Jazzer' et 'Lemon', sans cucurbitacéine, attirent moins les chrysomèles.
- Pincer les tiges des gourganes au-dessus de la sixième fleur pour accélérer le développement des gousses.
- La tomate indéterminée 'Health Kick' (*T & T Seeds*) contient 50 % plus de lycopène, un antioxydant pouvant réduire les risques de certains cancers (prostate, vessie, pancréas, intestins, cerveau).
- Pincer régulièrement les plants de basilic pour accroître la formation de nouvelles feuilles et retarder la floraison. 



**Jardins  
communautaires**

Ville de Montréal

## La Feuille de chou

est une publication des Directions d'arrondissement Culture, sports, loisirs et développement social à l'intention des membres des jardins communautaires de la Ville de Montréal.

Rédaction : André Pedneault  
 Révision : Sandrine Brindejonc  
 Conception graphique : Jacques Séguin  
 Pour nous écrire : 5650, rue D'Iberville (2<sup>e</sup> étage)  
 Montréal (Québec) H2Q 2B3  
 Site Internet : [www.ville.montreal.qc.ca/loisirs](http://www.ville.montreal.qc.ca/loisirs)

