

La Feuille de chou

PRINTEMPS - ÉTÉ 2012



L'implication de Montréal en agriculture urbaine

Dans le cadre de la consultation publique sur l'agriculture urbaine qui s'est tenue en mai et en juin et qui mènera au dépôt du rapport de l'Office de consultation publique de Montréal (OCPM), prévu à la fin du mois d'août, l'administration municipale a colligé la majorité des interventions qu'elle réalise dans ce domaine et auxquelles elle participe sur tout le territoire.

Les actions sont nombreuses et très variées. Elles touchent des réalisations directes de la municipalité, les appuis qu'elle porte à diverses activités communautaires, privées et commerciales ainsi que la réglementation municipale en vigueur applicable à ce champ d'action.

Le programme municipal des jardins communautaires avec ses 95 emplacements et ses quelque 12 000 usagers impressionne par son ampleur. Les 70 jardins collectifs reçoivent un soutien sous forme de prêts de terrains et de locaux, de subventions ou d'animation.

Des projets dans le cadre des programmes tels que les éco-quartiers, Quartier 21, Accès logis et l'Entente de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale, par exemple, comportent un volet en agriculture urbaine. Des groupes locaux sont également soutenus.

Des renseignements horticoles sont offerts sous forme de conseils personnalisés, de brochures et de sites Internet sous diverses rubriques : carnet horticole du Jardin botanique, jardiner naturellement, jardins communautaires.

Pour en savoir plus, consulter le document *État de l'agriculture urbaine à Montréal* diffusé en ligne sur le site de l'OCPM.

Dans la corbeille	
Le chou frisé	2
Le coin des mordus	
Le radis serpent	5
Aux p'tits oignons	
Les nouvelles variétés 2012	7
Que faire contre les écureuils	9
Fiche technique	
Le fer herbicide	10
Les soins du Dr Desjardins	
	11
Les conseils terre-à-terre	
	11



Nous vous souhaitons une fructueuse saison de jardinage!

Dans la corbeille

Le chou frisé

Brassica oleracea convar. *acephala*
var. *sabellica*



Origine

L'utilisation de choux non pommés dans l'alimentation humaine remonte à plus de 2 000 ans. Les principales formes de chou frisé ont été développées au Moyen Âge dans la région méditerranéenne à partir du chou sauvage (*B. brassica silvestris*).

Des croisements récents avec des espèces parentes d'Europe et d'Asie ont permis de créer de nouvelles variétés aux qualités gustatives et ornementales intéressantes.

Le chou frisé, appelé *kale* en anglais, est maintenant cultivé en Europe, en Amérique du Nord et en Asie. Les Grecs et les Romains en consommaient beaucoup durant l'Antiquité. Des colons anglais l'ont introduit en Amérique du Nord au cours du 18^e siècle.

Description

Le chou frisé est une crucifère bisannuelle au port érigé produisant de grandes feuilles plus ou moins frisées et parfois gaufrées très résistantes aux fortes gelées automnales, ce qui en fait un légume d'hiver remarquable.

Très robustes, les plants atteignent, au cours de la première année, entre 30 et plus de 100 cm de haut, selon les variétés. Dans de bonnes conditions de croissance, les plants arrivent généralement à maturité de 55 à 65 jours après le semis.

L'année suivante émergent des fleurs blanches ou jaunes portant des siliques renfermant les graines.

Variétés

Une trentaine de variétés et de cultivars sont disponibles chez les grainetiers canadiens. Des critères tels que la couleur des feuilles, leur forme et la hauteur des plants permettent de distinguer les principaux groupes de variétés à vocation culinaire ou ornementale.

Les variétés à feuilles vertes ou vert bleuté sont les plus nombreuses. La 'Winterbor' (Johnny's, Vesey's, West Coast Seeds) tolère bien le froid, et la 'Blue Ridge' (Dominion Seed House, Horticlub, Stokes), à montaison lente, la chaleur.

Pour des plants plus petits et compacts, préférez les variétés 'Vates Blue' (Stokes, The Cottage Gardener), 'Vates Blue Curled Scots' (West Coast Seeds) et 'Dwarf Green Curled Scotch' (Halifax Seed Co., OSC Seeds), qui mesurent de 30 à 40 cm de haut et environ 60 cm de large.

La variété 'Redbor Hybrid' (Dominion Seed House, Horticlub, William Dam Seeds), dont les feuilles pourpres verdissent à la cuisson, est la seule variété à feuilles rouges offerte.

Les variétés ornementales possèdent une saveur plus douce et une texture plus tendre que la plupart des formes conventionnelles.

Par exemple, les longues feuilles bleutées et cloquées de la 'Lacinato' ou 'Nero di Toscana' (West Coast Seeds, William Dam Seeds, Thompson & Morgan), une ancienne variété italienne du 18^e siècle appelée aussi 'Black Tuscan', et les feuilles vertes à centre blanc et profondément dentelées de la 'White Peacock' impressionnent.

Des mélanges de semences de choux frisés sont offerts chez West Coast Seeds et The Cottage Gardener.

Plantes apparentées

Le chou cavalier (*Brassica oleracea* convar. *acephala* var. *sabellica*) est aussi un chou non pommé, mais ses feuilles sont plates, comme celles du persil italien comparativement au persil frisé.

Le chou frisé sibérien, qui ressemble au chou frisé, appartient à une autre espèce, la *B. napus* var. *pabularia*. Il en existe plusieurs variétés : 'Red Russian' (West Coast Seeds, William Dam Seeds) aux feuilles rouges, 'Frilly Kale' (Salt Spring Seeds) au feuillage vert et 'White Russian' (Hawthorn Farm Organic Seeds) aux tiges blanches et aux feuilles vertes veinées de blanc.

La variété de chou frisé 'Lacinato Rainbow' (Les jardins du Grand Portage, Prairie Garden Seeds) provient d'un croisement interspécifique de la variété 'Lacinato' et du chou frisé sibérien 'Red Russian'.

Culture

Les techniques de culture du chou frisé ressemblent à celles du chou. Le chou frisé préfère les sites ensoleillés, mais tolère l'ombre partielle. Il affectionne les sols riches, ou bien fertilisés l'année précédente, et bien drainés.

Dans les sols plus pauvres, appliquez de 2 à 2,5 cm de compost bien décomposé. Des algues liquides et du purin de compost pourraient, au besoin, compléter la fertilisation.

Les semences gardent leur faculté germinative durant quatre à cinq ans. Elles germent à 5 °C. Semer en mai ou en juin, après la première génération d'altises, ou de la mi-juillet à la mi-août, soit de six à huit semaines avant le premier gel. Éclaircir ensuite tous les 45 à 60 cm en tous sens, selon les variétés, ou repiquer de jeunes plants à la même distance.

La maturation exige généralement au moins 55 à 65 jours, parfois jusqu'à 80, deux fois moins pour la production en verdurette.

Des rotations de quatre à cinq ans sont généralement pratiquées. Du paillis peut être appliqué en été pour maintenir le sol plus frais.



Associations et compagnonnage

La culture de cette crucifère peut être associée à celle de plusieurs autres légumes : bette à carde, betterave, chicorée, concombre, haricot, laitue, oignon, poireau.

La sauge, le thym de même que les soucis, les capucines et les oeillets d'Inde permettraient d'éloigner certains ravageurs.

Ravageurs et maladies

Le chou frisé est sujet aux mêmes ravageurs que les choux et autres crucifères : altises; chenilles, dont celles de la fausse-arpen-teuse et de la piéride du chou; mouche du chou; pucerons. Cependant, les dégâts semblent moins importants.

Les choux frisés peuvent être atteints par des maladies comme la fonte des semis et la jambe noire. Cependant, ils tolèrent la hernie, pourvu que le pH excède 6,8.

Récolte et conservation

Les feuilles sont cueillies au fur et à mesure des besoins. Les jeunes feuilles tendres sont plus appétissantes. Les feuilles deviennent amères en vieillissant, sauf par temps froid.

Les feuilles humidifiées placées dans un sac de plastique perforé se conservent une dizaine de jours au réfrigérateur. Elles se congèlent pour un usage ultérieur une fois blanchies à la vapeur durant deux à trois minutes.

Propriétés et valeur nutritive

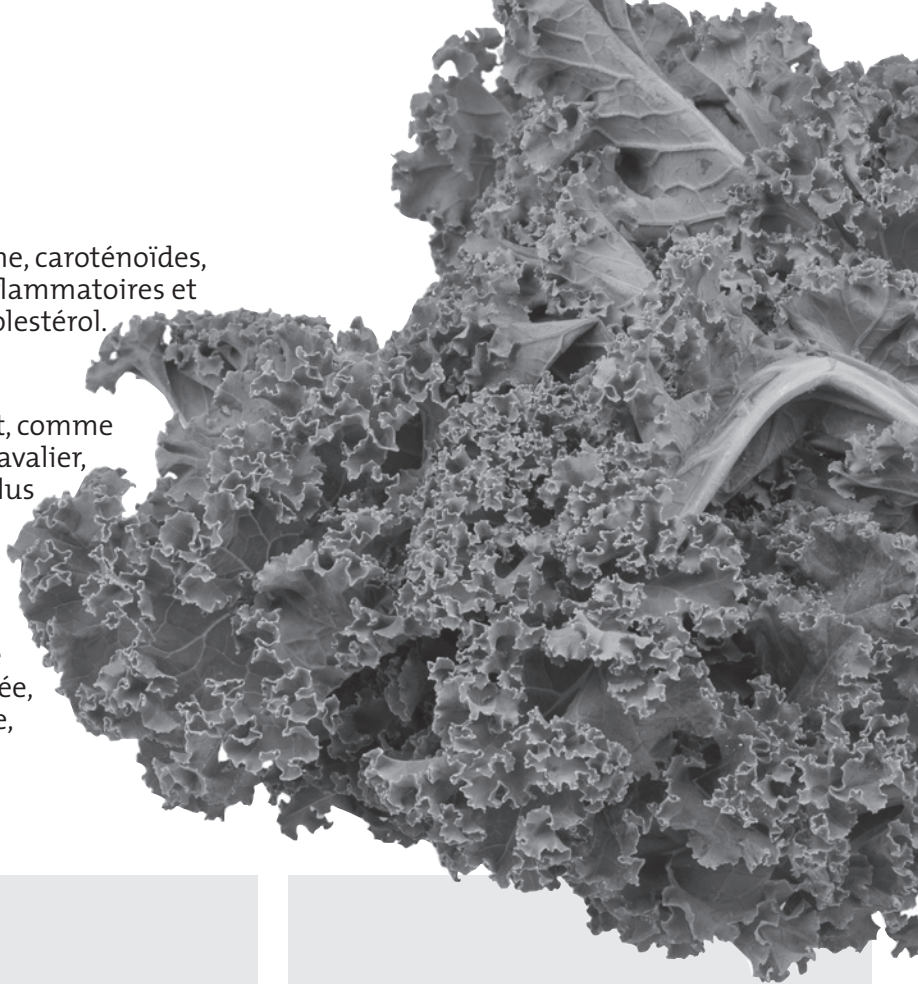
Le chou frisé possède des teneurs exceptionnelles en éléments nutritifs tels que le calcium, le magnésium, les vitamines A, C et K ainsi que le fer et le potassium.

Il renferme des substances antioxydantes (lutéine, caroténoïdes, flavonoïdes) de même que des composés antiinflammatoires et anticancéreux (glucosinolates). Il réduirait le cholestérol.

Utilisation

Le chou frisé sert de légume d'accompagnement, comme l'épinard, et peut remplacer le chou ou le chou cavalier, à la saveur plus douce. Les jeunes feuilles sont plus tendres, et leur goût, moins intense. Enlever la nervure centrale des feuilles plus matures.

Il est consommé cru ou cuit à la vapeur, braisé, farci et sauté. Polyvalent, il peut être servi nappé de sauce ou simplement de jus de citron, en purée, avec ou sans autres légumes, et avec du fromage, des fruits de mer, du poulet ou des oeufs.



Recette

Salade de chou frisé à l'orange et au sésame

Feuilles de chou frisé	2 l
Tahini (beurre de sésame)	60 ml
Sauce tamari	60 ml
Vinaigre balsamique	10 ml
Sirop d'érable	10 ml
Jus d'orange pressé	90 ml
Échalotes hachées	2
Gousse d'ail	1
Suprêmes d'orange	à volonté
Graines de sésame	à volonté

Laver les feuilles, les essorer et enlever la nervure centrale.

Mettre le tahini, l'oignon haché, l'ail dans un bol et ajouter graduellement en mélangeant la sauce tamari, le vinaigre balsamique, le sirop d'érable et le jus d'orange.

Verser la vinaigrette obtenue sur les feuilles de chou frisé et bien mélanger.

Laisser reposer une quinzaine de minutes.

Garnir de suprêmes d'orange et de graines de sésame.

Référence : www.mangersantebio.org

Valeur nutritive d'une portion de 100 g de chou frisé

	Cru	Cuit
Eau	84,5 %	91 %
Glucides	10,0 g	5,6 g
Protéines	3,3 g	1,9 g
Lipides	0,7 g	0,4 g
Fibres	2,0 g	2,0 g
Calcium	135 mg	
Sodium	43 mg	
Fer	1,5 mg	
Vitamine C	120 mg	
Vitamine A	890 ER ¹	
Énergie	50 cal	32 cal

¹Équivalent de rétinol

Le coin des mordus

Le radis serpent

Raphanus sativus var. caudatus

Origine

Le radis serpent, appelé aussi radis queue de rat, radis de Madras et *mougri* en javanais, est cultivé pour le goût piquant de ses longues cosses principalement en Inde, au Pakistan et dans le Sud-Est asiatique.

Il a été introduit en Angleterre au début du 19^e siècle, soit vers 1815. Sa culture s'est ensuite répandue en France et en Amérique du Nord au milieu de ce même siècle.

La contrée d'origine de ce curieux légume est probablement la Chine ou l'Indonésie.

Sa culture, malgré sa facilité et son peu d'exigence, est toujours demeurée relativement marginale. Il est rarement offert dans nos marchés orientaux. Il ne faut donc pas s'étonner du fait qu'il soit encore considéré de nos jours comme un légume à découvrir dans les pays occidentaux.



Description

Le radis serpent est une plante annuelle sans racine charnue qui produit cependant de nombreuses cosses minces d'environ 15 à 30 cm de long. Ces fruits sont des siliques ressemblant à une queue de rat et renfermant les semences de couleur pourpre. Elles sont utilisées en cuisine avant la formation des graines.

Cette plante de la famille des crucifères peut atteindre de 60 à 120 cm de haut et environ 60 cm de large. Les feuilles et les fleurs, rose pâle et blanches, sont semblables à celles du radis commun.

Résistants au froid, les plants supporteraient une température de -12,2 °C.

Variétés

La longueur des siliques, leur couleur rouge violacé ou verte et le nombre de graines différencient les variétés les unes des autres. Il en existe plusieurs en Inde et dans les autres zones de production. Il est rare que la variété ou la provenance des semences soient mentionnées par les grainetiers en Amérique.

La variété 'Munchen Bier' produit à la fois une longue racine blanche comestible et des siliques.

Culture

Les conditions de culture sont semblables à celles du radis. Le radis serpent préfère croître dans un sol meuble, riche et humide, mais la plupart des sols lui conviennent. Il tolère l'ombre partielle.

La germination nécessite toutefois un sol plus chaud, soit idéalement entre 18 et 20 °C. Les premiers semis peuvent donc débiter par temps chaud vers la fin de mai et se poursuivre toutes les trois semaines jusqu'à la mi-juillet pour étaler la production jusqu'en automne.

Normalement, trois ou quatre plants suffisent à la fois. Laisser un espace de 30 à 40 cm entre chacun. La pose d'un tuteur peut s'avérer nécessaire.

Les siliques commencent à se former en général de 50 à 75 jours après le semis. Un plant peut produire durant quatre à huit semaines, pourvu que les récoltes soient régulières. La production diminue puis s'interrompt s'il y a maturation de graines.

Il ne se croiserait pas avec les radis communs et les radis sauvages, d'où son autre nom latin, *Raphanus caudatus*. La production de semences en conditions de croisement prouvera ou non son statut d'espèce.

Les graines demeurent viables jusqu'à quatre à cinq ans. Le seul ravageur à craindre est l'altise.

Associations et compagnonnage

Le radis serpent peut être planté près du cerfeuil, des concombres, des cornichons, des laitues, des pois, des tomates ou des capucines. Il faut l'éloigner de l'hysope.

Ce légume repousserait les chrysomèles rayées et les chrysomèles maculées du concombre ainsi que le perceur de la courge.

Récolte et conservation

Les siliques sont récoltées avant la formation des graines. Elles sont alors longues, minces, tendres, croquantes et juteuses. Elles deviennent rapidement fibreuses par la suite.

Réfrigérées, elles gardent leur tendreté durant quelques jours. Elles peuvent aussi être conservées dans le vinaigre.

Utilisation

Les siliques sont consommées crues comme les radis, cuites à la vapeur comme des haricots ou sautées avec d'autres légumes dans divers plats orientaux ou non. La cuisson leur fait cependant perdre une grande partie de leur saveur piquante. Leur goût rappelle alors celui du haricot ou du pois cuits.

Les siliques plus courtes des variétés de radis commun sont aussi comestibles.



Aux p'tits oignons

Les nouvelles variétés 2012

Chaque année, de nouvelles variétés à pollinisation libre et hybrides apparaissent dans les catalogues des grainetiers, les jardinerie et les producteurs de plants des marchés publics. Parmi celles-ci, de plus en plus de variétés ancestrales et de nouvelles plantes comestibles intrigantes (voir *Le coin des mordus*) font leur apparition.

Voici donc des variétés intéressantes compte tenu de leurs avantages cultureux dans nos conditions climatiques, leurs qualités gustatives et leurs attraits.

Plante potagère	Caractéristiques	Grainetiers
Betterave 'Albina Verenuda'	Couleur blanche, chair sucrée, texture rappelant la pomme de terre	1
Carotte 'Dragon'	Ancienne variété à peau violacée et intérieur orange, saveur légèrement épicée	1
Céleri 'Conquistador'	Variété hâtive, bonne performance par temps chaud, conditions d'humidité variable, sol plus ou moins fertile	2
Chou-fleur 'Denali'	Pour production automnale, semis d'été, autoenveloppant	2
Courge d'été 'Eclipse F1 Hybrid'	Plant sans poils irritants, fruit rond vert foncé à stries vert pâle	3
'Goldmine'	Type zucchini, fruit jaune strié de blanc, sans poils irritants	2
'Pâtisson orange'	Peau orange, chair jaunâtre	1
'Spineless Perfection (F1)'	Type zucchini, fruit vert, sans poils irritants	2
Courge d'hiver 'Celebration'	Type 'Acorn', fruit côtelé jaune et orange, 30-50 % plus de sucre soluble, tolérance au blanc	4
'Orangetti Hybrid'	Type spaghetti, peau et chair orange, 20-25 cm de long, plus riche en bêta-carotène	5
'Pinnacle (F1)'	Peau jaune pâle brillant, petit fruit ovale d'environ 1,25 kg, plant semi-buissonnant	2
Épinard 'Bordeaux Hybrid'	Feuille vert foncé à veines et pétiole rouge, tige rouge, conservation de la couleur à la cuisson, variété danoise	5

Fève grimpante ‘Serpedor’	Fèves aplaties, couleur jaune, 15 cm de long, sans fil, plant compact	3
Gombo ‘Jambalaya’	Maturation hâtive en climat nordique, plant compact, productif, fruit vert foncé	6
Laitue pommée ‘Crispino’	Belles pommes vert brillant de grosseur moyenne par conditions chaudes et humides	2
‘Ruby Sky’	Particulièrement résistante aux maladies et au puceron du coeur de la laitue <i>Nasonovia ribisnigri</i>	2
Melon d’eau ‘Sureness Hybrid’	Fruit vert foncé à stries noires, chair jaune sucrée, 3-4 kg, tolérance à la flétrissure fusarienne	5
‘Sweet Bite (F1)’	Mini melon sans graines, 2-3,25 kg, 2-3 fruits par plant en moyenne	2
Pois ‘Sugar Flash’	Plant productif ne requérant aucun treillis, bonne tolérance à la chaleur	6
Poivron ‘Highlander (F1)’	Type ‘Anaheim’ à deux lobes, 17,5 cm de long, bonne productivité par temps frais	2
Tomate ‘Indigo Rose’	Fruit rouge pourpré type cocktail, très riche en anthocyanines, environ 60 g, plant compact, indéterminé	2
‘Plum Regal (F1)’	Tomate italienne plus ou moins carrée, 5 cm de long, très bonne tolérance au mildiou, bonne résistance au fendillement	2, 6



Aux p'tits oignons

Que faire contre les écureuils

Les écureuils apprécient la plupart des légumes et peuvent prélever, détruire ou rendre inconsommable une part importante des récoltes.

Les écureuils deviennent rapidement un véritable fléau lorsqu'ils sont nombreux et lorsqu'ils ont adopté certains jardinets comme garde-manger.

Différentes mesures préventives peuvent être appliquées selon la gravité des dégâts.

Éviter de les nourrir

Limiter l'expansion de la population d'écureuil est la première action à prendre. C'est pourquoi, dans certains arrondissements, dont Ville-Marie et Mercier-Hochelaga-Maisonneuve, un règlement municipal interdit aux citoyens de nourrir les écureuils, sous peine d'amende.

Il est possible de signaler une infraction en téléphonant au 311.

Des mesures préventives simples

En voici quelques-unes :

- leur fournir de l'eau pour éviter qu'ils trouvent les fruits juteux, comme les tomates mûres, les courgettes, les cantaloups et les poivrons;
- les fines herbes fortement aromatiques, comme la menthe, la sarriette, la sauge et le thym, les déroutent;
- installer un filet anti-oiseaux autour des plants ciblés ou du jardinet au lieu d'une structure permettant aux écureuils de grimper;
- appliquer de la colle à pigeons sur les pôles de soutien;
- épandre de la naphthaline (boules à mites) autour du jardinet;
- appliquer sur le sol autour du jardinet ou des plantes la préparation maison obtenue en passant au mélangeur une gousse d'ail, un oignon et 15 ml de sauce Tabasco dans un litre d'eau ou la laisser macérer pendant un jour ou deux, la filtrer et la pulvériser sur les plantes après avoir ajouté 5 ml de savon à vaisselle.



Des répulsifs commerciaux

Des préparations commerciales à base de capsaïcine (poivre de Cayenne), d'huile de poivre noir et d'oeufs en putréfaction sont disponibles sur le marché :

- Régal aux piments rouges Squirrel Proof Premier choix (capsaïcine);
- Concentré liquide répulsif pour animaux Scent-a-gone (capsaïcine, huile de poivre noir, pipérine);
- Chemfree Fiche le camp concentré (capsaïcine, huile de poivre noir, pipérine);
- Horti-kure répulsif pour écureuils (matières solides d'oeufs en putréfaction).

Piégeage et déplacement

Il faut éviter d'augmenter l'aire de distribution de l'écureuil gris, car son introduction se fait au détriment d'autres espèces animales, dont le tamia rayé et l'écureuil roux.

Capturer un écureuil en l'attirant dans une cage pour ensuite le déplacer est un pensez-y-bien pour d'autres raisons. Un écureuil gris doit être libéré quelques kilomètres plus loin pour éviter un retour possible.

Ce déplacement peut entraîner la mort de l'animal dû à sa difficulté de trouver de la nourriture. Il y a aussi risque d'introduction de maladies ou de parasites dans le nouvel environnement.

Fiche technique

Le fer herbicide



Le fer est un élément nutritif participant à plusieurs fonctions métaboliques chez les végétaux : le développement et le fonctionnement de la chlorophylle, le transport d'énergie, la formation des protéines et la respiration, par exemple.

Voici donc les caractéristiques de ce produit utile et ses principales utilisations.

Nom anglais :

Iron, iron HEDTA, ferric HEDTA

Principe actif :

Fer (symbole Fe) sous forme FeHEDTA (le HEDTA est un agent chélatant facilitant la pénétration du produit)

Propriétés :

Herbicide sélectif

Utilisation :

Contrôle et suppression de plusieurs espèces d'herbes indésirables à feuilles larges, des mousses et des lichens dans les gazons (homologation)

Effets :

- Brunissement et noircissement des tissus
- Flétrissement et mort des plantes
- Signes de détérioration des plantes apparaissant après quelques heures ou quelques jours
- Certaines espèces endommagées, mais non supprimées

Toxicité :

Risques négligeables pour les mammifères, les organismes aquatiques, les oiseaux et les abeilles
Aucune persistance dans l'environnement

Formes :

Mélange liquide prêt à appliquer et concentré liquide

Organismes ciblés :

Plusieurs espèces d'herbes indésirables à feuilles larges : chardon, luzerne lupuline, mouron des oiseaux, pissenlit, plantain, renoncule rampante, stellaire moyenne, véronique élancée
Mousses
Lichens

Recommandations :

Vaporiser sur toute la plante, même en plein soleil

Ne pas appliquer le jour lorsque la température excède 30 °C ou en cas de pluie dans les trois heures suivant l'application

Ajouter au besoin un surfactant (ex. : savon à vaisselle) pour augmenter l'adhérence

Une seconde application peut être nécessaire pour supprimer certaines herbes indésirables (plantain à grandes feuilles, chardon des champs, renoncule rampante, par exemple)

Porter des vêtements de protection et des lunettes, utiliser des gants

Attendre le séchage des plantes avant d'entrer en contact avec ces dernières pour éviter toutes taches

Produits commerciaux :

- NEU1173H
- NEU1173H gros format
- NEU1173H prêt à la pulvérisation
- NEU1173H gros format prêt à la pulvérisation
- NEU1173H RTU avec applicateur pull'n spray
- NEU1173H avec pulvérisateur quick connect
- Weed B Gone (Scotts Ecosense) prêt à l'emploi.
- Weed B Gone (Scotts Ecosense) prêt à l'emploi avec applicateur pull'n spray
- Weed B Gone (Scotts Ecosense) prêt à pulvériser
- Weed B Gone (Scotts Ecosense) concentré

Produits apparentés :

- Mouss Out produit pour le contrôle des mousses (sulfate de fer)
- Greenleaf démoussant (sulfate de fer)
- Nurseryland démoussant (sulfate de fer)
- Safer's destructeur de limaces et d'escargots (EDTA de sodium et de fer)

Les soins du Dr Desjardins

À surveiller en mai, juin et juillet

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

Ravageurs

Altise (radis, navet, chou, betterave), chrysomèle rayée et chrysomèle maculée du concombre, cicadelle, doryphore (aubergine), fausse-teigne des crucifères, fausse-arpenteuse du chou, limace, millipède, mouche de la carotte, mouche du chou, mouche du piment, pégomye (betterave, bette à carde, épinard), perceur du pétiole de la betterave, perce-oreille européen, piéride du chou, puceron, punaise terne (aubergine, brocoli, poivron), teigne du poireau, ver gris

Oiseaux, écureuils : semences et jeunes plants dévorés

Maladies parasitaires

Alternariose (tomate), blanc (cucurbitacées), flétrissure bactérienne (concombre), fonte des semis, gale bactérienne (tomate), gale commune (navet, radis, rutabaga), mildiou (chou, laitue, tomate), pourriture de la tige et des racines chez les plants transplantés, pourriture noire des fruits (courge, cantaloup), racine noire (radis), tache alternarienne (cucurbitacées)

Problèmes physiologiques fréquents

Carence en calcium : pourriture apicale (poivron, tomate, courge), brûlure de la pointe (laitue, oignon, chou)

Coup de soleil ou tache de mûrissement (poivron, tomate): dessèchement de l'épiderme des fruits du côté exposé au soleil, surtout chez les plants trop défoliés

Coup de chaleur (poivron, tomate) : fruits mous et ratatinés

Coulure des fleurs femelles : aucune pollinisation

Fruits déformés : pollinisation incomplète

Gel : flétrissement et brunissement des feuilles, mort des plants

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

Rédaction : André Pedneault
Révision : Anik de Repentigny
Conception graphique :
Studio de design graphique,
Ville de Montréal

Les conseils terre-à-terre

Pour accroître la production des plantes potagères rouges, leur réserver les endroits les plus ensoleillés, augmenter comparativement leur fertilisation et les cultiver préférentiellement dès le printemps. Les pigments responsables de cette couleur doivent absorber plus de lumière que les pigments verts pour atteindre le même rendement photosynthétique.

Les légumes les plus riches en antioxydants sont, par ordre décroissant, la betterave, le chou frisé, le chou de Bruxelles, le brocoli, le poivron rouge et l'épinard.

Les épinards préfèrent les températures fraîches. Les planter fin juillet et début août plutôt qu'en mai facilite leur culture. Les feuilles qui subissent un léger gel ont bien meilleur goût. Les variétés à feuilles cloquées résistent mieux au gel que celles à feuilles plates.



**Jardins
communautaires**