



Artichaut violet du Roussillon

La carxofa del Rosselló

Cynara scolymus

L'artichaut est une plante potagère bisannuelle appartenant à la famille des Astéracées. Originaires du bassin méditerranéen, elle s'est bien implantée dans la petite région de la Salanque au nord du Roussillon.

BIENFAITS : c'est la plante protectrice du foie, elle stimule la régénération de ses cellules. C'est aussi un bon diurétique. Le suc de ses feuilles était utilisé contre les rhumatismes.

Période Semis & Plantation

Semis	d'intérieur en godet à la fin de l'hiver, à repiquer quand les plantules ont 2 feuilles : repiquage à l'automne suivant
Plantation	Ouilletons (drageons) : en mars/avril pour une récolte en été, en septembre/octobre pour une récolte au printemps
Exposition	Si possible, un endroit ensoleillé et abrité du vent
Sol	Exigeant, l'artichaut demande des sols riches, profonds, bien drainés
Récolte	5 mois après le semis, entre l'été et l'automne mais cela peut différer selon le climat et les conditions de culture. Chez nous on peut repiquer directement au potager à partir d'avril.

Ravageurs

Pucerons verts	Ces insectes sont responsables de la déformation des feuilles. Ils favorisent l'apparition de la fumagine.
Pucerons noirs	Ils provoquent des brûlures et favorisent l'apparition de la fumagine. Leurs piqûres peuvent transmettre des virus pathogènes.
Scutigérelle (Myriapode)	Elle s'attaque principalement aux racines.
Escargots	



Maladies

Oïdium : ce champignon provoque l'apparition de tâches jaunes sur la face supérieure des feuilles adultes et d'un feutrage blanc poudreux sur la face inférieure

Mildiou : sa présence se traduit par l'apparition de tâches brunes assez irrégulières sur les feuilles. Ces tâches sont en général accompagnées d'un duvet blanc sous les feuilles qui ressemble à de la moisissure

Graisse de l'artichaut : cette maladie provoquée par la bactérie *Xanthomonas cynarae* occasionne des taches huileuses devenant brunes sur les bractées.



Oïdium

Amb diners,
carxofes;
quant més,
més grosses



Traitements Bio préventifs / curatifs

L'aubergine est principalement attaquée par la verticilliose qu'on peut prévenir en instaurant de longues rotations.

Il n'existe pas de traitement curatif excepté le buttage (permet la formation de nouvelles racines) qui peut limiter les dégâts.



Auxiliaires

CONTRE LES PUCERONS	Coccinelles, syrphes, chrysopes et forficules L'hyménoptère <i>Aphidius colemani</i>
CONTRE LES ALEURODES	L'hyménoptère <i>Encarsia formosa</i> L'acarien <i>Amblyseius swirskii</i>

Plantes associées



Aubergine avec haricot, carotte, estragon, persil, soucis.

De plus il est conseillé d'utiliser le basilic pour ses caractéristiques répulsives des mouches et moustiques.

Paillage/arrosage

Il faut arroser fréquemment mais peu abondamment selon les besoins de la plante au début de la floraison : irrigation au goutte à goutte à conseillée.

Paillage obligatoire.

Aubergine

Alberginia

Solanum melongena

L'aubergine, plante potagère annuelle qui appartient à la famille des Solanacées, est considérée comme une plante thermophile, sa culture nécessite un climat très doux.

Originaire d'Asie méridionale, ce légume est très consommé dans nos régions méditerranéennes.



Période Semis & Plantation

Semis	Janvier - Février - Mars
Exposition	L'aubergine s'implante et pousse d'autant mieux que le climat est chaud. La température optimale pour sa culture est comprise entre 25 et 30 °C.
Sol	Profond, souple et drainé
Récolte	5 mois après le semis, entre l'été et l'automne mais cela peut différer selon le climat et les conditions de culture. Chez nous on peut repiquer directement au potager à partir d'avril.

Ravageurs	
Doryphores	S'ils sont présents dans l'environnement, ils peuvent attaquer les aubergines dont ils sont friands.
Pendant quelques jours après le repiquage, les jeunes plants sont sensibles aux escargots et limaces.	
Les parasites suivants sont surtout présents sous serre :	
Aleurodes ou mouches blanches	Elles s'attaquent aux feuilles en les piquant. Ces petits hyménoptères sécrètent un miellat porteur de fumagine (maladie fongique).
Pucerons	Ils provoquent la déformation des feuilles, et également l'apparition de fumagine
Punaises	Elles sont responsables du flétrissement des feuilles. Les boutons floraux fanent. On observe des coulures sur ces derniers.
Acariens tétranyques	leur présence se traduit par des piqûres sur les feuilles et aboutit au dessèchement de celles-ci.



Maladies

Verticilliose (*Verticillium dahliae*) : ce champignon, présent dans le sol, est responsable de la décoloration du feuillage et du flétrissement de la plante.

Mildiou : il s'attaque régulièrement à l'aubergine comme à d'autres solanacées. Il provoque de grandes taches irrégulières sur les feuilles.

Pourriture grise (*Botrytis cinerea*) : ce champignon opportuniste (il s'installe sur les plantes affaiblies) entraîne la décomposition des fruits (surtout sous serre).



Verticilliose sur Aubergine

De mala
albergínia,
mai bona
carabassa



Traitements Bio préventifs / curatifs

L'aubergine est principalement attaquée par la verticilliose : ins-taurer de longues rotations ou bien utiliser des plants greffés sur tomates dont certaines variétés sont résistantes. Il n'existe pas de traitement curatif excepté le buttage (permet la formation de nouvel-les racines) qui peut limiter les dégâts.

Contre les acariens : arrosage par aspersion de temps en temps (ils tombent au sol et meurent)



Auxiliaires

CONTRE LES PUCERONS	Coccinelles, syrphes, chrysopes et forficules L'hyménoptère <i>Aphidius colemani</i>
CONTRE LES ALEURODES	L'hyménoptère <i>Encarsia formosa</i> L'acarien <i>Amblyseius swirskii</i>

Plantes associées



Aubergine avec haricot, carotte, estragon, persil, soucis.

De plus il est conseillé d'utiliser le basilic pour ses caractéristiques répulsives des mouches et moustiques.

Paillage/arrosage

Il faut arroser fréquemment mais peu abondamment selon les besoins de la plante au début de la floraison : irriga-tion au goutte à goutte conseillée.

Paillage obligatoire.



Chou Bròquil


Brassica Oleracea var. italica

Le chou appartient à la famille des Brassicacées, plantes très riches en vitamines.

BIENFAITS : Il serait bon pour lutter contre le développement de certains cancers.

Période Semis & Plantation

	Variété d'été	Variété d'automne-hiver	Variété de printemps
Semis	Février en intérieur	Avril/juin à l'abri	Septembre/octobre en pleine terre.
Plantation	Repiquage définitif à au moins 6 feuilles en avril	Mi-mai/mi-août	Fertile et bien drainé
Récolte	À partir de juin (fleur principale). Les rejets latéraux donneront une deuxième récolte.	À partir d'octobre	Au printemps
Exposition	Mi-ombre dans une région comme la notre		
Sol	Frais, profond, humide et riche. A la plantation, espacer d'au moins 60 cm.		

Ravageurs	
Altise	 cet insecte s'attaque surtout aux plantules de cultures. De nombreux petits trous ronds peuvent correspondre aux morsures des altises
Piéride du chou	peut faire des dégâts
Mouche du chou	les larves s'attaquent aux racines provoquant le flétrissement puis la mort des jeunes plantes. De plus ces insectes peuvent être vecteurs de diverses maladies
Punaise terne	son attaque se traduit par la présence de lésions de couleur ocre à brune sur les tiges, les pétioles et les feuilles



Altise brocoli

Maladies

Mildiou :

Apparition de petites taches jaune brun, d'abord sur les feuilles inférieures et sporulation blanche grisâtre sur la face inférieure des feuilles infectées si les conditions climatiques sont fraîches et humides.

Bròquil i arengada,
menjar que a tots
agrada



Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Contre les altises** : pulvériser 2 fois par semaine avec une infusion d'absinthe ou de tanaïse concentrée sur le feuillage attaqué. Poudrage avec de la cendre de bois, des algues calcaires ou des poudres de roches à la rosée.
- Infusion de tabac, de tanaïse, de prêle, d'absinthe, pour une action insectifuge.
- Le *Bacillus thuringiensis* (Bt) contre la piéride et autres chenilles.
- Contre les punaises : lutte mécanique en ramassant les insectes. Traitement au pyrèthre naturel en cas de forte attaque.
- Rotation des cultures.



Infusion de tanaïse

Auxiliaires

CONTRE LES ALTISES	Les prédateurs naturels, comme certains oiseaux ou les crapauds
CONTRE LES MOUCHES DU CHOU	Le coléoptère <i>Staphylinus</i>

Plantes associées

► L'œillet d'Inde, le trèfle, la tanaïse, repoussent les femelles de la mouche du chou.

► **Associer le brocoli avec** aneth, betterave, camomille, capucine, céleri, concombre, cornichon, épinard, fève, haricot nain, menthe, oignon, origan, pois, pomme de terre, romarin, sauge, thym.

► **Association avec salades et épinards** contre les altises. Le genêt est également répulsif de l'altise.



Paillage/arrosage

Arrosage régulier afin de maintenir le sol humide, ne pas mouiller le feuillage afin d'éviter le développement de champignons.

Le paillage au pied des brocolis permet de maintenir le sol humide et ainsi éloigner les ravageurs comme les altises qui détestent l'humidité.



Carotte

Pastanaga

Daucus carota

La carotte est une plante bisannuelle appartenant à la famille des Apiacées (anciennement appelées ombellifères) cultivée pour sa racine pivotante. Originnaire d'Asie mineure, elle a évolué au fil des cultures et croisements jusqu'à présenter la chair et la couleur que nous lui connaissons aujourd'hui.

BIENFAITS : les aliments riches en caroténoïdes réduiraient le risque de souffrir de cancers et de maladies cardiovasculaires. La carotte était utilisée autrefois contre les brûlures et les plaies, contre les maladies de la gorge, la jaunisse (racines).

Semis & Plantation

Pour semer, la température du sol doit être comprise entre 10 et 30°C. La température optimale pour son développement se situe entre 5 et 20 °C.

Semis	En pleine terre de mars à juillet, récolte de juin à novembre. Par temps frais, la carotte peut mettre 15 à 20 jours pour lever. Les températures élevées rendent la levée difficile. Semis en plein champ de mars à juillet, récolte de juin à novembre.
Exposition	Ensoleillée
Sol	sablonneux, bien travaillé, mais ce légume pousse dans tout sol léger. Il est important d'adapter les variétés à la nature du sol (terre sableuse, argileuse...).

Ravageurs



Psylle de la carotte	cet insecte piqueur s'attaque principalement aux feuilles et aux bourgeons et provoque leur crispation
Mouche de la carotte	elle commence par se nourrir des racines de la plante puis creuse des galeries dans les racines, entraînant la pourriture des légumes attaqués

Maladies

L'alternariose :

La maladie se propage sous la forme de taches brunâtres entourées de jaune. Elle progresse et finit par provoquer le dessèchement du feuillage qui prend un aspect brûlé.

La Sclérotiniose de la carotte :

Sclerotinia apparaît sous la forme d'une pourriture molle du collet, associée à un feutrage blanc cotonneux sur les fruits.



Mouche de la carotte

Dégâts de la mouche de la carotte
source : <http://ephytia.inra.fr>

Per Santa Anna,
sembra la
pastanaga



Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Les purins** (par exemple purin d'absinthe et purin de lavande), le marc de café contre la mouche de la carotte
- **Pulvérisation d'une préparation à base de nicotine**, sans oublier d'asperger d'eau claire le lendemain pour lutter contre les psylles de la carotte
- **Pour éviter les maladies de la racine qui sont incurables**, réaliser des rotations diversifiées et ne pas revenir au même endroit avant 4 ans.
- **Semer un engrais vers avant la culture**, éviter les engrais azotés, semer clair en prévention de l'alternariose. En cas de forte attaque, traitement au cuivre.
- **Longues rotations**, pas d'excès de matières organiques, plantations espacées pour prévenir la sclérotiniose. Pulvériser une décoction de prêle en curatif.

Auxiliaires



CONTRE LES PARASITES	Les oiseaux. Le moineau commun, l'étourneau sansonnet et le rouge-gorge sont des prédateurs du psylle de la carotte.
CONTRE LES ALEURODES, COCHENILLES, PUCERONS	Les coccinelles
CONTRE LES LARVES DE MOUCHE	L'acarien <i>Macrocheles robustulus</i> ou le nématode entomopathogène <i>Steinernema feltiae</i>

Plantes associées



- **Association conseillée** : poireau, oignon, échalote, ail ou autres liliacées (repoussent la mouche de la carotte), tomate.
- L'aneth éloigne les pucerons éventuels. Le trèfle blanc nain favorise la présence de coccinelles qui maintiennent à distance les psylles.
- **Préserver les apiacées sauvages** à proximité du potager limite les invasions dans le potager !

Paillage/arrosage

Conserver le sol humide jusqu'à la levée puis arroser régulièrement.

Le paillage peut s'avérer utile pour conserver la terre fraîche mais peut être problématique avec les légumes racines car il peut attirer des rongeurs.



Chou fleur

El coliflor

Brassica oleracea var. botrytis

Le chou-fleur, de la famille des brassicacées, est une variété de chou. C'est une plante bisannuelle originaire du bassin méditerranéen.

Période Semis & Plantation

	Variété d'été-automne	Variété d'automne-hiver
Semis	Février/Mars	Avril/juin à l'abri
Plantation	Dès le printemps quand les plants ont 4 à 5 feuilles	En juillet-août
Récolte	De juillet à novembre	De novembre à mars
Exposition	Ensoleillée	
Qualité du Sol	Humide, frais et drainé. Plantations profondes, espacées de 70 cm, avec une bonne dose de compost !	

Ravageurs



Altises sur les semis et jeunes plants et punaises	cet insecte s'attaque surtout aux plantules de cultures. De nombreux petits trous ronds peuvent correspondre aux morsures des altises
Mouche du chou	elle provoque le flétrissement des feuilles et ralentit la croissance de la plante
Piéride du chou ou papillon blanc du chou	amateur de brassicacées sauvages (ex. moutarde des champs) et cultivées. Les chenilles se nourrissent des feuilles, on peut observer des perforations alimentaires sur celles-ci.
Puceron cendré du chou	il s'attaque aux feuilles, extrayant la sève, et ralentit ainsi la croissance de la plante

Maladies

Hernie du chou (en sol acide) :

Cette maladie est due à un champignon myxomycète de la famille des Plasmodiophoraceae qui s'attaque aux racines, provoquant la formation d'hernies et la pourriture des racines, et entraînant la mort de la plante.

Mildiou (plutôt rare) :

Le champignon apparaît sous la forme d'un feutrage blanc sur la face inférieure des feuilles et d'un jaunissement sur la face supérieure.

Verticilliose (plutôt rare) :

la maladie est due à un champignon présent dans le sol, qui pénètre la plante par la racine et bloque la circulation de la sève. Les feuilles sèchent et s'enroulent sur elles-mêmes.



Piéride du chou

Ser una coliflor :
ser pobre d'esperit



Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Purins de genêt ou de tomate** pendant la période de vol pour prévenir l'apparition de la piéride du chou
- **Solution à base de savon noir** pour lutter contre le puceron cendré du chou : pulvérisation au pyrèthre (ne pas confondre avec les pyrèthrinoides) en cas de très forte attaque.
- **Insecticide naturel** à base de *Bacillus thuringiensis* qui élimine les insectes (piérides, noctuelles)
- **Purin de gourmands de tomate ou purin d'ortie** sur la culture pour éloigner les ravageurs (piérides, pucerons)
- **Rotation des cultures** : ne pas le planter avant 4 ans au même emplacement. Si présence du champignon causant la hernie du chou, ne pas replanter de brassicacées pendant au moins 7 ans.
- **Chaux dans le sol contre la hernie** : le champignon se développe dans les sols acides

Auxiliaires

CONTRE LES PUCERONS	Coccinelles, Syrphes, chrysopes, forficules (perce-oreilles)
CONTRE LA MOUCHE DU CHOU	Staphylins et carabes (coléoptères)
CONTRE LA PIÉRIE DU CHOU	Syrphes



Syrphe



Chrysope

Plantes associées



► **Planter les différentes variétés de choux en alternance** avec laitues ou tomates contre les altises et mouches du chou. Semer du trèfle au pied du chou pour limiter les pontes et favoriser les prédateurs.

► **Association avec** l'aneth, l'artichaut, la blette, la betterave, la bourrache, la camomille, la capucine, la carotte, le céleri, le concombre, le cornichon, l'épinard, les fèves, les haricots nains, l'hysope, la laitue, la mâche, la menthe, l'œillet d'Inde, l'origan, le pois, la pomme de terre, le romarin, la sarriette, la sauge, le souci, le thym.

Paillage/arrosage

Arroser régulièrement

Si la culture est paillée, l'arrosage au goutte à goutte est conseillé.



Courgette

Carbassó

La courgette est une plante annuelle de la famille des Cucurbitacées, originaire d'Amérique centrale. La courgette est une plante monoïque c'est à dire que la même plante porte aussi bien les fleurs femelles que les fleurs mâles.

BIENFAITS : Elle est très riche en vitamines et pauvre en calories.

Période Semis & Plantation

Semis direct	Avril-juin
Plantation	Plants en mottes: de fin avril à mi-juillet
Récolte	La période de récolte a lieu environ 1 à 2 mois après les semis, en été jusqu'au début de l'automne

Ravageurs



La courgette ne connaît pas vraiment de ravageurs.

Les aleurodes	Parfois, plutôt sous tunnel, on observe des aleurodes. Elles favorisent la fumagine qui provoquent la chute des feuilles
Les pucerons	????
Les acariens	on observe l'apparition de minuscules tâches chlorotiques plus ou moins dispersées sur le limbe

Maladies

Oïdium :
champignon responsable de l'apparition de tâches blanches sur les feuilles

Botrytis :
Champignon à l'origine de l'apparition d'un feutrage gris sur les feuilles et les tiges. Les fleurs et les fruits prennent une couleur brune et se nécrosent.



Oïdium



Per l'Assumpció,
es planta la grana
del Senyor :
el carbassó

Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Contre l'oïdium** : poudrage à la fleur de soufre ? ou pulvérisation au soufre mouillable en préventif ; couper les feuilles atteintes
- **Décoction de racines d'orties ou d'oseilles** : (100 g de racines à faire tremper dans 1 l d'eau pendant 24h puis chauffer 30 min), ou traitement à base de lait (0,5 l de lait écrémé pour 4,5 l d'eau) à pulvériser hebdomadairement pour faire disparaître l'oïdium
- **Décoction de prêle ou d'ail** contre le botrytis, ou pulvérisation de talc qui dessèche le mycelium

Auxiliaires

CONTRE LES ACARIENS	<i>Feltiella acarisuga</i> et <i>Macrolophus caliginosus</i>
CONTRE LES ALEURODES	<i>Eretmocerus eremicus</i>
CONTRE LES PUCERONS	Les hyménoptères <i>Aphelinus abdominalis</i> , <i>Aphidius colemani</i> , <i>Aphidius ervi</i> , <i>Aphidoletes aphidimyza</i>

Plantes associées



► **Association** : bourrache, capucine, œillet d'inde, attireront les pollinisateurs.

► **Associer la plante avec** ciboulette, céleri, échalote, haricot, fève, petit pois, maïs, basilic, marjolaine.

Paillage/arrosage

La fréquence des arrosages doit être élevée, particulièrement en sols filtrants. L'irrigation au goutte à goutte est conseillée.

Un paillage composé des débris de végétaux de jardin (tonte de pelouse, feuilles) apportera tout au long de l'été fraîcheur et nourriture.



Fève

Fava

Vicia Faba

La Fève appartient aux Fabacées, une famille de plantes fixatrices d'azote atmosphérique *via* leurs racines.

Les fèves sont des légumineuses annuelles (famille des Fabacées), cultivées séculairement au proche et moyen-orient. La plante aime les terrains riches, argileux et frais. Avec ses cousines, elles ont la formidable particularité de fixer l'azote dans leurs nodules racinaires et de le restituer, elles servent donc d'engrais verts !

BIENFAITS : Les fabacées peuvent avoir quelques effets sur des maladies liées aux reins. La fève a des propriétés diurétiques, les fleurs en infusion calmeraient les douleurs rénales, les décoctions des gousses soigneraient les cystites et les calculs. Ce sont aussi d'excellentes sources de protéines.

Période Semis & Plantation

Semis	Semer directement en place du mois de février à avril (d'octobre à novembre si l'on profite d'un climat doux comme le notre).
Exposition	Préfèrent un endroit protégé
Sol	Terre riche, mais poussent dans tout sol bien travaillé et drainé
Récolte	La période de récolte a lieu environ trois à quatre mois après les semis soit à partir de mai-juin. Les semis d'automne donneront des fèves plus précoces, susceptibles d'être moins envahies par les pucerons.

Ravageurs



Les acariens	Ils occasionnent par temps sec un rapide dessèchement des feuilles.
Les pucerons noirs de la fève (<i>Aphis Fabae</i>)	Ils peuvent apparaître plus tardivement provoquant un dessèchement des feuilles sans réellement mettre en péril la culture.

Maladies

La rouille :

champignon responsable de l'apparition d'auréoles rougeâtres sur la face supérieure des feuilles ; sur la face inférieure on trouve des petites pustules poudreuses de couleur beige à brun

L'antracnose (plus rarement) :

champignon responsable de l'apparition de tâches rondes et brunes bien délimitées



Pucerons sur fève

Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Pulvérisation** de purin d'ortie sur le sol pour prévenir la rouille.
- **Pulvérisation** du purin d'ortie, **décoction** de prêle, décoctions d'ail, purin de consoude pour lutter contre l'antracnose.
- **Rotation des cultures** : attendre trois ou quatre ans avant de semer des fèves au même emplacement.

*Les faves d'abril,
les vull per a mi;
les faves de maig,
per al meu cavall*



Auxiliaires

CONTRE LES PUCERONS

Les coccinelles, syrphes, chrysopes, l'hyménoptère *Aphidius colemani*



Plantes associées



- **Association avec** aubergine, carotte, céleri, chou, épinard, fraisier, laitue, maïs, navet, pomme de terre, radis, soucis.
- Basilic, phacélie, aneth entre chaque ligne pour prévenir l'invasion des pucerons

Paillage/arrosage

Il faut arroser pendant les phases correspondant au début de la ramification, la floraison, et le remplissage des gousses.

Il est déconseillé d'irriguer la culture pendant les deux premières semaines qui suivent le semis, vu qu'un excès d'eau à ce stade réduit la croissance de la plante et augmente les risques de pourriture des racines.



Haricot

Mongeta

Phaseolus vulgaris L.

Le Haricot est une plante annuelle de la famille des Fabacées, plantes fixatrices d'azote (travail effectué en symbiose avec des bactéries formant des nodules sur les racines des plantes) et qui enrichissent donc le sol sur lequel elles poussent !

Cette légumineuse est originaire d'Amérique centrale (Mexique, Pérou et Colombie).

Période Semis & Plantation

Semis	Le semis de haricots se fait directement au potager au printemps et en été.
Exposition	Soleil
Sol	Léger, pas trop humide
Récolte	La période de récolte a lieu deux mois et demi à trois mois après le semis.

Ravageurs	
Les acariens ou « araignées rouges »	apparition de taches blanchâtres sur le feuillage
Les mouches grises des semis (<i>Delia platura</i>):	dégâts sur les plantules et pourriture du végétal
Les escargots et les limaces	ils peuvent détruire complètement les plantules
Les bruches du haricot (charançons)	ce sont de petits insectes qui hivernent à l'intérieur des graines. Ils peuvent se multiplier dans les locaux de stockage



Maladies

L'antracnose du haricot :
cette maladie est due à un champignon filamenteux qui provoque des nécroses sous forme de taches noires sur les feuilles

La graisse du haricot, due aux bactéries *Pseudomonas syringae* et *Xanthomonas campestris*
provoquent l'apparition de taches huileuses de couleur jaune-orangé sur les feuilles



Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Les macérations d'orties** sont de bons insectifuges (pucerons et acariens).
- **Les perce-oreilles se nourrissent de pucerons et d'acariens.** Ils aiment l'obscurité et l'humidité (ex : des pierres plates, des pots remplis d'herbe coupée... peuvent favoriser leur présence)
- **Arroser régulièrement, pailler**, pour maintenir une hygrométrie suffisante pour éviter la présence des acariens..
- **Pulvériser de l'essence de pin** comme répulsif contre les mouches grises des semis.
- **Entreposer les graines destinées au semis au congélateur** pour éviter la présence des bruches du haricot, ou les conserver avec des bourgeons d'ail dans des récipients hermétiques.
- **Éviter les apports d'azote excessifs**
- **Rotation de cultures**

La bona mongeta
vol aigua al matí
i aigua al bullir
Quan canta el
rossinyol,
planta el fesol



Auxiliaires

CONTRE LES BRUCHES DU HARICOT	L'acarien <i>Pyemotes ventricosus</i>
CONTRE LES ACARIENS PHYTOPHAGES (ARAIGNÉES ROUGES), LES THRIPS, LES COCHENILLES, LES PUCERONS	Les acariens phytoséiides
CONTRE LES ESCARGOTS	Les oiseaux, crapauds, orvets, hérissons, scarabées

Plantes associées



► **Association avec** aubergine, carotte, céleri, chou, épinard, fraisier, laitue, maïs, navet, pomme de terre, radis, soucis.

► Menthe, oseille, asperge, romarin sont les hôtes de plusieurs espèces de phytoséiides.

Paillage/arrosage

La plante n'aime pas l'humidité, arroser lorsque le sol est sec.

Oignon de Toulouges

Ceba

Allium cepa L.

L'oignon appartient à la famille des Liliacées, famille dans laquelle on retrouve plusieurs plantes à bulbes très appréciées en cuisine. L'oignon est un incontournable du potager ! Dans les Pyrénées-Orientales, on trouve l'oignon de Toulouges, une variété spécifique de la plaine roussillonnaise des alentours de Toulouges. Il se caractérise par sa couleur rouge violacée et sa chair douce.



Période Semis & Plantation

Semis	Le semis de haricots se fait directement au potager au printemps et en été.
Plantation	de mars à avril
Récolte	à partir de juillet
Exposition	Plein soleil
Sol	Mélange terre de jardin et sable

Ravageurs



La mouche de l'oignon	sa présence entraîne la pourriture des feuilles facilitant la pénétration de pathogènes
Les Thrips	les piqûres des larves finissent par jaunir et assécher les feuilles, provoquant le flétrissement de la plante

Maladies

Botrytis

son attaque se traduit par l'apparition de tâches de couleur blanc-jaune sur toute la feuille

Mildiou (plus rarement) :

ce champignon provoque l'apparition de tâches jaunes ou blanches, puis légèrement grisâtres.



Mouche de l'oignon

Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Les macérations** d'ail, de tomate ou de tanaisie afin d'éloigner la mouche de l'oignon.
- **Macération** huileuse à l'ail contre le mildiou ou le botrytis
- **Traitement curatif contre le thrips** : pulvériser une solution concentrée de savon noir additionnée d'alcool à brûler
- **Rotation de cultures** (3 à 5 ans, incluant les autres alliées)

Auxiliaires

CONTRE LES LES THRIPS	Des punaises prédatrices comme <i>Macrolophus caliginosus</i> Pour favoriser leur présence, laisser en hiver de la végétation pour accueillir œufs ou adultes (bandes enherbées, haies, coin du jardin laissé en friche).
CONTRE LA MOUCHE DE L'OIGNON	Le coléoptère <i>Aleochara bilineata</i>

Plantes associées



► **Association avec** la carotte afin d'éloigner la mouche de l'oignon et les thrips.

► On peut associer l'oignon avec la blette, la betterave, le concombre, le cornichon, l'échalote, le poivron, le fraisier, la mâche, la laitue, la tomate, le chou-fleur et le brocoli.

Paillage/arrosage

Ne pas arroser.

Les oignons redoutent les excès d'eau et pourrissent facilement.

Pas de matières organiques fraîches.



Pomme de Terre

Trufa, trumfa, patana

Solanum tuberosum L.

La pomme de terre appartient à la famille des Solanacées. C'est un des tubercules les plus nutritifs donc un des plus cultivés (elle pousse quasiment sous tous les climats).

Dans le département, on connaît bien la Pomme de Terre Béa, une variété primeur spécifique du Roussillon. Sa chair est jaune pâle, sa peau très lisse. En bouche sa saveur est légèrement sucrée et sa texture fondante. Elle a reçue le label AOC pomme de terre primeur du Roussillon.

Période Semis & Plantation

Plantation	Planter les tubercules germés en mars
Récolte	La récolte se fait de mai à juillet
Exposition	Soleil, mi-ombre
Sol	Fertile, travaillé, drainé

Ravageurs



Les doryphores	les larves comme les adultes se nourrissent des feuilles des solanacées (tomates, aubergines...)
-----------------------	--

Maladies

Le Mildiou

Ce champignon provoque à l'intérieur des tubercules l'apparition de tâches brunes. Sur la face inférieure des feuilles on note l'apparition d'un duvet blanc et de tâches brunes sur la face supérieure.

L'alternariose (plus rarement)

Cette maladie fongique entraîne l'apparition de taches brunes bien délimitées sur les feuilles, et sur les tubercules des tâches brunes déprimées.



Doryphore

Traitements Bio préventifs / curatifs

- **En curatif contre les larves de doryphores** : lutte mécanique par ramassage dès les 1ères apparitions de larves, pulvérisation d'une macération huileuse aux épices (curry fort, massalé fort, ras el Hanout...), huile essentielle de lavande ou *Bacillus thuringiensis* var. tenebrionis.

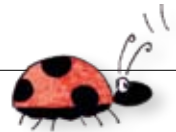
En cas de forte attaque, pulvérisation au pyrèthre (extrait de fleurs séchées, à ne pas confondre avec les pyrèthroïdes qui sont des produits de synthèse) à renouveler à 2 jours d'intervalle.

- **Décoction d'ail ou de prêle** en préventif contre l'alternariose.
- **Rotation des cultures.**
- **A l'arrosage** éviter les éclaboussures qui favorisent le développement des maladies cryptogamiques.

Auxiliaires

CONTRE LES LARVES DES
DORYPHORES

Les carabes



Plantes associées



- **Association avec** : l'ail, le céleri, les asperges, le chou, les fèves, les haricots, les pois ou autres fabacées.
- Planter du lin, de la coriandre, des œillets d'inde, des pétunias, qui éloignent les doryphores. La capucine est aussi une bonne compagne, elle tient à distance les doryphores.

Paillage/arrosage

- Les pommes de terre ne sont pas exigeantes en eau. Ne les arroser que si le printemps est sec.
- Paillage recommandé.



Petits pois

Pèsol

Pisum sativum

Le petit pois est une plante annuelle appartenant à la famille des Fabacées (fixatrices d'azote, elles en feront profiter leurs voisines, surtout à partir de la floraison. Cette légumineuse est originaire de l'Europe du Sud.

Période Semis & Plantation

Semis	De février à avril
Récolte	3 à 4 mois après
Sol	Léger, profond, meuble, frais
Exposition	Mi-ombre à ensoleillée. Le petit pois n'aime pas le soleil direct trop brûlant.

Le doux climat catalan permet aussi des semis d'octobre à novembre pour une récolte à partir d'avril.

Ravageurs

La tordeuse du pois	les chenilles consomment les graines
Les Thrips	leur attaque se traduit par des piqûres alimentaires provoquant des arrêts de croissance et un dessèchement des feuilles
Le sitone du pois	petit coléoptère qui dévore le limbe des feuilles
Les pucerons verts du pois	ces insectes s'attaquent principalement aux feuilles. Ils sont aussi vecteurs de maladies virales



Un punaise pédatrice se nourrissant de Thrips !

Maladies

L'oïdium est la maladie la plus répandue du pois.

La rouille du petit pois : champignon responsable de l'apparition de pustules marron à noires particulièrement sur la face inférieure des feuilles. La maladie entraîne une baisse de rendement.

Per Santa Creu
faves i pèsols a tot
arreu



Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Le soufre contre l'oïdium** en cas de conditions favorables (temps chaud et humide).
- **L'huile essentielle** de Crysanthemum vulgare thujoniferum contre la rouille.
- **Des infusions d'absinthe et de tanaisie** en prévention des sitones du pois
- **Des macérations huileuses à l'ail** comme insecticide et insectifuge (pucerons, acariens...), comme fongicide notamment contre la rouille.
- **Rotation minimale** : occupation du sol tous les 4-5 ans.

Auxiliaires



CONTRE LES THRIPS	Les mésanges
CONTRE LA TORDEUSE DU POIS	Le moineau commun
LA CHENILLE DE LA TORDEUSE DU POIS	Les trichogrammes, insectes hyménoptères
CONTRE LES PUCERONS	La coccinelle, les perce-oreilles

Plantes associées



- **Association avec** : carotte, céleri, choux, concombre, laitue, mâche, navet, pomme de terre, radis.
- La moutarde attire les syrphes, dont les larves sont de grandes amatrices de pucerons.

Paillage/arrosage

Au début l'arrosage doit être limité afin de favoriser l'apparition des fleurs et non du feuillage. Après la floraison, arroser abondamment pour que les graines se développent. Ensuite, arrosage régulier mais sans excès pour éviter les maladies cryptogamiques.

Un léger paillage végétal est conseillé pour maintenir l'humidité, apporter de la matière organique et empêcher la pousse des mauvaises herbes.



Poireau

Porro - ceballot

Allium porrum L

Le poireau est une plante vivace par son bulbe, mais cultivée comme une annuelle, appartenant à la famille des liliacées. Originaires d'Europe Méridionale et du Moyen orient (cultivé en Mésopotamie et en Egypte), c'est une plante très rustique qui supporte bien le froid de l'hiver.

BIENFAITS : employé pour les soupes, il a des qualités diurétiques. Autrefois, l'eau de poireau, bien sucrée et réduite au 2/3, calmait la coqueluche. Le suc de poireau frais calmait les voies respiratoires (laryngite, bronchite). On coupait également sa tête pour la frotter sur les piqûres venimeuses pour calmer la douleur et faire désenfler.

Période Semis & Plantation

Semis	Mi-mars
Plantation	Mi-juin à mi-juillet
Récolte	de septembre à mai

Maladies

La rouille de poireau

ce champignon est responsable de l'apparition de pustules orangées sur les feuilles..

Mildiou

le champignon cause des lésions foliaires sous forme de tâches allongées livides puis blanchâtres souvent situées à la marge des feuilles.



Ravageurs	
Les Thrips	les piqûres provoquent des jaunissements et la déformation des feuilles
La teigne du poireau (petit papillon)	les larves creusent des galeries dans le feuillage qui se déchire, et parfois dans le cœur. La plante finit par dépérir.
La mouche mineuse du poireau	elle pique les feuilles, se nourrit de leur sève et y dépose ses œufs (avril). Les piqûres alimentaires décolorent les feuilles. Les larves creusent des galeries, affaiblissant la plante. Les feuilles se ramollissent et se déforment.



Teigne du poireau

Alls i ceballot
volen vi fort.



Traitements Bio préventifs / curatifs

- **En curatif contre la teigne (ou ver) du poireau** pulvériser une infusion de rhubarbe (700 g pour 5l d'eau, chauffer et laisser reposer 24h). Cette préparation est aussi un excellent répulsif des pucerons. Également efficace contre la teigne, des pulvérisations de purins de tomates ou d'absinthe, ou d'infusion de tanaisie.
- **L'arrosage par aspersion** permettant de maintenir noyée la base des feuilles empêche de développement des larves de thrips.
- **Purin de sureau** (macération pendant 48h de 100g de fleurs, feuilles, tiges, fruits hachés pour 1l. d'eau) **contre les thrips.**
- **Contre la rouille** : choix de variétés résistantes, peu de fertilisation, ne pas semer trop dense. Pas de moyen curatif.
- **Rotation des cultures.**

Auxiliaires

CONTRE LES THRIPS

Le moineau commun

Plantes associées



- **L'association poireau/carotte est reconnue** : les liliacées repoussent la mouche et les pucerons de la carotte. Carotte ou céleri (apiacées) éloignent les teignes du poireau.
- Association avec la laitue, le maïs, la mâche, l'oignon, le chou, l'artichaut, les fraisiers, les blettes, les tomates, les pommes de terre. Semer du trèfle à la volée entre les rangs permet de faire baisser les populations de thrips.

Paillage/arrosage

N'arroser qu'en cas de fortes chaleurs, pailler les pieds pour conserver l'humidité.



Poivron

Pebrot

Capsicum annuum L

Plante annuelle appartenant à la famille des Solanacées, le poivron est connu pour sa saveur douce et plus ou moins piquante et employé pour relever le goût des sauces. Il est originaire du Mexique et d'Amérique centrale où il est domestiqué depuis au moins 5000 ans.

Période Semis & Plantation

Semis	Semer dès janvier (en godets en intérieur).
Plantation	D'avril à juin
Récolte	En été, 5 à 6 mois après le semis. Elle peut s'échelonner jusqu'en octobre.
Exposition	Ensoleillée
Sol	Riche, léger, et bien drainé

Ravageurs



Les Thrips	ils provoquent la déformation des feuilles qui finissent par sécher. La croissance de la plante est ralentie.
Les mouches blanches sous serres (aleurodes)	elles provoquent une décoloration et une déformation des feuilles infestées, pouvant entraîner le dépérissement de la plante. Leur miellat entraîne aussi le développement de la fumagine.
Les chenilles	elles se nourrissent des feuilles et des fruits

Hormis sous serre, le poivron ne connaît pas vraiment de maladie ou ravageurs importants.

Maladies

L'oidium :

entraîne le développement d'un feutre blanc sur la face inférieure des feuilles et parfois l'apparition de plaques jaunes sur la face supérieure. Les feuilles jaunissent entièrement et tombent au sol.

La tache bactérienne :

Elle est provoquée par la bactérie *Xanthomonas campestris* : apparition de taches sur les feuilles, les tiges et les fruits.



Tache bactérienne sur poivron

Sant Nin i Sant Non,
pebrots i tomàquets



Traitements Bio préventifs / curatifs

- **Pulvérisation de purin de prêle (25g/l)** : dilution à 10 % en préventif contre l'oïdium
- **Infusion de sauge officinale** (feuilles et fleurs fraîches, 100g/l) en fongicide contre mildiou et oïdium. Pulvériser après dilution à 20 %.
- **Les bactéries** peuvent survivre dans les résidus végétaux : alterner dans la rotation des cultures avec des espèces non-hôtes. Les poivrons ne doivent pas être cultivés avant trois ou quatre ans au même emplacement.

Des plantes soumises à des stress ou des cultivars hâtifs souffrent plus de maladies bactériennes...

Auxiliaires

CONTRE LES THRIPS

Des punaises prédatrices comme *orius insidiosus* ou *orius laevigatus*, aussi appelées punaises-pirates

Plantes associées



► **Association avec** : le chou, l'œillet d'inde, la rose d'inde, l'aneth, le basilic, la bourrache, la capucine, le trèfle, la carotte, la marjolaine, l'origan, le haricot.

Paillage/arrosage

Arrosages modérés mais réguliers. Le sol ne doit pas jamais sécher complètement : paillage ou système de goutte à goutte bien pratiques.



Salade Enciams

Laitues, batavias, chicorées... Ces plantes annuelles occupent une place importante dans le potager car elles sont assez simples à cultiver ! Ce nom vient de la manière dont on les accommode pour les manger... Au sel !

BIENFAITS : les salades favorisent la digestion (elles provoquent la sécrétion de la salive et du suc gastrique). Le suc des laitues était utilisé en médecine comme sédatif, ou contre les bronchites, la toux, la coqueluche...

Période Semis & Plantation

	Variété de printemps	Variété d'été	Variété d'hiver
Semis	En février/mars	En mai/juin/début juillet	En août / septembre
Récolte	En mai/juin	De juillet à septembre	De janvier à mars
Exposition	Ensoleillée et mi-ombre		
Sol	Ordinaire. Elles n'aiment pas l'excès d'azote et les sols trop acides ou salés. Espacer les plans de 30 cm (éclaircissement quand elles atteignent 4-5 feuilles).		

La récolte a lieu environ 6 semaines après le semis.

Ravageurs



Limaces et escargots	les feuilles sont perforées et on peut noter la présence de bave
Pucerons	ces insectes provoquent l'affaiblissement de la plante
Noctuelles terricoles	elles vivent dans le sol, à la différence des noctuelles défoliatrices. Elles mangent les racines, le collet et la base des jeunes tiges.



Maladies



Botrytis sur salade

Mildiou :
Apparition des taches jaunes puis brunes sur la face supérieure de la feuille tandis que la face inférieure présente un duvet blanc.

Botrytis : pourriture grise sur la plante
Rhizoctonia : lésions et pourriture des nervures des feuilles puis pourriture du collet
Sclérotinia : fonte des semis et pourriture du collet de la plante
Les chicorées d'hiver (frisées, scaroles) sont moins sensibles aux maladies que les laitues.

Traitements Bio préventifs / curatifs

- Éviter l'arrosage par aspersion
- **Maladies cryptogamiques** : un bon espacement entre les cultures évite que les plants ne se contaminent entre eux. Supprimer les parties atteintes.
- **Raisonner les fumures azotées** favorables au champignon botrytis.
- **Rotation des cultures.**
- **Utiliser des traitements à base de *Bacillus thuringiensis*** efficaces sur jeunes larves de noctuelles.

Darrere l'enciamet,
un bon traguèt.
Val més menjar
enciam que patir
fam.



Auxiliaires



CONTRE LES NOCTUELLES TERRICOLES

Les merles et corneilles

CONTRE LES PUCERONS

La coccinelles

Plantes associées



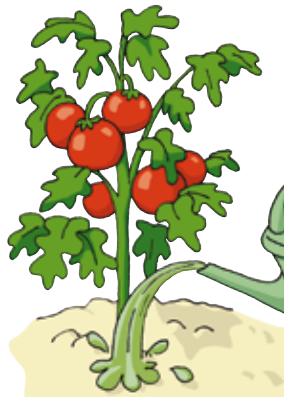
► **Association avec** des plantes aromatiques pour éviter la présence des ravageurs, par exemple le fenouil afin d'éloigner les limaces, l'absinthe et la tanaïse pour éloigner les noctuelles terricoles.

► **Association avec** : échalotes, ail, oignons, betterave, carottes, cornichons, thym, soucis, radis.

Paillage/arrosage

Arroser régulièrement, autour de la salade sans mouiller le feuillage.

Le paillage assez épais peut être installé quand les plants sont suffisamment développés.



Tomate

Tomàquet

Solanum lycopersicum L.

La tomate est une plante de la famille des Solanacées, sensible au froid, vivace sous climat chaud, généralement cultivée annuellement. Originaires du nord-ouest de l'Amérique du Sud, la tomate est devenue un élément incontournable de la gastronomie de nombreux pays, et tout particulièrement dans le bassin méditerranéen.

Semis & Plantation

Le semis de tomate doit commencer à la fin de l'hiver, vers la mi-mars, à des températures comprises entre 18-20°.

Plantation	dès le mois de mai (laisser passer les Saints de glace)	Mamert, Pancraç, Servaci, els sants de gel !
Exposition	présente surtout sur la tige, elle favorise l'apparition de fumagine	
Sol	fertile et bien drainé	
Récolte	en général 4 à 5 mois après le semis, à partir de la mi-juillet et peut aller jusqu'à la fin de l'automne si le climat le permet.	

Ravageurs	
Mouche mineuse	responsable de piqûres chlorotiques sur le limbe
Punaïse	les piqûres provoquent de minuscules taches ponctiformes
Thrips	les folioles affectées ont tendance à se décolorer ou prennent une teinte terne
Acarïens	ils s'attaquent principalement aux feuilles, leur présence se traduit par de minuscules taches chlorotiques



Maladies

Mildiou :

le champignon s'attaque d'abord aux feuilles (présence de petites taches jaunes puis brunes), puis aux tiges (grandes taches brunes irrégulières). Les fruits peuvent également être touchés et présenter des marbrures brunes.

Alternariose :

peut être confondue avec le mildiou. Tâches jaunes puis brunâtres. Pour les différencier => les feuilles âgées sont attaquées en premier (foliole et pétiole)

Nécrose apicale (Cul noir) :

due à une carence en calcium, pas forcément absent dans le sol mais dont la plante ne bénéficie pas à cause d'un arrosage trop irrégulier => alternance de période de disette et d'excès d'éléments nutritifs.



Tomàtecs,
peix i aigua,
la vida enlaire



Traitements Bio préventifs / curatifs

CONTRE LE MILDIOU

- Ne pas replanter dans une plante-bande infestée l'année précédente
- Espacer largement les plantes (60-70cm)
- Bouillie bordelaise, fongicide à base de sulfate de cuivre et de chaux. Dose à respecter comprise entre 10 et 20g par litre d'eau à pulvériser quand les conditions climatiques deviennent favorables au champignon. Inutile en curatif mais une pulvérisation peut limiter son développement.
- Purin d'ortie ou décoction de prêle au pied de la plante ou lait dilué à 10 % en préventif
- Mélange de Bicarbonate de Soude et de savon noir en curatif (1 c. à café de chaque dans 1 L d'eau)

EN PRÉVENTION ET CONTRÔLE DU DÉVELOPPEMENT DES INSECTES SUR LA TOMATE

- Enlever et détruire les débris végétaux et les résidus de culture
- Décoction de tabac contre les acariens
- En préventif ou curatif contre les punaises, les thrips, mineuses et autres insectes : l'huile de neem (margousier). Diluer à 0,5 % dans de l'eau en préventif et 2 % en curatif.

Et toujours, contre les maladies cryptogamiques : rotation des cultures, arrosage au pied, destruction des premières feuilles atteintes, pas d'engrais chimique pouvant rendre les tissus plus sensible aux champignons

Auxiliaires

CONTRE LA MOUCHE MINEUSE

Les hyménoptères *Dacnusa sibirica* et *Diglyphus isaea* ainsi que la punaise *Macrolophus caliginosus*

Plantes associés

- Les légumineuses enrichissent le sol en azote donc les associer à des plantes comme la tomate ou les cucurbitacées, qui ont besoin de cet apport, est conseillé. L'odeur forte des aromatiques à feuillage, ainsi que des Alliées (ail, échalote, oignon, poireau) peut créer des confusions olfactives qui perturbent les ravageurs.
- **Associer la tomate avec :** asperge, carotte, céleri, concombre, poivron, haricot, menthe, oignon, persil, basilic, soucis, oeillets, lavande, capucines.



Paillage/arrosage

Les tomates sont gourmandes en eau, presque un arrosage par jour, moins si on a bien paillé le sol. Arroser profondément à chaque arrosage (pour que les racines s'enfoncent plus profondément).