

Les soins du Dr Desjardins

À surveiller en septembre et en octobre

Au cours de l'automne, des insectes et des maladies peuvent encore nuire aux cultures.

Ravageurs

Cécidomyie du chou-fleur, fausse arpeuteuse du chou, fausse teigne des Crucifères, limace, mouche de la carotte, mouche du chou, perce-oreille, piéride du chou, punaise terne, puceron, pyrale du maïs, tétranyque.

Maladies parasitaires

Alternariose (tomate, concombre, cornichon, melon), anthracnose (tomate), blanc, mildiou (tomate, crucifères), rhizoctonie (carotte).

Maladies non parasitaires

Carence en calcium : brûlure de la pointe (chou chinois, laitue, oignon)

Gel

Consultez votre animateur horticole pour définir le problème et connaître les méthodes de prévention et de contrôle.

Les conseils terre-à-terre

Les melons et les cantaloups sont prêts à cueillir lorsque la coloration du fruit change, la densité augmente, le point d'attache à la tige cerne, la feuille correspondant au fruit flétrit et lorsque le fruit dégage son parfum caractéristique.

Dessinez le plan de votre jardinet avant la fin de la saison pour faciliter les rotations l'an prochain.

Profitez de la saison hivernale pour parfaire vos connaissances.

Rédaction : André Pedneault
Révision : Michèle Cloutier
Conception graphique : Studio de design graphique, Ville de Montréal

La Feuille de chou

est une publication des directions de la culture, des sports, des loisirs et du développement social d'arrondissements à l'intention des membres des jardins communautaires de la Ville de Montréal.



Jardins
communautaires
Montréal

Design graphique et impression : Ville de Montréal, Centre d'impression numérique et de communications visuelles 07.65.030-1 (08-2005)

La Feuille de chou

SEPTEMBRE-OCTOBRE 2005

La Table interarrondissements

La gestion du programme des jardins communautaires est sous la responsabilité de chacun des arrondissements. La majorité des arrondissements qui possèdent des jardins communautaires se sont tout de même regroupés pour constituer la Table interarrondissements du programme des jardins communautaires.

Cette table se veut avant tout un lieu d'échange, de soutien et de développement pour les responsables du programme des jardins communautaires des arrondissements participants. Elle permet notamment d'élaborer des politiques communes, d'offrir des services de qualité à moindre coût, d'évaluer les besoins, d'effectuer des transferts d'information et d'expertise et de prendre position sur l'orientation et le développement du programme municipal.

Parmi les dossiers traités, citons, par exemple, la production de *La Feuille de Chou*, le recrutement d'animateurs horticoles, le programme informatique de gestion des inscriptions et la mise à jour du *Cahier de gestion du programme des jardins communautaires*.

La Table est composée d'un représentant de chaque arrondissement et des animateurs horticoles.

Bonne fin de saison !



Dans la corbeille La betterave potagère	2
Méli-Mélo Comment lire un catalogue de semences	5
Vie communautaire Les responsabilités des jardiniers	6
Aux petits oignons Tout un gaspillage de terre!	6
Les cendres de bois	7
Les soins du Dr Desjardins	8
Les conseils terre-à-terre	8

Dernier rappel

Vous avez changé d'adresse?
N'oubliez pas de transmettre vos nouvelles coordonnées au bureau de votre arrondissement, soit par lettre ou par télécopieur, ou au comité de votre jardin communautaire.

Montréal

Dans la corbeille

La betterave potagère

Beta vulgaris var. esculenta

Origine

La betterave potagère est une plante bisannuelle cultivée pour sa racine pivotante charnue, qui se développe au cours de la première année, et pour son feuillage. La betterave sucrière, quant à elle, est cultivée pour en extraire le sucre, comme son nom l'indique.

La betterave potagère provient d'une plante appelée *betterave maritime*. Cette espèce croissait notamment sur les côtes méditerranéennes et atlantiques de l'Europe.

Les variétés actuelles ont surtout été sélectionnées par les Italiens au cours du dix-neuvième siècle. Auparavant, les racines de betterave ressemblaient plutôt à des carottes.

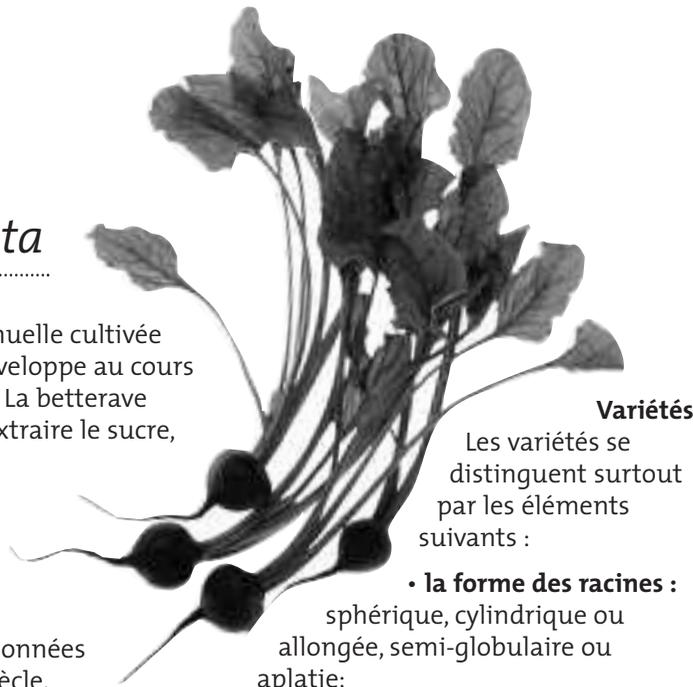
Caractéristiques

La betterave potagère appartient à la famille des Chénopodiacées. C'est un légume-racine à croissance rapide, facile à cultiver, tendre et savoureux.

La pigmentation rouge pourpre des variétés les plus communes est due à la bétacyanine, un pigment azoté très soluble dans l'eau. Ce pigment sert, entre autres, de colorant alimentaire.

Le fruit, un polyakène, sert de semence. Il peut contenir jusqu'à cinq graines. L'éclaircissage s'avère donc obligatoire sauf pour les variétés à un seul germe sélectionnées pour la production commerciale, comme la très douce 'Solo' (Stokes) et la 'Moneta' (William Dam Seeds).

Certaines variétés comme la Bull's Blood (Terra Edibles, West Coast Seeds, William Dam Seeds) et la Green Top Bunching (Stokes) sont spécialement développées pour la production de feuillage, ce dernier étant d'ailleurs plus nourrissant que la racine.



Variétés

Les variétés se distinguent surtout par les éléments suivants :

- **la forme des racines :** sphérique, cylindrique ou allongée, semi-globulaire ou aplatie;
- **la coloration :** rouge, rose, jaune, blanche, bicolore;
- **l'utilisation :** consommation fraîche, conservation, feuillage.

La plus connue des variétés à **racines sphériques**, la 'Detroit Dark Red' (William Dam Seeds, OSC Seeds), fut introduite à la fin du dix-neuvième siècle. Cette betterave rouge, de grosseur moyenne et uniforme, convient pour la production principale, les conserves et la congélation.

La 'Red Ace Fi' (OSC Seeds, Park's Seeds, West Coast Seeds,) est une betterave sphérique à la chair rouge demeurant tendre à maturité. Ses belles feuilles aux nervures rouges résistent à la cercosporose, tout comme celles de la Kestrel (Stokes, West Coast Seeds).

Aux petits oignons

Les cendres de bois

Les cendres de bois sont reconnues pour leur valeur fertilisante. Elles renferment des teneurs élevées en calcium et en potassium. Elles contiennent également du phosphore, du soufre et de nombreux oligo-éléments en faibles quantités.

Les concentrations en minéraux varient selon les essences de bois. Les cendres de bois francs sont généralement plus riches que celles des conifères.

Pouvoir neutralisant

La cendre de bois peut remplacer la chaux pour relever le pH du sol. Son pouvoir neutralisant équivaut à 67 % de celui de la chaux, car les cendres renferment moins de carbonate de calcium. Toutefois, le pH de la chaux est d'environ 8,3 tandis que celui de la cendre de bois oscille autour de 12.

De plus, une partie de la cendre de bois se dissout rapidement dans l'eau. Elle entraîne donc dans le sol une réaction alcaline à court terme qui peut avoir des effets désastreux sur les organismes vivant dans le sol et sur la croissance des végétaux.

Composition chimique moyenne de la cendre de bois (%)¹

Silicium	1,38-17,67
Calcium	0,77-13,6
Potassium	2,0-3,2
Fer	0,234-3,1
Magnésium	0,07-1,39
Phosphore	0,24-1,1
Manganèse	0,68-0,78
Soufre	0,006-2,6
pH	11-12,5
Humidité	4,7-12,3

¹ : Centre québécois de valorisation de la biomasse, 1989.



Utilisation

Les cendres de bois seront appliquées au printemps et non en automne. Un maximum de 2 kg sera épandu uniformément sur toute la surface d'un jardinet de 18 m² de surface puis incorporé au sol.

Il est aussi possible d'en appliquer légèrement sur le sol au cours de la saison, notamment autour des oignons et des betteraves, qui sont avides de potassium, et pour corriger une carence en calcium chez les tomates (pourriture apicale) et les salades (brûlure de la pointe), par exemple.

Pour extraire 5 % de son pouvoir chaulant, il s'agit de faire tremper un maximum de 200 ml de cendre de bois par litre d'eau durant trois jours. Cette préparation permettra d'obtenir un effet rapide. L'eau claire flottant au-dessus des cendres est appliquée autour des plants.

La cendre de bois peut aussi être épandue sur le sol pour nuire aux altises et aux mouches de la carotte. Une bande d'environ 10 cm de large contrecarre les déplacements des limaces.

Récolte

La récolte peut débuter dès que les racines atteignent trois à quatre centimètres de diamètre. Il est préférable de laisser de deux à cinq centimètres de tige au-dessus du collet afin de conserver le maximum de jus dans la betterave. Avec leurs feuilles, elles se conservent tout au plus une quinzaine de jours.

La cueillette de feuilles commence dès que les plants sont suffisamment gros et peut se poursuivre jusqu'à la récolte des racines.

En automne, les betteraves sont récoltées avant la première gelée importante. Il faut les faire sécher durant quelques jours, enlever le surplus de terre, ne pas les laver et les entreposer au réfrigérateur dans des sacs de plastique troués ou dans de la mousse de tourbe.

Valeur nutritive et propriétés

La betterave renferme plus de glucides que la majorité des légumes frais. Elle est riche en fibres, en minéraux, surtout le potassium et le fer, en oligo-éléments et en vitamines (B₉, B₁₂, A, C, E).

Ce légume rafraîchissant possède des propriétés apéritives et décongestionnantes (foie, intestins, vésicule biliaire) et relaxantes. Elle est cependant déconseillée aux diabétiques.

Utilisation

La betterave se consomme crue, bouillie, frite avec d'autres légumes, rôtie, braisée, en marinade et en lactofermentation. Elle entre même dans la composition de desserts.

Valeur nutritive de la betterave par 100 g			
	Racines crues	Racines cuites	Feuilles cuites
Eau	86,2 %	89 %	90,9 %
Glucides	8-10 g	5,5 g	6,7 g
Protéines	1,5 g	1,7-2,6 g	1,1 g
Lipides	0,1 g	0,2 g	0,1 g
Fibres	2,5-3,1 g	2,0-2,9 g	2,2 g
Sodium	60 mg	77 mg	
Calcium	29 mg	16 mg	
Fer		0,8 mg	
Vitamine C	10 mg	3-6,5 mg	
Vitamine A		3,5 ER1	
Énergie	40 cal	27-44 cal	31 cal
ER : équivalent de rétinol			

La betterave cuite peut être congelée. Les feuilles se préparent comme les épinards ou la bette à carde.

Le jus de citron fait disparaître les taches causées par la betterave rouge.



Gâteau à la betterave

Ingrédients

Huile	250 ml
Beurre	125 ml
Œufs battus	3
Sucre	500 ml
Vanille	30 ml
Farine	750 ml
Cannelle	30 ml
Poudre à pâte	30 ml
Sel	15 ml
Purée de betterave	250 ml
Fromage cottage	125 ml
Ananas broyés	250 ml
Noix de Grenoble	250 ml
Noix de coco	125 ml

Préparation

Mélanger ensemble l'huile, le beurre, les œufs battus, le sucre et la vanille.

Mélanger ensuite la farine, la cannelle, la poudre à pâte et le sel et incorporer graduellement le tout au premier mélange.

Ajouter ensuite les autres ingrédients.

Cuire à 175 °C (350 °F) durant environ 40 à 45 minutes.

Servir avec un glaçage au citron, au chocolat blanc ou avec de la crème fouettée.

Méli-mélo

Comment lire un catalogue de semences

Le défi, à l'achat des semences, consiste à faire le bon choix. Pour cela, il faut se référer notamment à l'information contenue dans les catalogues de semences et sur les sachets de graines.

Le nom des variétés

Le nom d'une variété peut changer d'un semencier à l'autre. Par exemple, le terme *hybride* peut faire partie du nom de la variété dans un catalogue, mais être omis dans un autre. Elle peut donc être confondue avec une variété à pollinisation libre (non hybride) qui porte le même nom.

Il faut alors vérifier si les variétés sont regroupées par catégories ou par la description de la variété en cause. L'expression *F1* indique également qu'il s'agit d'une variété hybride.

La situation des variétés importées est complexe, particulièrement pour les variétés anciennes. Les noms originaux sont fréquemment traduits ou transcrits phonétiquement par le semencier. Par exemple, la laitue «Merveille des quatre saisons» devient fréquemment la «Four Seasons». La tomate «Cœur-de-bœuf» est aussi appelée «Bull's Heart», «Cuor di Bue» et même «Cuore de Toro».

Temps de maturation

Le temps de maturation correspond au nombre de jours du semis à la récolte pour la plupart des plantes potagères.

Il est préférable d'ajouter au moins une semaine au temps de maturation indiqué. Les tests sont effectués par des jardiniers expérimentés, dans des sols bien fertilisés et, la plupart du temps, dans des régions au climat plus doux.

Pour les tomates et les aubergines, les poivrons et les piments, les choux, les brocolis et les choux-fleurs, les concombres, les courges, les melons, les cantaloups ainsi que les poireaux et les oignons à bottelet, le temps de maturation correspond au nombre de jours après la transplantation de jeunes plants.

De plus, pour les poivrons rouges, il faut ajouter de deux à quatre semaines pour le rougissement.

Résistance et tolérance aux maladies

Le nom des maladies est représenté par des abréviations qui apparaissent parfois dans le nom de la variété, ou dans la description. Par exemple, la tomate 'Better Boy VFN' résiste ou tolère la verticilliose (V), la fusariose (F) et les nématodes (N).

Une variété est dite résistante à une maladie lorsqu'elle n'y est pas susceptible ou rarement atteinte. Le terme *tolérante* signifie généralement que la variété peut parfois être atteinte et, dans ce cas, réussira tout de même à produire.

Cependant, dans une liste de variétés d'une même plante potagère dont certaines sont décrites comme résistantes ou tolérantes, une variété non qualifiée de l'un de ces termes sera plutôt considérée comme susceptible.

Toutes les variétés ne sont pas testées, mais la prudence s'impose, surtout pour les maladies communes.

Rusticité

Le terme *rustique* peut porter à confusion. Elle est généralement évaluée par le semencier. Les conditions climatiques varient grandement entre les Maritimes, la Colombie-Britannique, le centre des États-Unis et le sud du Québec.

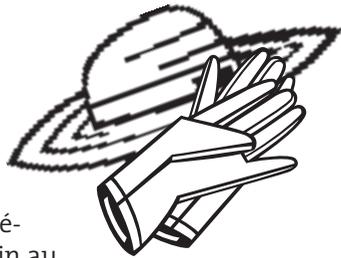
Vie communautaire

Les responsabilités des jardiniers

En devenant membre d'un jardin communautaire, le citoyen se voit attribuer un espace pour jardiner, mais dans un cadre communautaire qu'il ne faut pas oublier. Ce faisant, le citoyen doit assumer certaines responsabilités. En voici quelques-unes :

- **respecter** les politiques, les procédures et les règles en vigueur dans le jardin communautaire;
- **participer** à la vie démocratique du jardin en assistant à l'assemblée générale annuelle ou en représentant les membres du jardin au sein du comité;
- **participer** aux activités communautaires (corvées collectives, fêtes, réparations d'outils, etc.);
- **épauler** les nouveaux jardiniers dans leur apprentissage;
- **s'inscrire** dans les délais prévus et informer le bureau d'arrondissement ou le comité du jardin de tout changement d'adresse ou de problèmes particuliers;
- **transmettre** ses suggestions au comité du jardin.

Il est important que ces éléments soient expliqués clairement aux membres par les intervenants de l'arrondissement ou les comités des jardins au moment de leur adhésion. Des documents pertinents sont distribués aux membres au début de chaque saison.



Aux petits oignons

Tout un gaspillage de terre!

Les jardiniers qui ne compostent pas leurs herbes indésirables et leurs résidus de culture jettent en même temps aux vidanges des quantités impressionnantes de bonne terre qui, en passant, alourdisent inutilement les sacs à poubelles.

Par la suite, les jardins communautaires commandent de la terre pour rehausser les jardinet. Quel gaspillage inutile de temps, d'énergie et d'efforts!

Le meilleur sol d'un jardinet est celui qui entoure les racines. En effet, ce sol renferme des milliards de micro-organismes utiles et des éléments nutritifs. Il est donc préférable qu'il demeure dans le jardinet.

Alors, prenez la peine de secouer les plantes pour enlever le sol. Si ce dernier adhère fortement aux racines, il suffit de faire sécher les plants au soleil durant une ou deux journées. La terre se détachera plus facilement.

Vos légumes sauront profiter de cette bonne terre.



Les variétés hybrides 'Centurion' (Stokes), 'Scarlet Supreme Hybrid' (William Dam Seeds) et 'Kestrel' (Stokes, West Coast Seeds) servent particulièrement à la production de betteraves miniatures.

Les betteraves jaunes 'Burpee's Golden' (Stokes, West Coast Seeds) et Golden (Les Jardins du Grand Portage) de même que les 'Blankoma' (West Coast Seeds), de couleur blanche, ne tachent pas.

La chair de la betterave 'Chioggia' (West Coast Seeds, William Dam Seeds) est constituée d'anneaux blancs et roses en alternance.

Les **betteraves à racine cylindriques**, telles la 'Rodina' (Stokes, West Coast Seeds) et la 'Cylindra' (McFayden, OSC Seeds, William Dam Seeds), sont plus tendres et moins fibreuses. Elles sont idéales pour les marinades.

Parmi les **variétés à racines aplaties** les plus populaires, citons la 'Asgrow Wonder' (Stokes), la 'Early Wonder' (OSC Seeds, William Dam Seeds) aux grandes feuilles et la compacte 'Egyptian Flat TF68' (Park's Seeds).

Les betteraves de conservation présentent des racines plus volumineuses. La variété 'Lutz Greenleaf' ou 'Winterkeeper' (Les Jardins du Grand-Portage, Terra Edibles, West Coast Seeds, William Dam Seeds) et la 'Cylindra' (McFayden, William Dam Seeds, OSC Seeds) conviennent bien à cette fin.

Culture

La betterave potagère préfère les températures fraîches et les sols riches en phosphore et en potassium. Les sols croûtés provoquent une grande variabilité de la grosseur des betteraves lors de la récolte.

Il est conseillé de semer à toutes les trois semaines pour étaler la production estivale. Le semis pour production d'automne sera effectué environ dix à douze semaines avant la récolte. Le feuillage est particulièrement savoureux à cette période.

Les jeunes plants seront éclaircis lorsqu'ils atteindront environ 10 cm de hauteur. Le plant de betterave est particulièrement sensible au stade de la cinquième feuille. Le manque d'eau ou des températures inadéquates font alors pâlir les racines et peuvent entraîner la formation de zones concentriques blanchâtres chez certaines variétés.

L'excès d'arrosage favorise la production de feuilles et une coloration plus pâle des racines.

Rotations et compagnonnage

La betterave potagère est cultivée en rotation annuelle après une plante exigeante. Elle peut aussi succéder à une culture de pois, de haricots, de salades, d'oignons et de radis au cours d'une même saison.

La betterave s'associe facilement avec les salades, les haricots, les oignons, le chou-rave et les radis. Il est préférable de l'éloigner des haricots à rames.

Ravageurs et maladies

Les altises trouent le feuillage des betteraves et les larves de la mouche mineuse de la betterave creusent des galeries dans les feuilles (voir le document *Contrôle écologique des ravageurs et des maladies*).

La cercosporose, causée par le champignon *Cercospora beticola*, provoque la formation de lésions circulaires à anneaux pourpres sur les feuilles. Les feuilles atteintes doivent être enlevées et une rotation de quatre ans est instaurée.

La galle commune se manifeste par des lésions liégeuses circulaires brunâtres sur les racines. L'excès de calcium, le manque d'eau et les apports de fumier frais peuvent engendrer ce problème. Des rotations de quatre ans sans chénopodiacée préviennent normalement la réapparition de cette maladie.