

La Feuille de chou

Automne 2010

Les principaux résultats des études de contamination des légumes

En 2007 et 2008, la Direction de santé publique (DSP) de Montréal a fait cultiver des laitues, des carottes et des tomates dans cinq jardins communautaires contaminés de deux arrondissements et dans un jardin communautaire témoin.

Les résultats révèlent que les concentrations de plomb et de HAP de plusieurs de ces légumes sont plus élevées que celles des mêmes types de légumes disponibles dans les marchés publics. Par ailleurs, les niveaux de contamination de ces légumes respectent les normes gouvernementales afin d'assurer la santé des consommateurs.

Le nombre d'échantillons de légumes n'est toutefois pas suffisant pour dresser un portrait représentatif de l'ensemble des potagers des jardins contaminés. Les légumes analysés lors de cette étude n'ont malheureusement pas toujours pu être cultivés exactement aux endroits où les sols étaient les plus contaminés.

La DSP maintient donc sa recommandation de ne pas cultiver de plantes potagères directement dans les sols des jardins où la contamination atteint des niveaux trop élevés.

Le rapport complet sera disponible au début du mois d'octobre sur le site : santepub-mtl.qc.ca/environnement/sols/jardins.html



Dans la corbeille	
La moutarde chinoise	2
Le chou-rave	6
Vie communautaire	
Monsabré toujours vivant	5
Aux petits oignons	
Des fleurs compagnes exceptionnelles	8
Méli-mélo	
Les jardiniers de Ville-Marie	9
Les soins du Docteur Desjardins	10
Les conseils terre-à-terre	10

Vous déménagez?

N'oubliez pas de communiquer vos nouvelles coordonnées au bureau de votre arrondissement, soit par lettre ou par télécopieur, ou au comité de votre jardin communautaire.

Dans la corbeille

La moutarde chinoise

Brassica juncea

On regroupe sous ce nom un grand nombre de cultivars de moutarde asiatiques aux propriétés nutritives intéressantes et aux possibilités culinaires encore trop méconnues. En fait, ce légume feuille mériterait d'être cultivé plus fréquemment. Le goût distinctif et la texture des feuilles des moutardes chinoises varient grandement selon les cultivars, l'époque de la récolte et l'âge des feuilles. De plus, c'est un légume hâtif vraiment facile à cultiver, très productif et très résistant au froid.



Origine

La moutarde chinoise serait originaire d'Asie centrale. Ce légume est cultivé depuis des milliers d'années pour le goût épicé de ses semences, l'huile extraite des graines, ses feuilles et même ses tiges. La littérature chinoise en faisait déjà mention quelques siècles avant J.-C.

Description

La moutarde chinoise, appelée aussi moutarde brune et moutarde feuille, est une crucifère annuelle de climat frais cultivée surtout pour ses feuilles basales disposées en rosette. Plutôt glabres, de couleur vert pâle à vert foncé et même brun rougeâtre, leur forme peut être ronde ou allongée, lobée, frisée, dentelée et parfois cloquée.

La maturation s'échelonne d'environ 40 à 80 jours selon les variétés. La récolte sous forme de verdurette peut débuter trois semaines après le semis. La plante développe éventuellement une hampe de fleurs hermaphrodites de couleur jaune. Les graines brunes ou noires et de forme ronde sont contenues dans des siliques. Cette plante, au port érigé ou étalé selon les variétés, tolère des températures inférieures au point de congélation.

La forme naturalisée, appelée moutarde joncée (indian mustard), est considérée comme une herbe indésirable. Peu abondante au Québec, elle est grandement répandue dans l'ouest du Canada.

Catégories

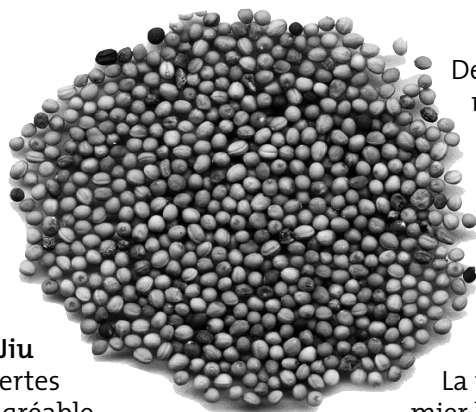
On peut distinguer six principaux types de moutarde chinoise :

- **à larges feuilles** (*B. juncea* var. *rugosa*) : grandes feuilles basales pouvant atteindre 30 à 60 cm de long, couleur verte, pourpre foncé ou verte à nervures pourpres, parfois enveloppantes, plant d'environ 40 cm de hauteur et de largeur, semis préférable à la mi-été;
- **communes** (*B. juncea* var. *foliosa*) : feuilles vert foncé plus petites à texture plus grossière, plant de 30 cm de hauteur et de largeur, montaison rapide au printemps;
- **à feuilles frisées** (*B. juncea* var. *crispifolia*) : feuilles frisées, semis hâtif au printemps ou à la mi-été;
- **Green in the snow** (*B. juncea* var. *multiceps*) : feuilles dentelées vert foncé, plant de 30 à 40 cm de haut très résistant au froid, croissance vigoureuse, semis préférable à la mi-été, en provenance du nord de la Chine;
- **à tiges renflées** (*B. juncea* var. *linearifolia*, var. *tsaisai*, var. *humida*, var. *strumata*) : tiges utilisées en marinade ou pelées et cuites, besoin en eau important, pour production automnale seulement;
- **à racine tubéreuse** (*B. juncea* var. *megarrhiza*) : racine tubéreuse en marinades salées, feuilles comestibles, bonne résistance au froid.

Variétés

- La **Red Giant** (Stokes, West Coast Seeds, Johnny's, McKenzie Seeds, Thompson & Morgan) est la variété la plus couramment offerte par les semenciers parmi la trentaine de disponibles. Cette moutarde japonaise à montaison lente produit de larges feuilles légèrement ondulées de couleur bourgogne ou rouge pourpre avec des nervures blanches. Les feuilles, à forte saveur de moutarde, deviennent pourpres à basse température.

- Les feuilles pourprées de la variété **Osaka Purple** (Les jardins du Grand Portage, Johnny's), à saveur moyennement forte, possèdent une texture et un goût plus raffinés. Le plant, plus compact que chez la variété précédente, croît plus lentement mais la montaison survient en moyenne quelques jours plus tôt.
- Une ancienne variété du sud de la Chine, la **Jiu Tou Niao** (Agro Haitai) produit des feuilles vertes dentelées au goût excellent et à la texture agréable.
- La saveur du cultivar **Green Waves** (William Dam Seeds) est également supérieure.
- La **Ruby Streaks** (Johnny's) est légèrement piquante.
- La versatile **Tendergreen** (Solana Seeds, West Coast Seeds, William Dam Seeds), aux épaisses feuilles oblongues vert foncé, tolère l'ombrage et résiste à la chaleur aussi bien qu'aux températures froides.
- La compagnie Thompson & Morgan vend un mélange de moutardes orientales pour les intéressés.



Des variétés sont cultivées seulement après la mi-été car elles montent trop rapidement en graines lorsque semées ou transplantées au printemps, à moins de les récolter très jeunes comme verdurette. Le froid améliore la saveur.

La montaison est causée en premier lieu par l'allongement de la période diurne. Les températures basses et le manque d'eau la favorisent. Les semis peuvent donc avoir lieu à différents moments de la saison selon la situation :

- au printemps, soit de deux à quatre semaines avant le dernier gel;
- après la mi-juillet, soit de six à huit semaines avant le premier gel automnal;
- tard à l'automne.

Plantes apparentées

Les semences de la moutarde noire (*B. nigra*, syn. *Simapsis alba*), originaire de la région méditerranéenne, servent à préparer la populaire sauce moutarde. Une huile est extraite des graines de la moutarde blanche ou moutarde rude (*B. hirta*, syn. *S. nigra*), provenant elle aussi du bassin méditerranéen mais au goût moins piquant.

Le mizuna (*B. rapa* var. *japonica*) est un légume feuille attrayant aux feuilles vert pâle profondément découpées, tendres et croquantes disposées elles aussi en rosette. Leur légère saveur de moutarde plait. Le plant, qui atteint de 30 à 40 cm de haut, croît rapidement et résiste bien au froid. Comme la montaison est lente, ce légume peut être cultivé pour la production printanière ou automnale.

Le mibuna (*B. rapa* var. *nipposinica*), aux feuilles plus étroites et à la saveur plus douce, présente des caractéristiques semblables au mizuna.

Le komatsuna (*B. rapa* var. *perviridis* ou var. *komatsuna*), dont le goût se situe entre celui du chou, de la moutarde et de l'épinard, se sème durant toute la saison et survit à des températures de -14 °C.

Culture

Les moutardes chinoises préfèrent le plein soleil. Toutefois, leur saveur demeure plus douce lorsque placées à la mi-ombre durant l'été et cultivées en automne.

Les sols frais riches en humus, bien drainés et se réchauffant rapidement au printemps leur conviennent le mieux. Elles se contentent d'un sol moyennement fertile pourvu qu'il retienne bien l'eau.

La résistance à la montaison et à la chaleur sont les principaux critères de culture à considérer dans le choix des variétés.

Il est faisable de laisser quelques plants grainer vers la fin de la saison. Les semences germeront au printemps suivant et il sera possible de laisser les plants en place ou de transplanter les jeunes sujets à l'endroit désiré.

Les moutardes sont cultivées dans un sol bien fertilisé l'année précédente, sinon une couche d'environ 1,25 à 3 cm de compost est épandue sur toute la surface et bien mélangée au sol.

Lors du semis des très petites graines, il est préférable d'avoir recours à un semoir ou de mélanger les semences avec du sable. La distance entre les plants varie de 10 à 15 cm pour la récolte au stade jeune, et de 15 à 45 cm selon les variétés et l'âge des plants plus à maturité.

Associations et compagnonnage

La moutarde chinoise peut être associée à d'autres légumes feuilles comme la laitue, les choux et les brocolis ou cultivée entre les rangs de poireaux et de céleris.

Ravageurs et maladies

Les problèmes occasionnels surviennent surtout lors de la production printanière, mais rarement en culture automnale ou lorsque la récolte survient avant l'apparition des infestations.

- Les principaux ravageurs sont l'altise des Crucifères et l'altise des navets. Ces petits insectes sauteurs trouent les cotylédons et les feuilles. La première génération apparaît vers mai et juin et la seconde en juillet et août. La moutarde, tout comme la roquette, peut servir d'appât pour les attirer dans la culture de plantes de la famille des Crucifères.
- Les asticots de la mouche du chou peuvent attaquer les racines en début de saison, ce qui entraîne une diminution de la taille des plants et de la production, mais rarement leur destruction.
- La mosaïque du navet provoque le jaunissement des feuilles du bas et la déformation des jeunes feuilles.
- La hernie du chou se caractérise par la formation de galles sur les racines, ce qui entrave l'absorption de l'eau et des éléments nutritifs provenant du sol.

Récolte et conservation

Les moutardes se récoltent à différents stades de développement. Au printemps, les amateurs de saveur douce préféreront utiliser les plants immatures. La récolte peut débuter dès que les plants atteignent 15 cm de hauteur. Les feuilles mesurant de 10 à 12,5 cm de long présentent les meilleures qualités gustatives.

Les feuilles sont enlevées au fur et à mesure des besoins, surtout chez les variétés à feuilles plus larges. Les plants peuvent aussi être arrachés; cependant, ils repoussent rapidement lorsque coupés à environ 10 cm de hauteur. Les feuilles se conservent quelques jours au réfrigérateur et garderont leur fermeté lorsque humidifiées et placées dans un contenant ou un sac de plastique.

Valeur nutritive et propriétés

Les moutardes chinoises sont plus nutritives que les laitues ou les choux chinois. Elles sont riches en calcium, en bêta-carotène, en provitamine A, en acide ascorbique. Elles sont une bonne source de phosphore, de fer et de potassium, de vitamine B9 et K, et d'antioxydants.

La moutarde facilite et stimule la digestion. Elle montre des propriétés antiseptiques et désinfectantes. Elle serait même anticancéreuse. Il faut toutefois la consommer modérément et avec des sources d'iode car elle peut causer l'enflure de la glande thyroïde. En phytoremédiation, les moutardes concentreraient le cadmium.

Tableau 1

Valeur nutritive des feuilles de moutarde par 100 g

Eau	91 %
Glucides	5 g
Protéines	2,7 g
Lipides	0,2 g
Fibres	1,1 g
Énergie	26 Cal

Utilisation

Les cuisines chinoises, japonaises et vietnamiennes font souvent appel aux feuilles de moutarde dans la préparation de divers mets de même que, dans une moindre mesure, celles de l'Europe de l'Est et d'Afrique du Nord.

Le degré de piquant varie selon les cultivars, le stade de développement et les parties de la plante. La cuisson fait disparaître le goût prononcé de même qu'un trempage durant une trentaine de minutes. Les feuilles peuvent être utilisées fraîches, cuites à la vapeur, bouillies dans des casseroles en verre, sautées et même marinées. Elles peuvent entrer dans la préparation de soupes, de purées, de ragoûts, d'omelettes, de quiches et de mets à base de viande et de légumineuses, ou servir simplement de légume d'accompagnement. Les jeunes feuilles ont un goût plus léger et une texture plus fine, surtout lorsque mangées fraîches en salade ou en sandwich. Au printemps, les jeunes hampes florales peuvent être servies en salade.



Recette

Soupe aux feuilles de moutardes et aux pommes de terre

Oignons moyens tranchés	2
Gousses d'ail émincées	2
Huile d'olive au besoin	
Pommes de terre coupées en dés	1 kg
Légumes en mélange	1,5 l
Vin blanc sec	125 ml
Eau au besoin	
Feuille de moutarde coupées	275 g
Muscade	1 pincée
Sel et poivre	au goût
Yogourt	100 ml



Faire revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile d'olive pour les ramollir.

Ajouter les pommes de terre, le mélange de légumes, le vin et suffisamment d'eau pour faire bouillir le tout et obtenir une purée à la consistance désirée au mélangeur. Saler et poivrer. Faire bouillir légèrement la moutarde ou la sauter dans un peu d'huile. Additionner les feuilles de moutarde et la muscade à la purée. Ajouter le yogourt juste avant de servir.

Vie communautaire

Monsabré toujours vivant

Le jardin communautaire Monsabré, situé au coin des rues Monsabré et de Toulouse dans l'arrondissement de Mercier - Hochelaga-Maisonneuve, fut fermé en 2007, le sol étant contaminé. Une telle situation déstabilise toujours les membres et les comités des jardins.

Désireux de poursuivre des activités horticoles sur ce terrain déjà bien aménagé, le président du jardin et d'autres bénévoles ont maintenu, dans la mesure du possible, l'état des lieux en collaboration avec l'arrondissement. Ils ont trouvé des partenaires pour la culture de fleurs et élaborés des projets de revitalisation.

Ainsi, en 2009 et 2010, la Société des bulbes du Québec a cultivé des dahlias et des glaïeuls de collection sur une partie de la surface.

Cette année, un projet d'installation d'environ trente grands bacs de jardinage a reçu l'aval du Ministère du développement durable, de l'environnement et des parcs, de la Direction de santé publique de Montréal et de l'arrondissement.

Ce dernier investit la somme de 4 000 \$ pour la réalisation de ce projet et la Caisse Desjardins Mercier-Rosemont, fière d'y participer, la même somme. Les bacs seront construits par des bénévoles cet automne et en fonction dès 2011.

Le responsable du jardin, M. Robert Lizotte, propose de transformer la section boisée du jardin en halte de repos pour les cyclistes empruntant la piste cyclable et en provenance d'aussi loin que Repentigny.

Dans la corbeille

Le chou-rave

Brassica oleracea var. gongylodes

Surtout cultivé dans l'est de l'Europe, le chou-rave est encore méconnu en Amérique du Nord malgré sa délicieuse saveur légèrement sucrée, sa fraîcheur et sa texture tendre.

Origine

Cette crucifère serait apparue dans le bassin méditerranéen. Les Romains en auraient répandu l'usage dans tout leur empire. Sa culture s'est intensifiée surtout au XVI siècle dans le centre et l'est de l'Europe. Elle fut importée en Amérique du Nord au cours du XIX siècle.

Description

Le chou-rave est une crucifère bisannuelle produisant lors de la première année, à la base de la tige, un renflement à chair blanche plus ou moins sphérique au-dessus du sol. De couleur vert pâle, blanc ou violette, la saveur douce de ce renflement rappelle celle du navet.

Des feuilles à long pétiole, comestibles, sont disposées en spirale autour du renflement globuleux appelé couramment pomme et, plus rarement, rave.

Cette plante exige des températures fraîches et beaucoup d'humidité pour éviter que la pomme devienne dure et fibreuse. Elle mûrit généralement en 50 à 60 jours. Il est préférable de consommer la pomme lorsqu'elle mesure cinq à sept centimètres de diamètre. Ce légume rustique et résistant au froid est plus avantageux à cultiver que le navet ou le rutabaga, car la mouche du chou ne cause pas de dégâts au rave.

Variétés

Une trentaine de variétés à pollinisation libre et hybrides sont offertes en Amérique du Nord. Les variétés **White Vienna** (OSC Seeds, Vesey's, William Dam Seeds) et **Purple Vienna** (OSC Seeds, William Dam Seeds) sont cultivées depuis au moins 150 ans. Les raves aplatis à peau blanc verdâtre ou pourpre, selon le cas, sont produits après une soixantaine de jours. La variété **Kongo** (West Coast Seeds, William Dam Seeds), au feuillage restreint, forme des raves uniformes vert pâle légèrement plus gros et résistant au

fendillement en une cinquantaine de jours, de même que le cultivar **Korridor** (Johnny's'). Le cultivar **Hyb. Rapidstar**, à montaison lente, peut être semé durant toute la saison. Le **Winner F1** (Johnny's, Stokes), un vert pâle à saveur fruitée, et le **Kolibri** (Hortclub, Johnny's, West Coast Seeds, William Dan Seeds), au rave pourpre, sont semés à la mi-saison et résistent également au fendillement. La variété allemande **Superschmelz** (West Coast Seeds), appelée aussi Gigante et Superschmelz, développe une pomme sans fibre de 4,5 kg. Les raves du cultivar **Kossack** (Johnny's), à la chair tendre et délicieuse, se conservent durant plusieurs mois grâce à leur peau dure.

Culture

Le chou-rave préfère les sols très fertiles et maintenus humides car il devient fibreux. La croissance doit être rapide et régulière pour obtenir des raves de bonne qualité. Une application de 2 à 3 cm de compost bien décomposé convient normalement.

Les semis ou la transplantation de jeunes plants au stade trois à quatre feuilles peut débuter au printemps pour les variétés adéquates et se poursuivre aux trois semaines pour étaler les récoltes. La pomme peut se déformer et s'allonger et une montaison peut survenir si la température descend sous les 5 °C. Des espacements de 20 à 30 cm en tout sens suffisent pour la plupart des variétés sinon des pommes plus petites seront formées. Des rotations de trois à quatre ans sans Crucifères sont recommandées, de deux ans minimalement sans problèmes de Crucifères antérieurement. Les semences conservent normalement leur faculté germinative durant cinq ans.

Associations et compagnonnage

Le chou-rave peut être associé à de nombreuses plantes potagères : betterave, coriandre, haricot nain, oignon, pois, poivron, radis. Par contre, il serait conseillé d'éloigner le chou-rave du fenouil, des haricots à rames et des tomates.

Ravageurs et maladies

Le chou-rave est sujet aux mêmes ravageurs et maladies que les choux, sauf la mouche du chou, dans une certaine mesure. Les altises sont les principaux ravageurs à surveiller et la hernie du chou, parmi les maladies.

Récolte et conservation

La récolte des pommes peut débuter une quarantaine de jours après le semis pour les variétés hâtives et de 10 à 12 semaines pour les autres. Les tiges, les feuilles et les racines sont enlevées. Le chou-rave peut se conserver plusieurs semaines au réfrigérateur et durant tout l'hiver lorsque enfoui dans du sable sec ou de la tourbe de sphagne et entreposé dans un endroit frais et sec. Le chou-rave se congèle en cubes ou en julienne une fois blanchi durant une minute et refroidi rapidement. La récolte des feuilles peut se faire sur les plants plus jeunes au fur et à mesure des besoins ou lors de la récolte de jeunes pommes.

Recette

Salade de chou-rave à l'orientale

Chou-rave râpé	
250 ml	
Carotte râpée	1
Oignons verts finement hachés	3
Coriandre	125 ml
Gousse d'ail	1
Vinaigre de riz	75 ml
Miel	25 ml
Gingembre haché	15 ml
Huile de sésame	5 ml
Sel et poivre	au goût

Porter à ébullition le mélange de vinaigre, de miel, d'ail et d'huile de sésame. Laisser refroidir et ajouter les légumes et remuer. Saler et poivrer.

Variante

Remplacer les oignons verts par de l'oignon rouge.

Tableau 1

Valeur nutritive du chou-rave par 100 g

Eau	91 %
Glucides	6,2 g
Protéines	1,7 g
Lipides	0,1 g
Fibres	3,6 g
Potassium	337 mg
Vitamine C	62 mg
Énergie	27 Cal

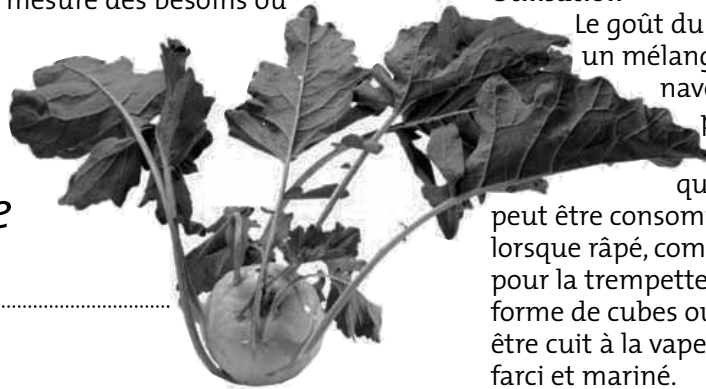
Valeur nutritive et propriétés

Le chou-rave contient peu de sodium et peu de calories. Il est une bonne source de vitamine C et de potassium. Les feuilles renferment de bonnes quantités de vitamine A.

Utilisation

Le goût du chou-rave ressemble à un mélange de radis doux et de navet. Sa saveur devient plus épicée par temps chaud. Plus versatile que le navet, le chou-rave peut être consommé frais en salade lorsque râpé, comme hors-d'œuvre ou pour la trempette lorsque présenté sous forme de cubes ou en julienne. Il peut être cuit à la vapeur, grillé, frit, sauté, farci et mariné.

Il est fortement recommandé d'enlever la peau à cause de la présence d'une couche fibreuse sous cette dernière. Elle s'enlève plus facilement après la cuisson.



Aux petits oignons

Des fleurs compagnes exceptionnelles

Divers insectes auxiliaires adultes ou leurs larves se nourrissent ou parasitent des insectes ravageurs. Les insectes auxiliaires sont naturellement attirés par les plantes sauvages. Souvent peu nombreuses dans les jardins communautaires ou à proximité, l'ajout de certaines fleurs fait partie des moyens pour attirer et garder aux alentours ces insectes bénéfiques.

Les végétaux les plus intéressants

Peu d'études ou d'observations sérieuses concernent l'attrait des plantes ornementales ou vivrières. Heureusement, en Pennsylvanie, l'Institut Rodale a étudié le pouvoir attractif de plus de 150 espèces de plantes il y a quelques années. Deux fleurs vivaces, quatre annuelles, deux fines herbes et une plante potagère constituent les meilleures plantes attractives (tableau 1). Une cinquantaine d'autres végétaux comprenant des fleurs, surtout des Composées et des Ombellifères, des fines herbes, des plantes potagères, des arbustes et même une plante grimpante font partie de la panoplie de végétaux à privilégier (tableau 2).

Un environnement favorable

Les insectes auxiliaires se déplacent plus ou moins loin pour trouver des proies ou des insectes à parasiter. Ainsi, les insectes auxiliaires devraient être présents en nombre suffisant si des bandes

boisées, des prairies naturelles, de grands terrains en friche ou des brise-vent existent à moins de 15 à 45 mètres. Le jardin communautaire dans son ensemble devient un lieu d'autant plus propice qu'il renfermera des fleurs vivaces et annuelles, des arbustes et de nombreuses plantes potagères différentes dont des fines herbes et même des plantes sauvages dans un coin retiré.

Des plantes attractives peuvent donc être intégrées dans les aménagements communs. Les jardiniers peuvent aussi les mélanger à leurs plantes potagères. Le but est de maintenir, dans la mesure du possible, une floraison continue au niveau du jardin communautaire.

Les variétés ornementales hautement sélectionnées qui s'éloignent beaucoup des plantes sauvages seraient à éviter. Elles attirent moins les auxiliaires; par exemple, certains d'entre eux trouvent difficile de puiser leur nourriture dans des fleurs doubles. En dernier lieu, bien réfléchir avant d'introduire des plantes envahissantes, qu'elles soient sauvages ou cultivées.

Végétaux attirant le plus les insectes auxiliaires (tableau 1)

Plante	Insectes favorisés
Anthemis	Syrphes
Aneth	Chrysope verte, coccinelles, syrphes
Carvi	Chrysope verte, guêpes parasites, Orius insidiosus, syrphes
Cosmos Sunny Red	Syrphes
Cosmos White Sensation	Coccinelles, chrysope verte
Fenouil	Braconides, chrysope verte, coccinelles, syrphes
Tagète Lemon Gem	Guêpes parasites, syrphes
Tanaisie	Chrysope verte, coccinelles, guêpes parasites, syrphes

Végétaux favorisant la présence d'auxiliaires (tableau 2)

Fleurs vivaces	Fleurs annuelles	Arbustes	Plante grimpante	Plantes potagères
Achillée	Alysse odorante	Lilas	Lierre anglais	Absinthe
Anthémis	Amarante	Physocarpe		Aneth
Chrysanthème	Anthémis	Spirée		Artichaut
Onagre	Aster			Bourrache
Rudbeckie	Belle de jour			Carvi
Tussilage	Capucine			Coriandre
Aster	Cosmos			Fenouil
	Gazanie			Hysope
	Géranium			Mélisse
	Giroflée			Menthe poivrée
	Gloire du matin			Moutarde
	Mufler			Origan
	Phacélie			Sauge
	Pourpier			Thym
	Reine-marguerite			
	Soucis			
	Tagète			
	Tournesol			
	Zinnia			

Méli-mélo

Les jardiniers de Ville-Marie

L'analyse des réponses du sondage réalisé en 2008 auprès des usagers, et des données provenant du programme informatique des inscriptions depuis une dizaine d'années, a permis de dresser le portrait de la clientèle des douze jardins communautaires de l'arrondissement de Ville-Marie. Voici les principales caractéristiques de ce groupe de jardiniers :

- * 87 % des membres habitent l'arrondissement;
- * 69 % sont nés au Canada;
- * les personnes âgées de 45 ans et plus représentent 54 % des usagers et la catégorie des 18 à 24 ans, en hausse constante depuis quelques années, en constitue 9 %;
- * 44 % de la clientèle se retrouve avec un revenu familial de moins de 20 000 \$ par année et 31 % au-dessus de 40 000 \$;
- * les répondants détiennent en général un jardinet depuis 3 à 5 ans;
- * le taux de renouvellement des inscriptions se maintient autour de 75 %;



- * le nombre de personnes en attente équivaut en moyenne à près de 50 % du nombre de jardinets disponibles;
- * 86 % des répondants apprécient le simple plaisir de jardiner et 84 % la production d'aliments frais et de proximité;
- * 92 % des répondants considèrent adéquates les règles de jardinage et de civisme.

Les soins du Dr Desjardins

À surveiller

Des insectes et des maladies nuisent aux cultures la mi-été et au cours de l'automne. Leur contrôle permet de réduire les risques de leur incidence ou leur pullulation l'année suivante.

Ravageurs

Altise, cécidomyie du chou-fleur, chrysomèle rayée du concombre, cicadelle, doryphore (aubergine), fausse-arpenteuse du chou, fausse-teigne des Crucifères, limace, mouche de la carotte, mouche du chou, mouche du piment, perce-oreille, perceur du pétiole de la betterave, puceron, punaise terne (aubergine, brocoli, poivron), pyrale du maïs, tétranyque.

Maladies parasitaires

Alternariose (tomate, concombre, cornichon, melon), anthracnose (tomate), blanc (cucurbitacées), flétrissure bactérienne (concombre), gale bactérienne (tomate), mildiou (tomate, laitue, Crucifères), pourriture noire des fruits (courge, cantaloup), rhizoctonie (carotte), tache alternarienne (Cucurbitacées).

Maladies non parasitaires et problèmes physiologiques

- 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
- Le gel

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.

La Feuille de chou

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

Les conseils terre-à-terre

Ne pas oublier de bien laver les légumes avant de les consommer lorsque des pesticides renfermant des substances nocives comme le sulfate de cuivre sont appliqués. S'assurer de bien lire les recommandations du fabricant à ce sujet.

Des études démontrent que l'azadirachtine (neem), employé seul, en aspersion foliaire, s'avère peu efficace pour contrôler les chrysomèles rayées et les chrysomèles maculées du concombre adulte qui transmettent la flétrissure. Appliqué dans le sol, cet insecticide naturel permet cependant de détruire leurs oeufs et leurs larves.



**Jardins
communautaires**

Montréal 

Rédaction : André Pedneault
Révision : Jean-François Sonier
Conception graphique :
Studio de design graphique,
Ville de Montréal

Site Internet :
ville.montreal.qc.ca/jardinscommunautaires