

La Feuille de chou

Mai - Juin 2008



Le point sur les études des sols des jardins communautaires

En 2007, les arrondissements ont élaboré, en concertation avec la Direction de santé publique de Montréal (DSP) et le ministère du Développement durable, de l'Environnement et des Parcs, un premier plan d'action pour finaliser les études de caractérisation des sols de tous les jardins communautaires.

Ces études permettent de connaître le niveau de contamination des sols afin de s'assurer que la Ville offre des conditions de sols sécuritaires pour la production de légumes.

Actuellement, 90 % des jardins communautaires sont caractérisés. Les 11 derniers devraient l'être au plus tard à l'automne 2008, tel que le prévoit le plan d'action.

Les résultats des études de caractérisation sont transmis à la DSP qui évalue les risques pour la santé. Les sols d'environ 75 % des jardins communautaires sont jugés adéquats. Les autres jardins nécessitent des interventions à court ou à moyen terme sur la totalité ou une partie de leur surface.

Dans un second temps, des solutions pour maintenir en activité les jardins aux prises avec des problèmes de contamination seront proposées. Les arrondissements pourront ainsi adopter l'une ou l'autre de ces solutions selon la situation particulière de chacun des jardins communautaires touchés.

Nous souhaitons aux anciens et aux nouveaux jardiniers une excellente saison de jardinage 2008.

Le tour du jardin

Dans la corbeille

Le panais 2

Aux petits oignons

Le soufre 5

Les mycorhizes 6

Vie communautaire

Nouvelles règles de civisme et de jardinage 7

Les soins du Dr Desjardins 8

Les conseils terre à terre 8

Dans la corbeille

Le panais

Pastinaca sativa subsp. *sativa*

Origine

Le panais cultivé provient de panais sauvages de l'Eurasie, plus particulièrement du centre et du sud-est de l'Europe. Il y est d'ailleurs consommé depuis des siècles. Les Grecs et les Romains l'utilisaient grandement.

Le panais cultivé actuel fut surtout développé au Moyen-Âge. Au XVII^e siècle, il était bien connu en Angleterre et en Scandinavie et il fut introduit aux États-Unis.

Ce cousin de la carotte fut détrôné par la pomme de terre après la découverte des Amériques et sa culture devint de plus en plus marginale. Il demeure encore très méconnu malgré ses qualités nutritives et sa facilité de culture.

Description

Le panais est une plante bisannuelle de climat doux à croissance vigoureuse, mais à la germination et au démarrage plutôt lents.

La racine charnue est produite la première année, les fleurs et les semences l'année suivante. Les feuilles en rosette ressemblent à celles du persil italien. Les semences sont aplaties. Elles demeurent viables durant tout au plus deux ans.

La racine, généralement conique et de couleur blanchâtre, atteint en moyenne de 18 à 30 cm de longueur et de 5 à 8 cm de largeur au collet. Elle devient mature en 120 à 150 jours. Son goût de noisette épicée, légèrement âcre et plus ou moins sucré, se développe au cours de la croissance. Elle prend une saveur vraiment sucrée lorsque l'amidon se transforme en sucre dès les premiers gels.

Variétés

Une trentaine de variétés sont disponibles chez les grainetiers américains. Il y a très peu de différences de goût entre les variétés.



On peut les regrouper en trois types différents selon la forme et la longueur de la racine :

- racines longues (30 à 45 cm);
- racines demi-longues (20 à 30 cm);
- racines rondes ressemblant à une betterave commune (rares).

La variété 'Hollow Crown' (McFayden, Halifax Seed Co., OSC Seeds, Terra Edibles) offerte depuis 1825, produit des racines robustes et lisses pouvant atteindre plus de 37 cm de longueur selon les lignées.

Les variétés à racines demi-longues 'Harris Model' (Les jardins du Grand Portage, Stokes, Vesey's, William Dam Seeds) et 'Andover' (Stokes, Vesey's, West Coast Seeds) sont plus raffinées que la 'Hollow Crown'. Saveur douce et très sucrée, texture fine et résistance au chancre brun les caractérisent. La variété anglaise 'Lancer' (West Coast Seed) leur ressemble.

Les variétés hybrides, comme la 'Gladiator F1' (West Coast Seeds), sont plus productives et les racines sont plus uniformes, tant sur le plan de la forme que de la grosseur.

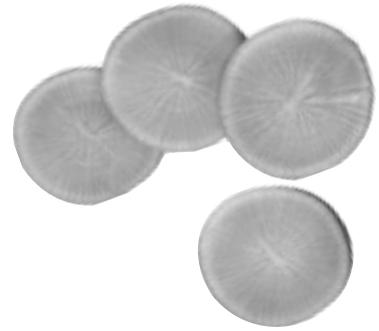
Culture

Le panais préfère les sols meubles, profonds, modérément riches et légèrement alcalins. Le sol doit être exempt de roches, de débris ou de tout autre obstacle pouvant faire fourcher ou tordre les racines sur une profondeur d'au moins 30 à 35 cm.

Le panais est cultivé en plein soleil dans un sol bien fertilisé l'année précédente ou ayant reçu environ 1 cm de compost bien décomposé (1 % d'azote). Le panais est plus exigeant que la carotte. Un excès d'azote entraîne un surdéveloppement du feuillage et sensibilise les plants aux parasites. Des rotations de trois ans sans 'Ombellifère' sont conseillées.

Il est préférable d'utiliser de nouvelles semences chaque année et de les faire tremper durant quelques heures. Le semis doit être dense, car le taux de germination varie entre 60 % et 70 % seulement et les graines sont enfouies de 0,6 à 2 cm de profondeur.

La germination peut prendre jusqu'à trois semaines, parfois plus. Quelques graines de radis peuvent être plantées simultanément pour indiquer le rang. Le sol doit être maintenu humide. Une mince couche de mousse de tourbe aide à conserver l'humidité et à empêcher le sol de croûter. Sinon, des binages très superficiels peuvent être effectués pour maintenir la surface meuble et, ainsi, faciliter la levée des plantules.



Une distance de 8 à 15 cm entre les plants est recommandée lors de l'éclaircissage, selon la durée de la culture et la taille des racines à la récolte. Il est important de contrôler les plantes adventices au début de la croissance.

Les racines laissées en place durant l'hiver seront recouvertes de compost, de feuilles mortes, de copeaux de bois ou de paille pour éviter que le collet fendille et devienne spongieux lors de gels et de dégels successifs.

Associations et compagnonnage

Le radis, l'oignon, la carotte, la betterave, le haricot, le pois et la coriandre peuvent être associés avantageusement au panais. L'oignon et la coriandre déroutent la mouche de la carotte.

Ravageurs et maladies

En général, peu de ravageurs et de maladies surviennent lors de la culture du panais. Toutefois, la mouche de la carotte, les altises, les cicadelles et le charançon de la carotte peuvent causer des dommages. Le chancre itersonilien, le rhizoctone commun et des fendillements horizontaux des racines peuvent survenir. Les maladies nécessitent rarement un traitement.

Réactions allergiques

Les feuilles de panais renferment des furanocoumarines. Ces substances, combinées à une exposition à la lumière, peuvent causer des irritations cutanées avec formation de cloques chez certaines personnes.

Le panais frais peut aussi provoquer une sensation de brûlure dans la bouche et la gorge chez des personnes allergiques au pollen. Une toute petite bouchée permet de faire un test préventif. Les substances allergènes se dégradent normalement lors de la cuisson.

Récolte et conservation

Le panais se récolte durant l'été, en automne ou au printemps suivant avant que les premières feuilles croissent. Il est prudent de porter des gants lors de la récolte. Le panais perd rapidement son eau une fois récolté. Il se conserve durant quelques semaines au réfrigérateur dans un sac ou une pellicule de plastique perforée et plus longtemps encore dans de la mousse de tourbe humidifiée au besoin. Un hangar ou un caisson isolé placé à l'extérieur permet de conserver les racines jusqu'en décembre.

Valeur nutritive et propriétés

Le panais est relativement riche en fer, en vitamine C, en acide folique et en fibres. Il est une bonne source de plusieurs minéraux (phosphore, magnésium, potassium, zinc, cuivre) et de plusieurs vitamines du complexe B et de vitamine E. Il renferme deux fois plus de sucre que la carotte.

Le panais est reconnu pour ses propriétés diurétiques, anti-rhumatismales, emménagogues. Il favorise la désintoxication.

Utilisation

Le panais se consomme fraîchement râpé, cuit à la vapeur ou au four, bouilli, sauté ou frit enrobé de farine et de parmesan. Il entre dans la préparation de soupes, purées, pot-au-feu et gratins. Il cuit plus rapidement que la carotte.

La chair du panais noircit au contact de l'air. Il suffit de le cuire rapidement ou de le faire tremper dans une eau légèrement citronnée ou vinaigrée.

Le panais se congèle entier une fois blanchi durant cinq minutes et durant trois minutes pour le panais tranché.

Valeur nutritive du panais par 100 g

Eau	80 %
Glucides	17,9 g
Protéines	1,2 g
Lipides	0,3 g
Fibres	4,9 g
Potassium	375 mg
Phosphore	71 mg
Sodium	10 mg
Énergie	75 Kcal

Recette

Soupe aux panais et aux pommes

Panais	225 g
Pomme de terre	1
Poireau	1
Échalotes	3
Persil finement haché	30 ml
Beurre	60 ml
Bouillon de poulet	725 ml
Jus de pomme	250 ml
Crème	60 ml
Sel et poivre au goût	

Couper les panais et la pomme de terre en dés et hacher le poireau et les échalotes. Sauter ces légumes dans le beurre durant environ 12 minutes.

Ajouter le bouillon de poulet et laisser mijoter durant environ 20 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Réduire le tout en purée au mélangeur.

Ajouter le jus de pomme, la crème, le sel et le poivre et cuire à feu doux. Ne pas bouillir. Servir chaud avec des tranches de panais frites.

Aux petits oignons

Le soufre, un pesticide écologique

Le soufre est un élément nutritif essentiel aux êtres vivants, dont les végétaux. Sous forme concentrée, ce minéral est employé depuis des lustres pour contrôler naturellement de nombreux pathogènes et plusieurs ravageurs.

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

Nom anglais	<i>sulphur.</i>
Principe actif	soufre (symbole S) de 5 à 200 microns de grosseur.
Propriétés	fongicide, acaricide, insecticide (ovocide), rodenticide.
Toxicité	irritation de la peau et des yeux; faiblement toxique pour les abeilles, les organismes aquatiques, dont les poissons, et les oiseaux.
Formes	poudre, poudre mouillable et mélange liquide prêt à appliquer.
Utilisations	traitements préventifs et curatifs de maladies chez les plantes potagères, petits fruits, arbres et arbustes fruitiers, plantes ornementales, et dans les terriers de vertébrés.
Organismes ciblés	pathogènes responsables de plusieurs maladies : anthracnose maculée (rosier), blanc, excoïose (vigne), gale, rouille, pourriture brune, tache noire (rosier), nodule noir (prunier), tavelure (pommier); acariens (tomate, cerisier, poirier, pommier).

Recommandations

Vaporiser sur toute la plante dès l'apparition des maladies et répéter le traitement tous les 10 à 14 jours selon les besoins pour protéger les nouvelles pousses, tiges, fleurs et

fruits; espacer les traitements d'au moins huit à dix jours pour éviter les brûlures et ne pas traiter plus de huit fois par saison.

Ne pas utiliser en plein soleil et lorsque la température excède 27 °C;

Ne pas appliquer au cours des 30 jours suivant un traitement à l'huile horticole.

Éviter d'appliquer sur les concombres, les courges, les melons, les vignes à raisin 'Concord', les poiriers 'Anjou' et 'Comice' ainsi que sur les fougères de Boston.

Ne pas pulvériser par vents soufflant en rafales ou lorsque la vitesse du vent est supérieure à 16 km/h.

Porter des vêtements de protection, utiliser des gants, porter des lunettes et éviter d'inhalier.

Noms commerciaux

C.I.L. Terre Mère soufre pour le jardin (92 % S); Later's soufre de jardin

fongicide (90 % S);

Fongicide soufre en liquide prêt à l'usage (Safer's, 0,40 % S); Safer's Defender fongicide pour le jardin naturel (0,40 % S);

Safer's Defender fongicide de jardin concentré (12 % S);

Safer's fongicide naturel pour le jardin naturel (12 % S);

Safer's 3 en 1 vaporisateur de jardin (soufre et savon insecticide);

Wilson Terre Verte soufre fongicide /miticide (92 % S);

Wilson Terre Verte soufre pour le jardin prêt à vaporiser (0,9 % S).

Produits apparentés

Sulfate de calcium ou sulfure de calcium, polysulfure de calcium et bouillie soufrée; soufre micronisé granulé utilisé comme engrais.

Aux petits oignons

Ces indispensables mycorhizes

Les racines des plantes sont entourées d'une gaine de microorganismes. Cette gaine naturelle, appelée rhizosphère, est constituée surtout de bactéries, de champignons en moindre quantité et, chez les plantes forestières, d'actinomycètes.

Utilité de la rhizosphère

La rhizosphère est un milieu d'échanges intenses entre le sol et les racines. Cette microflore libère des minéraux et d'autres substances qui seront assimilées par les racines. Les racines, elles aussi, fournissent notamment des sucres qui stimulent le développement de ces microorganismes bénéfiques.

Les mycorhizes

Les chercheurs ont réussi à sélectionner et cultiver un champignon, le *Glomus intraradix*, dont les filaments mycéliens pénètrent les radicelles et développe un réseau mycélien externe qui s'étend dans la rhizosphère. Ce champignon se retrouve chez la plupart des plantes cultivées et dans les différents types de sol. Cette association entre un champignon et une racine constitue une mycorhize. Dans ce cas spécifique, il s'agit d'une endomycorhize, car ce champignon se développe dans et entre les cellules des radicelles. Les champignons mycorhiziens qui entourent seulement les racines forment une ectomycorhize.

Des avantages marqués

La présence de mycorhizes est très bénéfique :

- meilleure absorption de plusieurs nutriments : phosphore, soufre, potassium, cuivre, zinc, bore;
- accroissement de l'absorption d'eau;
- augmentation des rendements;
- résistance accrue aux maladies racinaires, aux nématodes nuisibles, au stress, à la sécheresse et aux excès de métaux lourds;
- amélioration de la tolérance au froid;
- production de substances stimulant la croissance de la plante-hôte.

Des conditions à respecter

Le *Glomus intraradix* est vendu sous forme concentrée (Mycorise) ou incorporé à un substrat de culture à base de mousse de tourbe (Mycori-Mix).

La colonisation des racines et l'activité des mycorhizes sont optimales lorsque le sol est riche en matières organiques, bien drainé et normalement humide. L'ajout de phosphore soluble lors de la transplantation diminuerait leur activité dans les sols présentant déjà une concentration élevée de cet élément.

Le produit peut être appliqué avant l'ensemencement ou lors de la transplantation. Il s'agit d'en épandre une couche dans le sillon de plantation avant de semer ou sous les racines dans le trou de plantation. Il est recommandé d'arroser après l'application.

Il est préférable, dans la mesure du possible, de laisser en place les racines des plantes récoltées afin d'accroître la propagation de ces champignons utiles.



Vie communautaire

Nouvelles règles de civisme et de jardinage

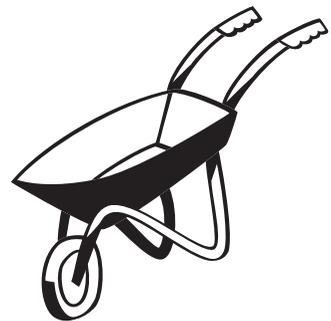
Des arrondissements ont entrepris la révision de leurs règles de civisme et de jardinage. Par conséquent, certaines règles en vigueur sont modifiées, des éléments particuliers sont précisés et de nouvelles règles peuvent être établies.

Voici quelques exemples :

- les jardinets sont attribués en priorité aux personnes demeurant dans l'arrondissement;
- le détenteur du jardinet est responsable des agissements du ou de ses cojardiniers et des personnes à qui il confie l'entretien de son jardinet en son absence;
- une attitude courtoise envers le personnel de l'arrondissement et les membres du comité du jardin est requise;
- les matériaux utilisés doivent être exempts de substances toxiques et conçus pour être utilisés à l'extérieur;
- le recyclage des résidus de culture, des matériaux de jardinage et de l'équipement devient obligatoire;
- la culture à des fins de vente est interdite.

De plus, un jardin communautaire peut adopter des règles particulières et les modifier par la suite. Le non-respect de ces règles spécifiques peut aussi faire l'objet d'un avertissement et d'un renvoi, pour autant que ces règles sont acceptées par l'arrondissement.

N'hésitez pas à consulter un membre du comité du jardin ou votre animateur horticole pour des précisions ou des informations complémentaires.



Les soins du Dr Desjardins

À surveiller en mai et en juin

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

Ravageurs

Altises (radis, navet, chou, betterave), chrysomèle rayée et chrysomèle maculée du concombre, perce-oreille européen, pégomyes (betterave, bette à carde, épinard), piéride du chou, fausse teigne des Crucifères et fausse arpeuteuse du chou, mouche du chou, vers gris.

Limaces, millipèdes

Oiseaux, écureuils

Semences et jeunes plants dévorés.

Maladies parasitaires

Fonte des semis, pourriture de la tige et des racines chez les plants transplantés, gale commune (navet, radis, rutabaga), racine noire (radis).

Gel

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

Les conseils terre à terre

L'asperge, la bette à carde, la betterave, la carotte, le chou, l'épinard, la laitue, le navet, l'oignon, le persil, le pois ordinaire et le radis supportent les petites gelées printanières.

Une heure de sarclage en début de saison équivaut à une journée de sarclage au mois d'août.

Évitez de circuler dans le jardinet après une pluie ou un arrosage afin de ne pas compacter le sol et épandre certaines maladies.

Prenez note des problèmes survenus et du résultat des solutions employées.

Éloignez l'estragon du persil et du thym, la sauge du romarin, de la sarriette et des oignons.

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 

Rédaction : André Pedneault
Révision : Marie-Ève Humbert
Conception graphique et révision :
Studio de design graphique, Ville de Montréal

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