

Claude Bureaux

Plantes compagnes

Cultures associées
& remèdes végétaux



Mini-Maxi

ULMER



© 2018 Les éditions Ulmer
24, rue Mogador - 75009 Paris
Tél 01 48 05 03 03
Fax : 01 48 05 02 04

Réalisation : Camille Fouché
Suivi éditorial : Raphaële Dorniol
Impression : Alcione, Trento

Printed in Italy
ISBN : 978-2-84138-961-2
n° édition : 961-01

Plantes associées, plantes compagnes

Le principe	4
Identifier les besoins des plantes	6
Des interactions « anti-ravageurs »	8
De l'utilité des fleurs au potager	10
La rotation des cultures	13
Les engrais verts	14
Les remèdes végétaux	16
Recettes des remèdes végétaux	18



Légumes

Ail, Artichaut	22, 23
Aubergine, Betterave rouge	24, 25
Carotte	26
Chicorée frisée	28
Choux	30
Concombre, cornichon	32
Courge, courgette	34
Échalote, oignon	36
Haricot	38
Laitue	40
Navet, Panais	42, 43
Poireau	44
Poirée, Pois	46, 47
Poivron, piment	48
Pomme de terre	50
Radis, Tomate	52, 53

Petits fruits et arbres fruitiers

Fraisier	56
Framboisier, mûrier	58
Groseillier, cassissier	59
Cerisier, prunier	60
Pommier et poirier	62
Index	64





Plantes associées, plantes compagnes

Autrefois, le jardin potager vivrier était complètement éloigné du jardin d'agrément. Aujourd'hui, le nouveau jardin familial associe avec bonheur les fleurs, les légumes, les arbres fruitiers, les plantes vivaces et les arbustes d'ornement, et multiplie les combinaisons possibles entre plantes « nourricières » et plantes « ornementales ».



Le principe

Bien associer légumes, fleurs, arbres et arbustes permet d'avoir un jardin plus sain, plus productif, sans utiliser de pesticides ou d'engrais.



Une grande diversité au jardin réduit les risques des maladies et d'attaques de parasites.

Dans la nature, de nombreux végétaux ne peuvent avoir un cycle végétatif parfait et complet que s'ils sont accompagnés par d'autres végétaux souvent de familles, de genres et d'espèces très différents, sans lesquels ils ne pourraient se développer harmonieusement. C'est ce que les naturalistes appellent les écosystèmes. Certaines

plantes vivent en symbiose complète, comme les lichens, d'autres ont besoin naturellement d'une « plante-hôte », comme l'orobanche qui vit carrément en parasite. D'autres encore profitent de la présence de « plantes-compagnes » qui attirent les insectes pollinisateurs ou, au contraire, repoussent les insectes ravageurs.

ASSOCIATIONS

Il est parfois difficile de définir précisément les associations végétales naturelles. C'est en observant la nature que le jardinier a pu comparer certains groupements ou « alliances phytosociologiques ». D'une façon parfois empirique, il a observé que les végétaux s'entraident et parfois s'aident mutuellement à germer, à fructifier ou tout simplement à se développer (tuteurage, ombrage, enrichissement du sol). Ils peuvent aussi se combattre ou se repousser. Mais une évidence s'impose, la nature ignore la monoculture et les plantes sont naturellement associées, parfois concurrentes mais toujours solidaires. Des « tours de mains », des bonnes pratiques de culture, parfois transmises de bouche-à-oreille, ont traversé le temps et sont de nouveau au « goût du jour », grâce à la culture biologique

et aux différentes actions entreprises pour la protection de l'environnement.

ROTATIONS

La rotation des cultures consiste à se préoccuper des bonnes associations entre plantes, non plus dans l'espace, mais dans le temps. C'est l'art de faire se succéder les différentes espèces légumières sur une même parcelle afin d'améliorer le sol, d'éviter l'appauvrissement en éléments minéraux et les carences, et de permettre la culture de plantes qui ne sont pas sensibles aux mêmes maladies ou parasites. L'importance de la rotation illustre à nouveau l'utilité d'un bon compagnonnage.

INFUSIONS ET MACÉRATIONS

Dans la nature, de nombreuses plantes ont appris à se défendre naturellement contre les maladies et les parasites. Le jardinier peut aussi en tirer parti en les utilisant comme insecticides ou fongicides naturels. C'est ainsi qu'après de nombreuses observations et parfois de tâtonnements, les



jardiniers ont mis au point des recettes d'infusions, de macérations ou d'extraits fermentés ayant des actions bénéfiques pour leurs cultures. Certaines mixtures ont des actions répulsives,

insecticides, fongicides ou stimulantes. D'une façon générale, la diversité des cultures favorise une croissance harmonieuse, la vie microbienne du sol et stimule les capacités d'autodéfense des plantes.



Identifier les besoins des plantes

Avant de former des associations de plantes, il faut identifier leurs qualités et leurs besoins. Certaines plantes sont gourmandes et appauvrissent les sols, tandis que d'autres, au contraire sont peu voraces et peuvent être cultivées en alternance.

LA CONCURRENCE DANS LE SOL

Les racines se développent diversement dans le sol et cela a une influence certaine sur l'absorption par les plantes des matières nutritives et des engrais.

► Les plantes voraces

Les choux, les tomates, les pommes de terre, certaines variétés de dahlias, les cannas (balisiers) sont des plantes voraces en substances nutritives et en oligoéléments. Il ne faudra pas les cultiver deux années consécutives à la même place. On devra songer à les remplacer l'année suivante par des plantes moins épuisantes pour le sol comme les épinards, les salades, les Alliées (oignon, ail, ciboule), les plantes à fleurs annuelles, tout en effectuant, si possible, un semis d'engrais vert (phacélie, moutarde blanche) entre ces cultures.

► Les plantes peu épuisantes

Les Légumineuses (haricots,

petits pois, dolique, fève, vesce) concentrent l'azote et sont très peu avides d'éléments nutritifs ou d'engrais. Elles épuisent peu le sol et peuvent être associées ou cultivées en alternance avec les plantes gourmandes.

► La concurrence physique

Certaines plantes peuvent avoir une durée de vie courte (légumes et plantes à fleurs annuelles), d'autres peuvent être installées durablement, comme les arbustes à petits fruits, les plantes à fleurs vivaces ou certaines potagères comme l'oseille, les artichauts, la rhubarbe, les asperges, les fraisiers ou diverses « bonnes herbes » aromatiques ou condimentaires. Les plantes dont les racines sont abondantes permettent une meilleure aération des terres et sont utiles au développement de la microfaune et de la microflore du sol. Mais elles peuvent être un frein à l'épanouissement

des plantes potagères ou de fleurissement estival. Il faudra faire attention aussi aux excès d'engrais organiques ou d'arrosage, qui obligent les arbres et arbustes, présents non loin de nos carrés de culture, à développer leur système racinaire en surface (la répétition des arrosages légers et courts qui favorise le développement des racines en surface). Celui-ci peut entrer en concurrence avec celui de nos plantes potagères ou florales. Les racines de certaines plantes, comme le chiendent, le liseron, les bambous ou les plantes vivaces traçantes, peuvent gêner la croissance des plantes potagères ou de fleurissement estival.

► La concurrence chimique

Des végétaux, comme le noyer ou de nombreux résineux, émettent dans le sol, par leurs racines, des toxines qui empêchent le développement des autres végétaux.

LA COMPLÉMENTARITÉ DANS L'ESPACE

Au-dessus du sol, les plantes n'ont pas toutes les mêmes besoins d'espace.

► Le besoin d'espace

Les Cucurbitacées (courges, courgettes, melons), l'angélique, l'artichaut, la rhubarbe, les cardons, la tétragonne, le ricin ou les grands dahlias ont un besoin d'espace vital approprié à leur développement.

► Les cultures intercalaires

Certaines de ces plantes gourmandes en espace, comme la tomate, le concombre, le chou ou les aubergines, n'ont besoin au début de leur culture que de peu de place. On peut alors réaliser des cultures intercalaires avec des plantes de petite taille ou qui vivent peu de temps, comme le cerfeuil, le cresson alénois, le cresson de terre, les salades à développement rapide, la roquette, le pourpier, le phlox de Drummond et bien sûr les « radis de tous les mois ». Ces derniers sont souvent utilisés en raison de leur facilité de culture en pleine terre et leur indifférence de compagnonnage. Les récoltes commencent dès que les premiers radis



Culture intercalaire de betteraves et de chicorées entre les choux.

sont formés et ne gênent en rien le développement des autres plantes. Cependant il est parfois nécessaire d'échelonner les semis (tous les 15 jours à 3 semaines) pour assurer la continuité de la production jusqu'au développement complet des plantes compagnes. La culture intercalaire la plus pratiquée est : radis, laitue et chou cabus ou de Milan ; mais les semis de radis peuvent se faire également entre les pieds des

grands dahlias, de capucine, de coloquinte, de glaïeul, d'ipomée, de tournesol, de souci, et même entre les rosiers.

À SAVOIR

Un peu de vocabulaire

Culture intercalaire : culture sur le même rang (en pratique, aujourd'hui, de plus en plus pour gagner de la place dans nos petits jardins).

Culture alternée : culture sur des rangs parallèles.



Des interactions « anti-ravageurs »

Certaines plantes ont la faculté de repousser les insectes, les petits mammifères ou même les champignons.

Si certaines associations bénéfiques, comme la culture d'ail dans les rosiers ou d'œILLETS d'Inde dans les tomates, ont été scientifiquement étudiées, la plupart sont le fruit de l'étude attentive par les jardiniers de leurs cultures, qui leur ont permis de constater les bons mariages ou les incompatibilités entre les végétaux. Par leurs observations,

ils ont pu définir rationnellement quelles raisons pouvaient pousser les plantes à mieux se comporter dans le mariage.

LES ACTIONS ANTI-RAVAGEURS

Certaines plantes peuvent avoir une influence positive dans l'espace entourant leurs racines et leur feuillage (ombrage, maintien d'une certaine

fraîcheur ou humidité et surtout parfum). Mais il faudra cependant éviter de cultiver des plantes vivrières, dont on utilise les feuilles, les fleurs ou les fruits, avec des plantes dont les parfums peuvent rendre leur consommation désagréable comme l'aneth, le fenouil, les pÉLARGONIUMS, la menthe, la mélisse, les pyrÈTHRES, les asters ou, par principe de précaution, avec des plantes dont la toxicité est reconnue comme le ricin, les daturas (*Brugmansia*), le muguet, l'aconit, les tabacs d'ornement et la digitale. Je déconseille également la culture, auprès de légumes dont on consomme les racines, de raifort, d'onagre ou de pivoine officinale pour l'odeur de leurs racines, et du muguet pour sa toxicité.



Ail et rosiers.

LES ASSOCIATIONS AUX BÉNÉFICES AVÉRÉES

► S'il est avéré que le **cresson, le persil et la primevère** ne font pas bon ménage avec **les chicorées, les laitues ou les scaroles**, on sait aussi que, semées précocement, ces salades s'associent particulièrement bien avec les **radis**. Elles repoussent l'altise dangereuse pour ces derniers. On sait aussi qu'elles affectionnent le cerfeuil qui déplaît tant aux limaces.

► L'association de la **bourrache et du fraisier** semble également d'un grand intérêt. En effet, ces deux plantes ont pratiquement les mêmes exigences de culture et la bourrache, plante annuelle, qui se ressème toute seule dans les fraisiers a l'avantage d'attirer les insectes pollinisateurs.

► **La culture d'ail, d'oignon, de ciboulette ou de cive avec les pêchers ou les rosiers** a une présence bénéfique contre la cloque du pêcher et redonne un aspect sain et vigoureux aux rosiers.

► **Le souci (*Calendula*)** a des vertus répulsives envers de



Ail et ciboulette au pied d'un pêcher.

nombreux insectes parasites des choux, des navets et des giroflées.

► **La menthe** a une réputation bien établie contre la piéride du chou.

► **L'aneth** a une réelle action répulsive contre les pucerons noirs.

► **Le fenouil** peut dissuader l'altise ou la mouche du

navet. **Les pélargoniums**, même s'ils peuvent parfois modifier le goût des légumes par leurs insistants parfums, ont la propriété de tenir les insectes parasites à l'écart.

► L'alliance réussie entre **l'œillet d'Inde et la tomate** ne fait aucun doute.