

Introduction . . . . .	4
Plantes associées, plantes compagnes. . . . .	6
LES BONNES ASSOCIATIONS (tableau récapitulatif). . . . .	16
La rotation des cultures . . . . .	20
Les remèdes végétaux : purins, décoctions et extraits . . . . .	22
LES RECETTES . . . . .	25
Les paillages végétaux et le bois raméal fragmenté . . . . .	32
LES TYPES DE PAILLAGE . . . . .	34
Les engrais verts . . . . .	38

## LÉGUMES . . . . . 43

Ail. . . . .	44	Laitue . . . . .	72
Artichaut . . . . .	46	Mâche . . . . .	74
Asperge . . . . .	48	Melon . . . . .	76
Aubergine. . . . .	49	Navet. . . . .	77
Betterave rouge. . . . .	50	Oseille . . . . .	78
Carotte . . . . .	52	Panais . . . . .	80
Céleri. . . . .	54	Patate douce, volubilis, ipomée. . . . .	81
Chicorée frisée. . . . .	56	Poireau . . . . .	82
Choux . . . . .	58	Poirée . . . . .	84
Concombre, cornichon . . . . .	60	Pois . . . . .	86
Courge, courgette . . . . .	62	Poivron, piment. . . . .	88
Échalote, oignon . . . . .	64	Pomme de terre. . . . .	90
Épinard . . . . .	66	Radis . . . . .	92
Fenouil. . . . .	68	Tomate . . . . .	94
Fève . . . . .	69	Topinambour, hélianti et tournesol . . . . .	96
Haricot. . . . .	70		

## PETITS FRUITS . . . . . 98

Fraisier. . . . .	100	Framboisier, mûrier, ronces à fruits, loganberry . . . . .	104
Groseillier, cassissier et autres Ribes . . . . .	103		

## ARBRES FRUITIERS . . . . . 106

Abricotier . . . . .	108	Cognassier . . . . .	110
Cerisier, prunier et autres prunus . . . . .	109	Pêcher . . . . .	112
		Pommier et poirier. . . . .	114

## FLEURS DU POTAGER . . . . . 116

Capucine . . . . .	118	Œillet d'Inde, rose d'Inde et autres tagètes. . . . .	122
Dahlia . . . . .	120	Rosier . . . . .	124