

Xavier MATHIAS

Produire des légumes en hiver

même sans abri



ulmer



Qui d'entre nous ne rêve d'une existence plus douce pour lui et pour la Terre? À l'heure où notre vieux monde menace de s'effondrer, la collection « Résiliences » a pour objectif d'accompagner ses lectrices et ses lecteurs dans l'invention d'un art de vivre respectueux de la nature. Pour parvenir à accorder notre empreinte écologique aux limites de la seule planète dont nous disposons, il convient de revisiter en profondeur chaque aspect de notre vie quotidienne: alimentation, habitat, énergie, transports, vêtements, santé, travail, loisirs, culture...

Dès aujourd'hui, chacun de nous peut s'engager efficacement pour restaurer l'intégrité de la biosphère et transmettre aux générations futures une planète où il fera bon vivre. Faisons de l'indispensable transition écologique une opportunité pour redonner du sens à notre vie, conquérir notre autonomie et réveiller notre créativité!

« Résiliences » propose des guides pratiques centrés sur une thématique unique, donnant l'essentiel de ce qu'il faut savoir pour maîtriser un nouveau champ de compétences. L'esprit de « Résiliences » est de prendre la nature comme source d'inspiration. L'usage des ressources biologiques, vivantes et renouvelables, est privilégié. L'approche est délibérément low-tech, car la meilleure technologie alternative est une alternative aux technologies!

Nous voudrions partager avec vous cette conviction: plutôt que de se lamenter sur l'effondrement du vieux monde, mieux vaut contribuer joyeusement à la naissance du monde de demain!

Charles HERVÉ-GRUYER,
Directeur de la collection « Résiliences »

Sommaire

Un regard de maraîcher	9
1 Les légumes pour l'hiver dès le printemps?	11
Température et lumière: les facteurs limitants	11
Design et planification: les clés du potager pour l'hiver	12
Les règles de la planification	13
Contre-plantation et chevauchement	18
À nous de jouer!	20
2 Les moyens matériels	23
Le stockage	23
Cultiver sous abri froid	28
3 Les légumes pour l'hiver	35
Les « légumes-racines »	41
Les « légumes-feuilles » rustiques	61
Les « légumes-fruits », les cucurbitacées	79
Les légumes vivaces	93
Les graines, un trésor en hiver	103
Les spontanées de l'hiver	113
Conclusion	119
Tableaux de planification des légumes	120
Adresses	122
Bibliographie	125

L'hiver, la vraie saison des légumes ?

Un regard de maraîcher

Même si c'est rappeler une évidence: les légumes ne poussent pas en hiver, cela n'empêche pas que certains supportent des températures froides, voire très froides, cependant cela n'a rien à voir avec la pleine saison et n'est pas suffisant pour composer un étalage attractif au marché, ou composer des paniers diversifiés. Pour un maraîcher, la tentation est grande de s'équiper en tunnels ou serres pour prolonger la saison. Ce ne fut pas mon cas. Je ne suis pas très amateur de ce genre d'équipements. Pour commencer, c'est un vrai investissement. À chaque coup de vent (et ils sont fréquents), on tremble pour nos structures, et l'idée de passer des heures sous un ciel de verre ou de plastique ne faisait pas partie de mon rêve d'origine.

Et puis surtout, il y a la terre, c'est toujours elle qui décide. La mienne, limono-argileuse, est lourde, froide et fragile. Même avec une bordée de tunnels, jamais je n'aurais pu prétendre à ce qui est possible dans les sols

sableux. N'allons surtout pas imaginer que ce soit un handicap, c'est au contraire un formidable atout. Même si cela a demandé du temps, de la patience et surtout de la passion, je me suis aperçu que la diversité fabuleuse des légumes permet en fait de composer de magnifiques étalages ou paniers, même au cœur de l'hiver. Je suis d'ailleurs persuadé que la vraie saison des légumes est justement l'hiver.

Que l'on soit professionnel ou amateur, la contrainte est exactement la même, bien que la motivation d'origine diffère: le premier doit vendre toute l'année ou presque, le second, s'il est en quête d'autonomie, doit aussi disposer d'une production suffisamment abondante et diversifiée quand le potager est au repos. Pour l'un comme pour l'autre, les nouvelles sont excellentes: il est inutile d'user d'énergies fossiles ou de couvrir de serre son lieu de production pour se nourrir, car même pendant la bien mal nommée morte-saison, la diversité nous accompagne.





Les légumes pour l'hiver dès le printemps ?

TEMPÉRATURE ET LUMIÈRE : LES FACTEURS LIMITANTS

L'hiver, une simple question de météo ?

Qu'est-ce que l'hiver au potager ? Peut-on parler d'hiver comme s'il s'agissait d'une réalité unique à Toulon, ville la plus chaude de France, et à Langres, la plus froide ? Pourtant, c'est ainsi que de prime abord, nous aurions tendance à définir cette saison : l'hiver, il fait froid. Certes, les températures chutent par rapport à l'été, néanmoins comment expliquer, autrement que par ces simples degrés Celsius, que la production de légumes marque nettement le pas dans des régions pourtant chaudes ? Bien sûr, l'interruption de la production y est effectivement plus brève, néanmoins elle décroît véritablement même dans les régions méridionales.

Le photopériodisme : une donnée fondamentale

En France, pays de latitude moyenne, la nuit dure jusqu'à 15 h

en hiver pour une longueur de jour de 9 h, et inversement l'été. En fait, voici un facteur limitant sur lequel il est finalement plus complexe d'influer que les températures. Il est possible avec des procédés relativement naturels de protéger du froid, voire de générer de la chaleur, il est en revanche impossible d'allonger la longueur du jour dans des conditions écologiquement soutenables. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'il est à ce point risqué de cultiver des sélections qui ne sont pas adaptées à

LE RÉCHAUFFEMENT CLIMATIQUE AU POTAGER

On pourrait imaginer que ce réchauffement global des températures, qui se traduit notamment par des automnes et des hivers plus doux au potager, facilite les cultures tardives. Il n'en est rien, nous sommes trop éloignés de l'équateur. L'hiver en France, il fait nuit trop longtemps pour de nouveaux semis.

la saison. Une variété sélectionnée pour l'été supportera des températures basses. En revanche, des jours trop courts altèrent, voire inhibent, son développement. Ainsi, quand sur nos sachets de graines est systématiquement mentionnée une période de semis, elle n'est pas uniquement établie en fonction des températures, mais tient aussi compte du photopériodisme.

Même si le froid n'est pas la seule caractéristique de l'hiver, entre intempéries et jours courts, il n'est pas conseillé au jardinier de se montrer trop actif pendant la morte-saison au potager. Il y a de fortes chances pour lui d'y grelotter mais surtout, nettement plus dommageable, le sol souvent détrempé, quand il n'est pas gorgé d'eau, ne se remettra pas d'un tel mauvais traitement. Le piétinement et son corollaire, la fermeture des porosités du sol, aura des conséquences dramatiques pendant au moins toute la saison à venir, avant que le gel, si gel il y a, n'y remette bon ordre l'hiver suivant. Néanmoins, pas d'inquiétude, s'il est compliqué de travailler *au* potager, il est tout à fait possible et même conseillé d'œuvrer *pour* le potager.

DESIGN ET PLANIFICATION : LES CLÉS DU POTAGER POUR L'HIVER

On peut traduire l'anglicisme *design* quand il s'agit de permaculture par *dess(e)in* pour mieux comprendre ce concept. Il s'agit en fait de réfléchir à la *conception*, l'*aménagement*, la *planification* et l'*organisation* de nos lieux. Traditionnellement, les maraîchers bio classiques, surtout bio-intensifs, font une planification très rigoureuse de leurs cultures. Des jardiniers amateurs n'auront pas à apporter le même soin et le même savoir-faire, néanmoins il est INDISPENSABLE de consacrer quelques heures en hiver à faire ce travail si on ne veut pas, quand la saison commence, faire du coup par coup.

Une vision à moyen terme, au minimum sur les quelques mois qui vont suivre, permettra d'éviter d'avoir un potager « rempli » de cultures estivales sans disposer de l'espace minimum pour implanter les cultures destinées aux récoltes d'automne et d'hiver. Avoir des légumes en hiver se décide au plus tard au printemps, ou mieux encore l'hiver précédent, dès la première intention de mise en culture.

*Avoir des légumes en hiver
se décide au plus tard au printemps,
ou mieux encore l'hiver précédent.*

LES RÈGLES DE LA PLANIFICATION

Revenir au dessein

Avant toute chose, il est indispensable de bien revenir au *dessein*. Pourquoi ce potager? Il est évident que si nous souhaitons cultiver une collection de tomates, aussi bonnes soient-elles, à moins d'avoir énormément d'espace et de temps, ce sera au détriment des cultures destinées à la basse saison. À nous aussi de savoir nous montrer le plus conscient possible des limites imposées par nos régions. Des potagers consacrés à la ratatouille dans toutes les régions du nord au sud, cela peut fonctionner, mais pas chaque année pour les jardiniers « du Nord », et à condition

d'y consacrer beaucoup de temps, de place et d'énergie, et toujours au détriment des cultures destinées à l'automne et l'hiver.

Faire sa « planif » pour la saison

Jamais nous ne reviendrons assez sur la nécessité d'une planification rigoureuse, sans tomber dans la maniaquerie, pour parvenir à récolter des légumes en hiver. Les panais sont semés en place au mois de mai, les navets autour du mois d'août... tout ceci doit être anticipé pour disposer de suffisamment de place et de temps.

Pour ce petit exercice de planification, il est indispensable de tenir compte de cinq critères essentiels:

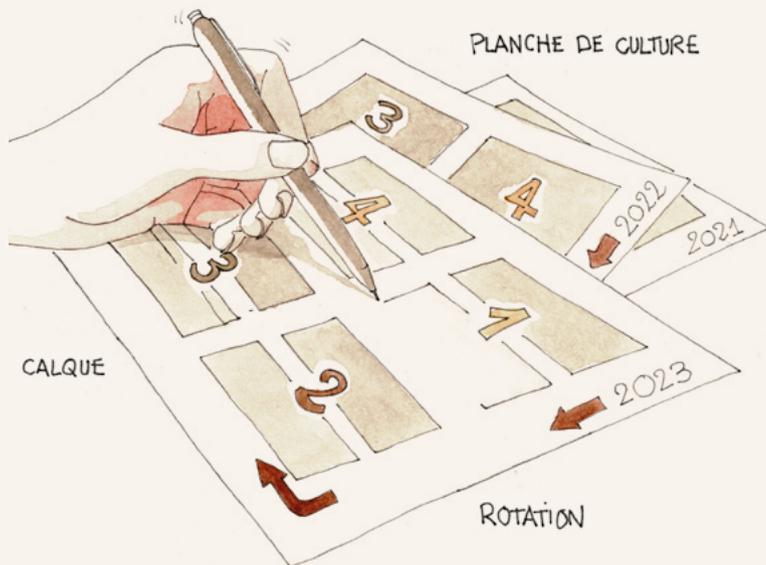


Éclaircissement des semis de navets.

LE PLAN

En fonction de ses compétences, chaque jardinier trouvera sa méthode et son support les plus efficaces. Un peu « vieux jeu » à l'ère de l'ordinateur, mais ayant plus que largement fait ses preuves, la technique du calque reste très efficace. Sur une feuille de grand format, tracez au crayon noir et à l'échelle les contours de votre potager en prenant

soin, pour chaque parcelle ou micro-parcelle, d'y faire figurer les planches de culture et de les nommer (P1, P2, P3, etc.). Sur cette feuille, on viendra chaque année apposer un calque mentionnant les cultures prévues. Ces calques sont précieux. Ils permettent d'une part de s'assurer de la cohérence de son plan, mais aussi de respecter les indispensables rotations.



LE CLIMAT

Cela peut passer pour une lapalissade: tenons mieux compte du climat de nos régions au moment de faire sa planification. On ne peut pas cultiver les mêmes espèces dans un climat semi-montagneux que dans une plaine méditerranéenne. Chacun est libre de tenter toutes les cultures souhaitées, dans un souci d'acclimatation par exemple, au détriment des légumes d'hiver cependant.

LA NATURE DU SOL

Le propre de la sélection ayant porté sur les légumes est leur polyvalence quant à la nature du sol. On peut cultiver des carottes en sol lourd et pierreux; quand elles fourchent, c'est plus lié à la préparation du sol qu'à sa nature. Ce ne sont pas les mêmes contraintes, mais il est tout à fait possible d'y obtenir de belles racines, en ayant pris soin de cultiver sur buttes par exemple. Néanmoins, là où la nature du sol influe, c'est sur la précocité des cultures: un sol argileux est beaucoup plus long à se réchauffer et se travaille nettement plus tard qu'un sol sableux.

En revanche, il est vrai que cultiver ignames, asperges ou même scorsonères est une vraie gageure sur des sols lourds et argileux. Là encore, hormis travailler sur buttes ou couches, si la culture ne pose pas de problème, la récolte sera quasi impossible.



Rotation des cultures dans un potager biologique.

LES ROTATIONS

Si les associations de culture sont sujettes à des discussions sans fin (cf. les nombreux ouvrages et sites contradictoires à leur sujet), la règle des rotations, elle, ne l'est pas. Bien la respecter est la première mesure prophylactique à suivre dans un potager naturel. À cette règle incontournable des familles, on ajoute aussi les exigences en fertilisation et la partie de la plante destinée à être consommée, en général légitimement hypertrophiée. Même si cela n'est pas toujours vrai botaniquement (cf. p. 41 « Légumes-racines »), on parle de légumes-feuilles, fruits, racines et fleurs.

À première vue, l'hiver n'est pas une période propice aux récoltes abondantes au potager, et pourtant, de nombreux légumes s'y prêtent parfaitement! Ce livre rassemble toutes les informations permettant de se nourrir de plus de 40 légumes vraiment adaptés à cette saison, sans avoir recours aux serres chauffées ni aux techniques nécessitant les énergies fossiles (congélation ou pasteurisation). Car pour avoir des légumes en hiver, il s'agit avant tout de planifier ses cultures, de savoir stocker... et surtout de s'appuyer sur la diversité des légumes, principe de base de la permaculture.

Xavier MATHLAS est maraîcher bio et formateur en maraîchage biologique, agroécologie et permaculture. C'est un expert reconnu du potager et auteur à succès de nombreux ouvrages sur ces sujets.



Vivre avec une seule planète

ISBN : 978-2-37922-239-9



9 782379 222399

PRIX TTC FRANCE: 15,90 €