



OCTOBRE AU POTAGER

Découvrez
plus de conseils
sur le blog



SEMIS SOUS ABRI

Chou brocoli,
Chou cabus,

Chou fleur,
Laitue.



SEMIS EN PLEINE TERRE

Chicorée,
Épinard,

Laitue,
Mâche,

Navet,
Pois.

CONSEILS DE JARDINAGE



RÉCOLTEZ LES DERNIERS LÉGUMES

Cueillez les dernières courges et courgettes restées au potager, avant les premiers gels, ainsi que les tomates qu'elles soient mûres ou non. Les vertes pourront être transformées en confiture ou en chutney, ou finiront simplement de murir à l'intérieur.



SEMEZ DES ENGRAIS VERTS D'AUTOMNE

Semez des engrais verts, comme l'avoine, le seigle, la vesce ou encore la moutarde. Ils protègent efficacement le sol durant l'hiver et apportent de l'azote assimilable ainsi que de la matière organique aux prochaines plantations.



SEMEZ DES LÉGUMES-FEUILLES D'HIVER

Semez des légumes-feuilles résistants au froid tels que des épinards, des laitues d'hiver, des mâches ou encore de la roquette. Ils regorgent de vitamines et de minéraux comme le calcium, le magnésium, le bore et la vitamine K !

TRUCS & ASTUCES

STOCKEZ LES COURGES

Placez les dernières courges et courgettes dans des cagettes sans qu'elles se touchent pour éviter les contaminations de maladie. Une autre méthode consiste à installer chaque fruit dans un filet, suspendu en hauteur, dans un endroit sec et hors gel.

NOURRISSEZ LA TERRE DU POTAGER

Incorporez des amendements organiques, comme du fumier ou du compost bien décomposé. Ils nourrissent le sol, améliorent sa structure, sa texture, son drainage ainsi que son aération et contribuent à le maintenir vivant.

ÉVITEZ LES PAILLIS EN RÉGION HUMIDE

Utilisez préférentiellement des déchets verts relativement fins et à la décomposition plus rapide, comme les tontes d'herbe, dans les régions fraîches et humides. Ces couverts limitent la prolifération des gastéropodes, particulièrement friands des semis printaniers.

RÉCOLTE

Aubergine, Basilic, Betterave,
Carotte, Céleri, Chicorée, Chou brocoli,
Chou cabus, Chou de Bruxelles,
Chou fleur, Chou frisé/Kale, Ciboulette,
Concombre, Coriandre, Blette, Courge,
Courgette, Épinard, Haricot, Laitue,
Maïs, Melon, Navet, Oignon, Pastèque,
Poivron & Piment, Poireau, Radis,
Radis d'hiver, Tomate



IDÉE RECETTE

SOUPE DE COURGE

INGRÉDIENTS

1 courge "Pink Banana Jumbo", 1 oignon, 2 carottes, 2 gousses d'ail, du sel, du poivre, du miel, quelques feuilles de sauge, des graines de courge.



Coupez la courge dans la longueur et placez chaque moitié, chair vers le bas, sur une plaque. Enfouissez et laissez cuire environ 1 h à 180 °C, jusqu'à ce que la chair soit fondante. Sortez la courge du four, prélevez la chair et réservez. Émincez l'oignon, puis l'ail et coupez les carottes. Faites revenir l'oignon et les carottes dans une sauteuse. Ajoutez l'ail et la courge, assaisonnez et cuire 3 min. Ajoutez une cuillère à soupe de miel et remuez encore 2 min. Versez 1 L d'eau sur les légumes, ajoutez quelques feuilles de sauge, et attendez que l'eau bouille. Couvrez, baissez le feu et laissez cuire 20 à 30 min. Retirez du feu et mixez finement. Servez et ajoutez quelques graines de courges.