



EN DIRECT DU JARDIN

Octobre 2025

ENDIVE

Ce sont des salades chicorées qui se sèment en terrine entre le 15 avril et début mai. Conduite ensuite une à une en petit pot, je les repique lorsqu'elles atteignent la taille d'un plant de salade, en quinconce à 30 cm en tous sens. Prévoir 1 à 2 binages au démarrage, puis un paillage quand elles se développent. Vers le 15 octobre, j'arrache toutes les racines, je coupe les feuilles à 2-3 cm du collet. Puis je viens les enterrer dans les contenants style caisse ou seau. Je mets du sable avec un peu de terre. Le substrat utilisé ne doit pas être trop riche sinon il faut pourrir les racines. C'est l'énergie emmagasinée dans la racine qui va permettre à l'endive de se développer. Il faut installer les caisses ou seaux remplis au noir dans la cave ou au cellier pour que les endives blanchissent et grandissent. Vous pouvez les couper plusieurs fois durant l'hiver, elles repousseront.



LA CHRYSANTHEME COMESTIBLE

chrysanthemum (chrysos en grec signifie «or» et anthemon , fleur)

Cette plante annuelle d'environ 50 cm ressemble à une petite marguerite blanche et jaune. Elle possède des propriétés anti-inflammatoire, antibiotique, elle réduit aussi la fièvre et protège notre cœur.

Tout dans cette plante est comestible mais les jeunes pousses et les feuilles tendres sont les meilleures.

On peut manger cette chrysanthème crue ou cuite (dans les soupes par ex).

SEMIS

On la sème dès mars, sous serre (on la repiquera quand le sol sera réchauffé) ou directement en terre en avril ou mai selon les régions et l'altitude. La chrysanthème comestible est une plante rustique qui s'adapte à presque tous les sols même si elle préfère les expositions ensoleillées.

