

Pois

Famille des Fabacées
Origine : Proche Orient
Plante annuelle

Deux grandes familles: **les pois à écosser** : les ronds ou lisses à privilégier pour les cultures printanières (voire avant l'hiver pour la Basse Corrèze) les pois ridés quand la température est plus élevée

les pois « mangetout » ou pois gourmands qui se consomment comme les haricots verts

Trois variétés : naine, demi- naine, à rames

Variétés utilisées par les jardiniers de l'APM :

nain de provence, serpette d' Auvergne (à ramer), téléphone (à, ramer) , roi des conserves (1m50)

mangetout : Carouby de Maussane, corne de bélier

Voisinage :

Favorable : carottes, épinards, radis

Défavorable : haricots, oignons, tomates, poireaux

Sol :

Terrain neutre, derrière légumes racine

Pas d'apport d'azote

Culture et entretien :

- semis :

En novembre ou mars les pois ronds, les ridés par la suite ramer avant le semis en disposant des supports de branches, des filets ou du grillage type « ursus ». Pour les variétés naines, 2 rangs de ficelle tendue entre des piquets espacés de 1 m sont suffisants.

Semer en lignes ou en poquets de 4/5 grains tous les 30 à 40 cm, les lignes seront espacées de 35 cm pour les variétés naines et de 50cm pour les variétés grimpantes.

- **Entretien** : buttage, sarclage régulier, désherbage

Nos astuces:

Après récolte, couper les plants de manière à laisser les racines dans le sol, ce qui améliore la teneur en azote .

Par la suite, installer des légumes tels que choux, poireaux ou chicorées

Maladies et parasites :

traitements :

Oïdium (variétés tardives)..... éliminer les parties atteintes (brûler), traiter au lait ou fleur de soufre en préventif

Pyrale du pois..... Traitement foliaire à base de lithothamne

Charançon..... Epancre de la cendre, traitement à base d'extrait d'ortie, de prêle, d'absinthe

Récolte et conservation :

3 mois après le semis. Cueillir les gousses jeunes et consommer aussitôt.

Congeler ou mettre en conserve les pois crus, la congélation permettant de sauvegarder un goût proche des produits frais

Faire ses graines :

Cette opération ne présente aucune difficulté, conservation 2 à 3 ans

Une de nos adhérentes expérimente **le pois asperge** (*lotus tetragonolobus*) ou pois ailé, vieux légume rampant qui produit des gousses de petite taille que l'on cuit comme les haricots verts et qui ont un goût d'asperge .



Haricots

Famille des Fabacées

Origine : Amérique du sud et Afrique du nord

Plante annuelle

Deux groupes différenciés par leurs origines :

- **Le genre Phaseolus**, originaires d'Amérique du sud : verts et en grains

- **Le genre Dolichos**, originaires d'Afrique : mongettes, doliques
Se consomment verts ou en grains

Variétés recommandées :

Sur l'offre très large existante, nous n'avons pas de préférence marquée

Deux variétés : nains ou à rames

Voisinage :

Défavorables : ails, poireaux, oignons, échalotes, fenouil

Sol

Légèrement acide, meuble, humifère. Pas d'apport d'azote ; seules les mongettes acceptent une légère fumure d'automne

Culture et entretien :

- **Semis** : sur sol réchauffé, après arrosage du sillon par forte température. Semer en poquets distants de 40cm ou en lignes (8 à 10cm entre les grains)

- **Entretien** : Sarcler, butter, biner, arroser si nécessaire

Maladies et parasites :

La mouche et les pucerons purin de plantes (ortie dilué à 10% + savon noir), produits chimiques

L'antracnose ou pourriture noire en prévention, extrait de prêle, bouillie bordelaise

La rouille détruire les plants contaminés, extrait de prêle en prévention

La bruche et le charançon (haricots en grains) :

Pour trier les grains susceptibles d'être contaminés par la bruche ou le charançon, les verser dans un récipient rempli d'eau, seuls les grains infectés flottent.

Récolte, conservation :

Conservation en gousses pour les grains, congélation et conserve pour les haricots verts (dans ce cas, choisir les « filets »)

Faire ses graines :

Cette opération ne présente aucune difficulté, conservation 2 à 3 ans

Adapter sa production à sa consommation :

- Afin de bien étaler sa production, échelonner les semis toutes les trois semaines environ, jusqu'à fin juillet

- Ne pas oublier que le haricot vert « filet » doit être cueilli très régulièrement, alors que le haricot « mangetout » peut attendre d'être récolté

A essayer :

Le haricot d'Espagne, très grimpant, est utilisé plutôt au jardin d'ornement. Pourtant les grains non colorés peuvent être consommés. Nos amis anglais consomment les jeunes gousses, lorsque le grain est tout juste formé, en les débitant en tronçons et en les cuisant comme les haricots verts.

Le haricot « mungo », à faire germer comme le soja.

Le haricot « beurre », de couleur jaune, se consomme comme le haricot vert.

