

# La feuille d'Horti

Bulletin de la SOCIÉTÉ DES HORTICULTEURS  
AMATEURS DE NANTES ET RÉGION

N° 337 - JUIN 2023



Placez votre main une minute sur un poêle, ça vous semble durer une heure. Asseyez-vous auprès d'une jolie fille une heure, ça vous semble durer une minute. C'est ça la relativité.

Albert Einstein

## Histoire de fleurs



Où donner de la tête et de la binette ? Juin est le mois de tous les possibles ! Le jardin s'épanouit, roses, agapanthes, hortensias, gorgés de la douceur du printemps, offrent leurs plus beaux atours. Les plantations des mois précédents tiennent leurs promesses et se fondent parmi les plus anciennes. Tondre, désherber, nettoyer, couper... Le jardinier ne connaît pas l'ennui. De fêtes des plantes en salons de jardins, son imagination est stimulée. Retour à la maison, les bras chargés de nouveaux sujets pour compléter, ici un massif, là une potée, un peu plus loin, un potager. Comme un peintre

qui retoucherait en permanence son tableau, ajoutant le trait de couleur manquant, le détail qui parfait l'ensemble... Quelle est la bonne palette pour réussir un massif de maître ? Le mois de juin est tellement gai et joyeusement fleuri, avec son explosion de couleurs dont on voudrait profiter longtemps, et surtout durant tout l'été... C'est possible, au prix quand même de quelques soins indispensables, parmi lesquels un nettoyage constant. Coupez, cueillez, éclaircissez, rabattez, retirez sans relâche les fleurs fanées, pour favoriser l'apparition de nouveaux boutons et le réveil de nouveaux bourgeons. Cela vaut pour les roses, bien sûr, mais aussi pour les plus fidèles vivaces, à bouturer d'ailleurs pour mieux les retrouver l'année prochaine.

Des rosiers qui explosent de mille fleurs, courent le long des façades, débordent généreusement des jardinières, répandent couleurs et parfums divins : ce spectacle fait envie forcément. Facile, à condition de ne pas bichonner ses rosiers seulement à l'arrivée des beaux jours. Avec les rosiers, ce qui compte, c'est la régularité. Ils nécessitent des soins tout au long de l'année. N'hésitez pas à les inspecter souvent, à enrichir leur terre, à les tailler, à les pailler... Ces gestes sont essentiels pour les aider à rester en bonne santé.

Facile, à condition de connaître les remèdes pour soigner tous leurs «petits bobos» : feuilles tachées, édentées, envahies de pucerons... Essayez les traitements maison : pulvérisation de purin de prêle confectionné à partir de 250 g de cette plante, mis à macérer dans 5 litres d'eau. Remuez régulièrement et filtrez au bout de 5 jours puis pulvérisez après 19 H.

## MANIFESTATIONS



Le 7 mai, notre association était présente à la bourse aux plantes de St Philbert de Grand Lieu, où nos plants de tomates et autres légumes ont eu du succès.



Le 12, un groupe de 23 membres a visité le superbe jardin paysager de Jean-Luc Ripoche, qui, le dimanche suivant, a animé son diaporama conférence sur les Açores.



Le 14 après-midi, nous étions présents pour notre cinquième sortie au vide jardins de la Gobinière d'Orvault. Encore une belle rencontre entre passionnés de jardins.

Notre atelier tomate a été très bien mis à l'honneur ce printemps...



### CLAFOUTIS D'AUBERGINES

de Babette de Rozières pour 8 personnes

Temps de préparation : 30 mn, temps de cuisson : 25 mn,  
niveau de difficulté : moyen



4 aubergines, 250 g de fromage de chèvre frais, 4 brins de thym, 2 échalotes, 6 brins de ciboulette, 6 brins de coriandre, 6 brins de cerfeuil, 6 brins de basilic, 6 brins de menthe, 6 jeunes pousses d'épinard, 4 gros œufs, 40 cl de crème liquide, 3 gousses d'ail, 8 c. à s. d'huile d'olive, sauce vinaigrette, 2 c. à c. de maïzena, sel et poivre, beurre.

- Lavez les aubergines puis coupez-les en petits cubes.
  - Pelez les échalotes et hachez-les grossièrement.
  - Hachez finement la ciboulette et l'ail.
  - Dans une sauteuse, faites revenir, sans coloration à l'huile d'olive, les échalotes, l'ail et la ciboulette. Ajoutez ensuite les cubes d'aubergines, remuez et faites-les dorer pendant 5 minutes. (Il faudra sans doute rajouter de l'huile, l'aubergine l'adore).
  - Tapissez le fond d'un plat de trois couches de papier absorbant, versez-y les aubergines et réservez.
  - Préchauffez le four à 200 °C.
  - Dans un saladier, battez énergiquement les œufs, la crème, le thym émietté et la maïzena. Salez et poivrez.
  - Beurrez huit ramequins, répartissez-y les aubergines, ajoutez le fromage de chèvre émietté puis recouvrez de la préparation aux œufs.
  - Enfournez pendant 15 minutes.
- Servez chaud, avec un mélange de salade et de pousses d'épinards aux herbes assaisonné de sauce vinaigrette.

#### Pour vos apéritifs : roulé carottes – saint Moret

Une pâte feuilletée carrée de préférence, 1 ou 2 carottes râpées, 100 gr de gruyère râpé, 150 g Saint-Moret, du persil, ciboulette, sel et poivre

Étaler le Saint-Moret sur la pâte feuilletée.

Mélanger dans un plat creux les carottes râpées, le gruyère râpé, le sel, le poivre, le persil ou la ciboulette.

Étaler ce mélange sur la pâte feuilletée.

Rouler cette pâte assez serrée, la badigeonner de jaune d'œuf.

Préparer la vieille et mettre au réfrigérateur au moins une nuit.

Le lendemain, couper en tronçon et faire cuire au four 180°/200°, 15 à 20 mn.

### Art Floral : voir sur le programme d'activités.

Danielle POMA : 02 51 80 82 49 & 06 30 33 97 60



## Communiquons



*Nous vous informons de la création de notre page Facebook, par Nadine, une de nos sociétaires. N'hésitez pas à la consulter, l'aimer, la partager et commenter. Pour y accéder, c'est très simple : taper FB : la Shaner.*

*Allez également visiter notre site internet : shaner.fr , où vous trouverez toutes les informations et actualités, le détail de nos ateliers art floral et vannerie, la liste des ouvrages à emprunter à la bibliothèque et à réserver à l'avance par mail... Pour cela cliquer sur l'onglet souhaité.*

### Echanges de plantes et grainothèque

Merci pour votre participation à l'échange de plantes ainsi qu'à la grainothèque pour le plaisir et l'intérêt de tous.

#### PROCHAINES «FLORIMATINALES» : DIMANCHE 8 OCTOBRE

09 H 15 Accueil

10 H 00 Brèves de la Société, conseils et chronique horticoles

10 H 30 Tout savoir sur les tomates par Marie Ledroit, Daniel Guéris; Laurent Pinot

### La feuille d'Horti

Bulletin de la SOCIÉTÉ DES HORTICULTEURS AMATEURS DE NANTES ET RÉGION  
7 quai Henri Barbusse 44000 NANTES

Contact : lashaner@free.fr - Site : shaner.fr - Tél. : 07 76 84 82 62

Responsable de la publication : le Président Jean-Christophe RIBES  
Comité de rédaction : le Conseil d'Administration



## UN PEU DE LECTURE



«Plus le temps passe et plus les légumes m'émeuvent !»  
«Plus le temps passe et plus les légumes m'émeuvent !»  
C'est ainsi que Xavier Matias débute cette déclaration jardinière, invitation au rêve et à l'émerveillement devant tant de magie et de stratégies développées par la nature, les légumes, fleurs arbres et autres herbes spontanées pour se faire une place au potager.

*Ce livre peut être emprunté à la bibliothèque.*

## QUELQUES TRUCS

La sauge officinale comme dés herbant végétal. En effet, elle n'aime pas la compagnie et ça se voit. Là où on la plante, la mauvaise herbe finit par disparaître, même le chiendent. C'est un bon petit soldat. Revers de la médaille, c'est une mauvaise compagne, pas question de la planter à proximité d'une plante fragile.

-----

Comment garder les têtes d'Hortensias durablement : elles passent en fin d'été par toutes sortes de tons qu'elles peuvent conserver en bouquet. On fixe les couleurs en trempant les tiges sitôt cueillies dans de la glycérine. N'attendez pas le dernier moment pour les cueillir : un séchage sous contrôle, la tête suspendue vers le bas est la seule façon de garantir une bonne conservation.

-----

Pour que vos plantes passent elles aussi de bonnes vacances durant les semaines où elles devront rester sans soin :

- déplacez les potées à l'ombre, sous un arbre à la ramure pas trop dense.
- enterrez à moitié les pots dans le sol. Les racines s'évaderont et iront chercher la fraîcheur.
- regroupez-les de façon à ce qu'elles concentrent la fraîcheur entre-elles.
- arrosez-les copieusement le jour du départ. Déposez de grosses coupes remplies d'eau tout autour.

-----

Si vous disposez d'une grande quantité d'aiguilles de pin, surtout, faites en bénéficier votre potager. En effet, leur intérêt ne se limite pas au paillage des plantes de bruyère qui aiment les sols acides, mais elles conviennent à l'ensemble de vos plantations, y compris celles du potager. Contrairement aux idées reçues, les aiguilles de pin ne stérilisent pas le sol. Un paillage d'aiguilles de pin favorise une meilleure aération et une meilleure infiltration de l'eau que les autres paillis. Il stimule la croissance des légumes et plantes acidophiles. De plus, ses vertus d'isolant permettent la croissance hivernale de certaines plantes comme l'ail, les framboisiers, les myrtilles, la rhubarbe, les fraisiers. Les aiguilles de pin permettent également de fabriquer un compost de qualité pour fertiliser le potager. Il faut pour cela, au préalable, les broyer pour qu'elles se décomposent plus rapidement. Il convient ensuite de superposer une couche de déchets de légumes ou de tonte, riches en azote, une couche d'aiguilles, puis une couche de fumier.

## LA TISANERIE

Et si on cueillait nos plantes cet été pour nos prochaines tisanes.

- ◎ Aneth, Aspérule, Achillée, Basilic, Coriandre graines, Estragon,
- ◎ Boutons de roses, (rose de Damas, Centifolia, Rugosa, Canina, Gallica),
- ◎ Camomille, Guimauve, Hysope, Lavande, Laurier commun,
- ◎ Monarde, Menthe, Mauve, Mélisse officinale, Origan,
- ◎ Ortie, Roquette des jardins, Romarin, Sureau, Soucis ou calendula officinal, Sauge, Verveine citronnelle.

Cueillir vos herbes lorsqu'elles sont dans leur plein développement.

Mettre à sécher aussitôt la cueillette ; il convient de les suspendre par groupe de 10 tiges avec une cordelette, tête en bas dans un lieu sec, non exposé à la lumière, et protégées d'un papier.

Il faut compter entre 5 et 15 jours selon la température.

Ne pas ajouter de nouvelles herbes à celles en cours de séchage.

Ne pas les laver, s'assurer qu'elles soient propres et sans parasites.

L'opération est terminée lorsque les feuilles s'effritent.

Recueillir les plantes sèches et les mettre en bocaux.

Les boutons de roses, et pétales de soucis donnent de la couleur à vos tisanes.

On vous dit donc à bientôt avec d'autres Tisanes et Recettes.

**Pour le partage de notre Grainothèque**, merci de récolter vos graines potagères et florales pour la rentrée d'octobre.

**Recette de l'eau de Rose** : sur 100 g de pétales non traités, verser 25 cl d'eau bouillante, infuser durant 12 H, puis filtrer. Conserver au réfrigérateur pendant une semaine. Utiliser matin et soir : hydrate et revitalise la peau.



Aspérule



Rose de Damas



Monarde



Verveine Citronnelle



Achillée



Rugosa

## LA PLANTE DU MOIS : LE LILAS



On dit du lilas qu'il est originaire du Moyen-Orient, ou de Chine, ou des Balkans. Bref, on ne sait pas. Il aurait ensuite transité par Constantinople avant de nous arriver sous le nom de Lilak. Lilak signifiant «bleu» ou «mauve» en persan. Arrivée toute diplomatique puisqu'il a été offert à l'ambassadeur de Ferdinand 1er, empereur du Saint-Empire romain germanique, par Soliman II, le Magnifique. Ambassadeur flamand féru de botanique, Ogier Ghislain de Busbecq est aussi celui qui introduisit, en occident, la tulipe et le marronnier d'Inde. Excusez du peu... Son dernier poste l'amenant à Paris, Mr l'ambassadeur y apporte le lilas dont il apprécie le parfum. Mais il faudra une famille d'horticulteurs de Nancy pour que, 300 ans plus

tard, le lilas commun se popularise dans les jardins hexagonaux. Une famille qui fera naître quelque 214 cultivars différents de *Syringa vulgaris*, comme Carl Von Linné baptisa le petit arbre en 1753.

Aujourd'hui, le lilas est avant tout synonyme de printemps. Et le jardinier attend souvent la floraison de cet élégant, pour planter les pommes de terre au potager. Une floraison assez courte, mais que les nostalgiques de son parfum attendent avec impatience.

On dit aussi que, dans le langage des fleurs, il accompagne les premières déclarations d'amour...

Plus prosaïquement, et plus sûrement, cet arbrisseau à feuilles caduques, qui dépasse rarement quatre mètres de haut, doit être planté au printemps pour avoir le temps de s'enraciner, ou à l'automne en le protégeant des fortes gelées, la première année.

*Syringa vulgaris* apprécie les sols profonds, sans toutefois être vraiment exigeant. Par contre, il aime vraiment les situations ensoleillées. Gourmand, il ne sera que plus florifère si on enrichit sa terre en compost ou en engrais organique. Une floraison mauve, blanche, bleue ou rose qui s'opère sur les rameaux de l'année précédente. Le lilas gagne donc à n'être que très peu taillé et plus du tout après juillet. On coupera juste les fleurs fanées pour éviter la formation de graines.

Toutefois, il est possible de «rajeunir» un trop vieux lilas en pratiquant une coupe très sévère, quasiment au ras du sol, d'octobre à mars.

### Entre histoire et légende

*Syringa vulgaris*, le lilas doit son nom à une nymphe grecque, particulièrement belle, Syrinx, bien décidée à vouer sa virginité au culte d'une déesse. Ce qui n'empêche pas le dieu Pan de lui faire une cour assidue, et même un peu plus... Poursuivie dans un marais, la belle n'échappe au divin harceleur qu'en demandant aux nymphes du lagon, ses sœurs, de la métamorphoser en arbuste. Ainsi, croyant saisir Syrinx, Pan n'attrape que de frêles branches qu'il transforme en... flûte. La flûte de Pan, pour continuer à «converser avec sa mie»...

Beaucoup plus tard, en France, les pèlerins prirent l'habitude de monter en chapelets les graines de lilas pour accompagner leurs prières. Le lilas devint ainsi un des symboles de la religion chrétienne et l'Eglise l'associa bientôt aux cérémonies de printemps et particulièrement aux baptêmes.

## POUR NE PLUS AVOIR L'AIR D'UNE COURGE !

Juin : courgettes, potimarrons et potirons poussent tranquillement dans le potager.

Trois variétés de cucurbitacées qui nous sont bien connues. Mais sait-on que cette vaste famille botanique compte quelque 130 genres, 800 espèces et 10 000 variétés ? Une gigantesque diversité de fruits, de la pastèque à la coloquinte, du concombre au pâtisson.

Dans la famille des cucurbitacées, c'est le genre *cucurbita* qui est évidemment le plus connu. Normal, c'est le genre qui offre le plus de variétés comestibles. De toutes les couleurs, de toutes les formes, mais comestibles. Et c'est bien là l'essentiel pour les jardiniers que nous sommes. Déclinons donc rapidement les 5 espèces du genre.

*Cucurbita pepo* : courgettes, courges et pâtissons, mais aussi coloquintes et citrouilles.

*C. moschata* : courges musquées, butternut, Sucrine du Berry, etc.

*C. maxima* : potirons, potimarrons et giraumons.

*C. ficifolia* : courge de Siam.

*C. argyrosperma* : courge du Mexique.

La plupart des membres de ces espèces sont intéressants dans la cuisine, où nous les considérons comme des légumes même si, du point de vue du botaniste, il s'agit bien d'un fruit. Mais, attention toutefois quand il s'agit de les déguster. En effet, les *Cucurbita* comestibles, peuvent parfaitement s'hybrider avec les coloquintes décoratives, de la même espèce, mais qui, elles, peuvent tout à fait vous rendre très malade, et même très malade.

Le taux élevé de cucurbitacine, une substance naturelle fabriquée par ces courges pour repousser les attaques des insectes prédateurs, est en effet, susceptible de causer de gros dérangements intestinaux, allant jusqu'à des saignements importants ou des déshydratations sévères... On a même vu, récemment, trois personnes intoxiquées perdre totalement leurs cheveux... Au total, 353 cas d'intoxication recensés par les centres anti-poisons en France sur quatre ans. En Allemagne, un homme est même décédé suite à une intoxication de ce type.

Et, pour une petite moitié, ces courges «empoisonnantes» avaient été achetées dans le commerce !

Un indice toutefois pour éviter l'indigestion : les soupes ou les purées à base de cucurbitacées comestibles sont le plus souvent très douces au goût. Un peu sucrées parfois. Les fruits non comestibles ont par contre une saveur très amère.

Alors, à la moindre amertume : poubelle ! Et une suggestion pour éviter d'avoir à jeter toutes les cucurbitacées cultivées au jardin : mieux vaut acheter de nouvelles graines chaque année que d'utiliser celles des courges récoltées au potager qui peuvent avoir été hybridées par des insectes, parfois venus de loin. Car, si vous ne cultivez pas de coloquintes et que vous vous croyez à l'abri de toute intoxication, êtes-vous bien certain que l'un de vos voisins n'en cultive pas ?



*Cucurbita pepo*



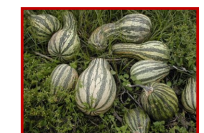
*C. moschata*



*C. maxima*



*C. ficifolia*



*C. argyrosperma*