



L'Echo des Retourne-Mottes

Solidarité, Précaution, Participation

Edito

L'été s'est installé rapidement, nous subissons une première période caniculaire difficile à supporter par la population surtout pour les enfants, les personnes âgées, les personnes malades.

Les services publics et sociaux se mobilisent pour donner toutes les informations et recommandations nécessaires au bien être de chaque individu.

Nous souffrons de la chaleur mais cette période caniculaire peut devenir préoccupante pour nos jardins sachant que certains légumes ne supportent pas les températures élevées comme les salades, les radis, navets à la différence d'autres légumes comme les courgettes, les tomates, les melons quand ces derniers sont plantés dans de bonnes conditions.

Pour affronter cette période caniculaire le jardinier doit utiliser les bonnes pratiques d'arrosage rappelées dans le magazine du « Jardin familial de France » notamment dans le dernier numéro (514).

Une température élevée occasionne également l'éclosion d'insectes tel que le doryphore celui-ci s'attaque à la pomme de terre.

Par notre attitude individuelle et collective pour le respect de l'environnement, il est important de vérifier chaque jour les plants de pommes de terre et d'écraser les larves, les insectes et les œufs qui sont au revers des feuilles.

Une sécheresse de longue durée est suivie généralement d'un arrêté préfectoral qui recommande à la population de limiter les arrosages intensifs lorsque celui-ci est en vigueur.

Juillet 2019 N°36

Bulletin d'information de l'association des jardiniers de Quetigny

L'association avertit par mail et affichage quand l'arrêté préfectoral est proclamé.

En cas de départ en vacances, pensez à prévenir votre voisin jardinier. Si vous confiez l'arrosage à un ami dites-lui de surveiller l'affichage de l'arrêté préfectoral.

Les manifestations avant la rentrée de septembre:

- 13 juillet place Abbé Picard
- 21 juillet vide greniers aux jardins

Michèle RAMEAU

Dates à retenir

Samedi 13 juillet : Place Abbé Picard

Dimanche 21 juillet : vide grenier aux jardins

Samedi 7 septembre: journée des associations, salle Mendès France

Samedi 21 septembre: marché bio Place centrale



Sommaire

- P-1 Edito
- P-2 Quelle image dans son jardin !
- P-3 Le gombo, légume insolite
- P-4 Le paillage au potager
- P-5 Le voyage à Cluny, les abeilles
- P-6 Citations, dictons, boîte à livres, hôtel à insectes et recette

Rédaction

- Annick Demougin
- Michèle Rameau
- Marc Bonnin
- Nadège Brideron
- Annie Champrenault
- Claude Depussay
- Brigitte Genot
- Roland Paccaud

Ce journal est distribué gratuitement aux jardiniers adhérents à l'Association des jardiniers de Quetigny

Pour contacter l'Association :

Courrier : Maison des Associations-2A, Bd Olivier de Serres – 21800 Quetigny

E-mail: association.jardiniers.quetigny@gmail.com

Site Internet: jardinsfamiliauxquetigny.fr

Quel image dans son jardin !

Nous avons la chance de posséder un petit lopin de terre sur un espace collectif. Celui-ci permet à chacun de semer, planter, récolter, consommer ses produits dans un environnement sain en respectant la charte jardinage et environnement.

Ce petit bout de terre permet de sortir du quotidien pour une évasion de quelques heures mais également une passion pour le jardinage.

Dans la charte jardinage et environnement les sept conseils qui sont développés sont les suivants :

- 1) Bien gérer la matière organique
- 2) Maitriser sa consommation d'eau
- 3) Choisir judicieusement les plantes à cultiver
- 4) Cultiver un jardin et des plantes en pleine santé
- 5) Etre attentif au problème des déchets**
- 6) Favoriser les prédateurs naturels alliés des jardins
- 7) Embellir le jardin**

Les deux conseils qui intéressent l'image de nos jardins :

5) Etre attentif au problème des déchets

Devons nous nous contenter de regarder et accepter les déchets encombrants ?

La pollution visuelle se repère par la présence de différents objets hétéroclites tel que les sacs plastique, la ferraille, les placards de cuisines, les déchets organiques au bord des allées ou au pied des arbres, des haies...



Les déchets organiques peuvent être traités avec l'installation d'un composteur individuel sur son propre jardin ou la plate forme de compostage collective.

Faire régulièrement le tri des objets peu esthétiques et les emmener à la déchetterie, c'est redonner une image d'embellissement au voisinage et au promeneur.

6) Embellir le jardin

L'embellissement par la plantation de fleurs mellifères, vivaces ou annuelles, de jachères fleuries est également une action et un engagement pour contribuer à la biodiversité de tous les insectes utiles à la pollinisation de nos fruits et légumes.

Comment obtenir un composteur individuel?

Dijon Métropole

Service collecte compostage individuel

40 Ave du Drapeau 21000 DIJON

Tél: 03 80 76 56 31

Voir fiche tableau affichage (auvent du chalet)



Le site de nos jardins est intégré dans le tissu urbain, nous avons le devoir de contribuer à l'harmonie d'un espace fleuri, attractif et reposant. La pollution visuelle c'est l'affaire de tous et nous devons être vigilant!

Dans nos jardins, des légumes venus d'ailleurs

Le gombo (légume insolite)

Le gombo est un hibiscus aux fruits comestibles.

Le gombo (*Hibiscus esculentus* L ou *Abelmoschus esculentus*), appartenant à la famille des Malvacées, est un hibiscus dont les fruits du même nom entrent dans la composition de nombreux plats africains, d'Amérique centrale et du sud, ainsi que de l'Asie, en tant que légume ou condiment.

Qui est il ?

Le « Gombo » est apparu en France en 1764. Il vient de l'américain *gumbo* qui est une déformation d'un mot emprunté à une langue africaine.

Le gombo est un légume typique de l'alimentation africaine. On le retrouve également dans le sud de l'Europe, en Inde, au Moyen-Orient, aux Antilles et en Amérique du Sud. Le gombo, aussi appelé okra, est consommé cru, cuit et parfois sous forme déshydratée. Sa saveur et sa texture particulière, ainsi que les composés nutritifs qu'il contient en font un légume qui gagne à être connu.

Ses vertus et ses caractéristiques

Le gombo est riche en calcium, en fibres alimentaires mais surtout en mucilage, ce qui le rend gluant mais ce qui permet de s'en servir comme épaississant de sauces par exemple, en cuisine. Il offre un apport intéressant en vitamines C et B9, en sels minéraux et en antioxydants.



Comment le cultiver

Exposition : Soleil.

Sol : Plutôt pauvre et très léger.

Arrosage : Maintenir le sol frais.

Taille : jusqu'à 2 m.

Distance : 0,60 m.

Profondeur semis : 2 cm.

Semis : Avril à mai.

Plantation : mai-juin.

Conseil d'entretien et de culture

Le gombo a besoin d'attention : binages, sarclages et arrosages, régulièrement. Lorsque les fleurs apparaissent, soyez généreux en eau. Supprimez les feuilles qui jaunissent et tuteurez si besoin les pieds.

Récolte, conservation et utilisation

Le gombo est prêt à être cueilli quelques jours seulement après la floraison, et la récolte peut être quotidienne. Il ne doit pas être récolté trop tard sinon il devient fibreux et dur. Cueillez le avant qu'il atteigne 10 cm. Consommez le rapidement, car il ne se conserve que quelques jours au réfrigérateur. Sinon, vous pourrez le blanchir et le congeler.

Et pour finir, voici la recette de la « salade chaude au gombo »



Préparation : 8 min et cuisson 20 minutes

Etape 1 : Mettre un litre d'eau salée à bouillir.

Etape 2 : Pendant ce temps, rincer puis couper les gombos en tronçons d'1 cm en retirant leur queue. Les faire cuire 20 mn.

Etape 3 : Préparer la [vinaigrette](#) avec 1 citron, 5 cuillères d'huile, sel, poivre et [persil](#). Rajouter le piment.

Etape 4 : Après la cuisson, mettre les gombos dans le saladier en rajoutant un peu d'eau de cuisson, à hauteur des gombos pour lier la sauce. Rectifier l'assaisonnement selon votre goût.

Etape 5 : Dégustez chaud.

Vinaigrette : 5 cuillères à soupe d'huile d'arachide, le jus de 1 citron - 1 pincée de sel - poivre - 5 feuilles de persil, ½ cuil à café de piment ou quelques gouttes de tabasco.

Merci à M. CANDAPPANE, jardinier, qui a été interviewé sur ce légume.

Le paillage au potager

Intérêt et pratique

Le paillage se définit par l'action de couvrir le sol avec des matériaux divers.

Cette pratique a pour but de protéger les cultures des intempéries et d'empêcher le développement des herbes indésirables. Les matériaux organiques, en se décomposant auront également pour effet d'enrichir le sol.

Au potager naturel, le paillage présente toutefois quelques inconvénients : mis en place trop tôt dans la saison, cette couverture du sol empêchera ce dernier de se réchauffer correctement. Et les rongeurs, mais aussi les limaces, aiment s'y réfugier.

Intérêts du paillage

Protéger les plantes cultivées des intempéries

Le fait de couvrir le sol limite les effets du climat sur celui-ci et sur les différentes formes de vie qui y prospèrent. Mais voyons plus précisément en quoi le paillage protège des intempéries :

Il atténue les conséquences d'une canicule, à savoir un réchauffement excessif et un dessèchement du sol (avec une terre durcissant jusqu'à l'apparition de crevasses) ;

Il aide à retenir les eaux de pluies et évite le ravinement en cas de fortes pluies ;

Il limite l'évaporation ;

Il atténue l'effet des brusques variations de températures et protège ainsi les habitants du sol.

Limiter le développement des adventices (« mauvaises herbes »)

Une épaisse couverture du sol étouffera les adventices et empêchera ainsi leur prolifération au sein des cultures.

Malgré tout, certaines herbes particulièrement virulentes (chiendent, liseron, rumex...) arriveront à traverser le paillage. Mais elles pourront alors s'arracher beaucoup plus facilement que sur un sol nu.



Exemple de paillage d'un jardinier de Quetigny: 2 photos

Pratique du paillage

Matériaux utilisés pour le paillage

De nombreux matériaux organiques peuvent être utilisés comme paillage. Chacun d'entre eux ayant ses avantages et inconvénients :

La paille laisse passer l'air et l'eau et est très efficace pour empêcher le développement des « mauvaises herbes ». Contenant peu d'azote son action est par contre insignifiante en ce qui concerne les apports d'éléments nutritifs pour les plantes ;

Le foin ou divers végétaux issus du nettoyage du jardin sont des matériaux laissant passer eau et air et sont de plus riches en éléments nutritifs. Ils peuvent par contre contenir des graines d'adventices ;

Les tontes de gazon constituent également une bonne nourriture pour le sol. Notez toutefois qu'en couche épaisse l'air et l'eau y circule mal (ce qui peut entraîner l'asphyxie du sol) ; alors qu'en couche trop fine, l'objectif de limitation de développement des adventices sera très limité ;

Les fanes de légumes peuvent également être utilisées en paillis, avec un effet protecteur moyen ;

Les fougères ont des qualités similaires à la paille, bien que se décomposant un peu plus rapidement. Elles constituent également un rempart contre les limaces, avec une limite si celles-ci sont nichées à l'intérieur du paillage.



Quelles cultures pailler ?

Théoriquement, toutes les cultures peuvent être paillées, des légumes aux arbres fruitiers, en passant par les aromates, les petits fruits, ou les fleurs.

Toutefois, le paillage, notamment au potager, peut parfois poser des problèmes. On ne plante jamais les premières salades printanières sur une planche paillée car en une nuit, il n'en resterait plus rien. D'une manière générale, au printemps (pluies fréquentes) ou en automne, le paillage est risqué pour ce qui concerne les semis directs en pleine terre. L'ail, l'oignon et l'échalote aiment avoir la terre qui reste dégagée autour de leur bulbe pour éviter la pourriture.

Si votre ressource en paillis est limitée, vous l'utiliserez en priorité pour les légumes exigeants en eau ou sensibles à la sécheresse comme les courgettes, les tomates, les betteraves.

Vous connaissez tous le dicton "Un binage vaut deux arrosages" ? Je vous en propose un autre : "Un paillage vaut dix arrosages".

Voyage en Clunyois

Notre association, pour la première année, a organisé un voyage qui s'est déroulé dans le Clunyois.

Cormatin a été notre premier point de chute avec la visite du château, celui-ci construit en 1606 est ceinturé de larges douves et renferme une prouesse architecturale. A l'intérieur se trouve un escalier à cage vide de 21 m de haut. Les appartements sont somptueux, peints, sculptés et dorés avec faste.

A l'extérieur de magnifiques jardins situés de chaque côté des douves, l'un dit à l'anglaise avec parterres, labyrinthes et bosquets de buis, nous pouvons y voir également une volière belvédère avec sa coupole en fer forgé formée de cœurs entrelacés, l'autre cultivé en potager mêlé de jeux de couleurs et de formes, les légumes se marient bien avec les fleurs.

Déjeuner au centre de Cluny tout près du haras national que nous avons visité avec un guide en début d'après-midi. Ce haras se situe au pied de l'abbaye. Il fut créé en 1807 pour développer l'élevage des chevaux et répondre aux besoins des armées de Napoléon, il se consacre désormais aux visites et à la culture. Ce fut une occasion unique de découvrir le monde du cheval et ses pensionnaires. Patrimoine datant du XIXème siècle, il comprend la découverte des écuries, de la sellerie d'honneur et d'une collection de véhicu-



Le savoir perdu des anciens

Ingrédients :

Pour 1 kg de miel, il faut :

- 6 mille abeilles
- 6 millions de fleurs
- 2 semaines non stop de butinage
- 150 000 kms de vol (4 fois le tour de la terre).

Pour une seule cuillère à café de miel, il faut la vie de travail de 12 abeilles.

Le saviez vous ?



La boîte à livres aux jardins



La boîte à livre est un concept fort sympathique qui permet à chacun de déposer un livre d'occasion et d'en prendre un nouveau. Ainsi, vous découvrez de nouveaux livres sans les stocker.



Un nouvel hôtel à insectes !



Mon bois avait perdu de son éclat, mes chambres qui sont des abris spécifiques pour les différents types d'insectes étaient devenues au cours des années insalubres.

Alors, un matin, Brigitte aidé par son papa a pris en charge la construction d'un nouvel hôtel !

Aujourd'hui je peux accueillir les nouveaux résidents avant l'hiver. Au fil des années je vais contribuer à enrichir la micro faune d'insectes auxiliaires et pollinisateurs de votre petit coin dans les jardins familiaux.

Dictons sur juillet

juillet ensoleillé remplit caves et greniers,
jamais en juillet sécheresse n'a causé la moindre détresse,
sécheresse en juillet, richesse au cellier,
de juillet la chaleur fait de septembre la valeur,
soleil de juillet donne la fortune.

Citation de Pierre RABHI



« Cultiver un potager, ce n'est pas seulement produire des légumes, c'est apprendre à l'émerveiller du mystère de la vie. »

Omelette au four

Ingrédients pour 6 personnes

12 oeufs
100g gruyère râpé
25cl crème liquide
10g beurre

Étapes de préparation

Préchauffez le four à 180 °C.
Cassez les œufs entiers dans un saladier. Ajoutez la crème liquide, du sel et du poivre puis fouettez jusqu'à ce que le mélange soit mousseux avec un batteur électrique. Ajoutez le gruyère râpé et mélangez.
Beurrez un moule allant au four et versez-y le mélange. Couvrez avec une feuille de papier d'aluminium.
Enfournez 40 à 45 min.

Astuces et conseils pour Omelette au four

