

Des lÃ©gumes pas comme les autres

Description

default watermark

100 espÃ¨ces et variÃ©tÃ©s savoureuses pour diversifier vos cultures Â· RÃ©sistantes, faciles Ã cultiver et adaptÃ©es au changement climatique

Xavier MATHIAS

2025 19,90

Ã?ditions : Ulmer ISB N : 9782379224478



Le spectaculaire ail rocambole avec ses caÃ¯eux aÃ©riens, le cerfeuil musquÃ© au goÃ»t dÃ©licat dâ??anis, la poire de terre rÃ©sistante au mildiou, le chou vivace Daubenton, les betteraves aux multiples couleurs et saveursâ?¦ DÃ©couvrez 100 espÃ¨ces et variÃ©tÃ©s de lÃ©gumes pleines de promesses pour cultiver la diffÃ©rence dans votre potager.

Xavier Mathias, ancien maraÃ®cher bio, met en avant des variÃ©tÃ©s savoureuses, rÃ©sistantes aux alÃ©as climatiques et aux maladies, idÃ©ales pour prÃ©server la biodiversitÃ© et gagner en autonomie alimentaire. Fort de ses 30 ans dâ??expÃ©rience, il partage son enthousiasme pour ces plantes faciles Ã cultiver.

Osez la diversitÃ© potagÃ¨reâ?¦ car le seul risque, câ??est que Ã§a fonctionne !

Sommaire

Un potager Ã lâ??heure du changement

La fiche plante, mode dâ??emploi

default watermark

Ail Ã©lÃ©phant
Ail rocambole
Amarante Ã feuilles
Arroche pourpre
Bardane cultivÃ©e
Betteraves
Bettes Ã cardes rouges
Bettes-Ã©pinards
Bourrache officinale
Bourrache orientale
BrÃ¨de mafane
Canna comestibleâ??
Capucine tubÃ©reuse
Cardons
Carottes
Cerfeuil musquÃ©
Cerfeuil tubÃ©reux
Chayotte
ChÃ©nopode bon-Henri
ChÃ©nopode gÃ©ant
Chervis
Chou Ã grosses cÃ´tes
Chou vivace Daubenton
Chou de Bruxelles â??Rubineâ??
Choux kale
Ciboule de Chine
Citronnelle de Madagascar
Claytone de Cuba

Concombre armÃ©nien
Concombre des Antilles
Concombre du Sikkim
Courge de Siam
Courge Ã©ponge
Courge â??Jack Be Littleâ??
Cresson de jardin
Crosne du Japon
Curcuma
CyclanthÃ¨re explosif
Ã?pinard dâ??Asie
FicoÃ¯de glaciale
Gingembre mioga
Glycine tubÃ©reuse
Grande capucine
Grande passerage
Griffe du diable
Haricot Ã rames â??PhÃ©nomÃ¨neâ??
Haricot kilomÃ¨tre Ã rames
Haricots dâ??Espagne
HÃ©mÃ©rocalles
Huacatay
Igname de Chine
Laitue radichetta
Larmes de Job
Liane de MadÃ¨re
Maceronâ??
Mauve de Mauritanie
Melon vert dâ??Espagne â??Piel de Sapoâ??
MÃ©lothria
Mertensia ou plante huÃ®tre
Morelle de Balbis
Navets
Oca du PÃ©rou
Å?illet estragon
Oignon patate
Oseille Ã©pinard
Panais
PastÃ¨que â??Moon and Starsâ??â??88
Patates douces
Per-cel ou parcel
PÃ©rille de CorÃ©e
Le Â« mystÃ¨re Â» Physalis
Cerise de terre
Coqueret du PÃ©rou
Plante fromage

default watermark

Poire de terre
Poire-melon
Poireau perpÃ©tuel
Pois de cÅ?ur
Poivre dâ??eau
Poivre des moines
Pommes de terre
Pourpier cultivÃ©
Radis â??Red Meatâ?? et â??Green Meatâ??
Radis blancs DaÃ¯kon
Radis serpent
Raifort
Roquette vivace
Salsifis
Sauge ananas
Sauge cassis
ScorsonÃ¨res
Shiso
Slaouis
Souchet comestible
TÃ©tragone cornue
Tomate bleue â??Osu Blueâ??
Tomates en arbre
Tournesol gÃ©ant
TriquÃ¨treâ??
Tulbaghia violacea
Verveine citronnelle

default watermark

Xavier Mathias est maraÃ®cher bio, et formateur en maraÃ®chage biologique, agroÃ©cologie et permaculture. Câ??est un **expert reconnu du potager** et auteur Ã succÃ¨s de nombreux ouvrages sur ces sujets.

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

1. fiches
2. jardin
3. lÃ©gumes
4. potager

date crÃ©Ã©e
2 octobre 2025
Auteur

cblancke

default watermark