

JARDINAGE

Diverses facettes de la côte de bette

Joséphine Gretillat

La côte de bette a la cote dans les jardins! Ce légume se sème au printemps dès le mois de mai et en été. Attention, il ne doit pas souffrir du froid.

La côte de bette est un des légumes les plus appréciés dans les jardins suisses. C'est aussi une magnifique plante ornementale avec ses côtes rouges, roses, orangées ou jaunes. Elle apporte une touche colorée dans les mélanges de jeunes pousses de salade.

Déjà connue du temps des Romains et des Grecs, elle est maintenant consommée principalement en Europe occidentale et en Amérique du Nord. Elle est appelée poirée en France car au Moyen Âge la côte de bette faisait partie des légumes à soupe où dominait le poireau, d'où le nom de «poirée» puis de poirée.

Son utilisation comme plante décorative dans les pots et les massifs et sa consumma-

tion comme jeune pousse en mesclun de salade sont par contre des usages récents.

Culture

La côte de bette se contente de tout sol mais elle fournit un meilleur rendement et une plus haute qualité dans les sols riches et humides. Il est conseillé de pailler la culture dès la chaleur venue pour maintenir un sol humide.

Le semis a lieu de mai à juin directement en place, en lignes et en poquets de 2 à 3 graines à 40 x 40 cm. On éclaircit ensuite en laissant un plant par poquet. Des semis trop précoces montent à graines.

On récolte de juillet jusqu'aux gelées avec un rendement de 6 à 8 kg/m². Il est possible de prolonger la récolte en rentrant quelques pieds en cave ou sous abri. On commence par récolter les feuilles les plus développées à l'extérieur de la plante, une à une en les détachant proprement du pied.

Variétés

Berac: sélection suisse; variété à cardes blanches, larges et tendres, feuillage vert brillant, résistante à la montée à graines.

Charlotte: côte de bette aux cardes rouge foncé, très décorative, originaire de Suisse. Récoltées très tôt, les jeunes feuilles vert tendre avec leur pétiole rouge se prêtent particulièrement bien en salade, mélangées à d'autres pousses de salades. Dans ce but, on la sème très dense.



Les côtes rouges de Charlotte sont particulièrement décoratives au jardin et dans les massifs.

Mesclun aux saveurs variées

Le mesclun est un mélange de pousses et de feuilles de différents légumes qui se consomment généralement en salade. Plusieurs types de légumes feuilles peuvent être mis dans ces mélanges: laitue, roquette, cresson, doucette, pak-choï, moutarde chinoise, pourpier, côte de bette colorée, mizuna, etc. Chacun apporte au mélange une couleur et une saveur différente.

Mizuna (*Brassica rapa nipposinica*): les feuilles vertes de la mizuna sont finement découpées et de saveur douce. Plante tolérante au froid et à la chaleur, elle se récolte jusqu'en automne-hiver (sous voile). De culture rapide, le mizuna se récolte 3 à

4 semaines après le semis et se conduit comme de la salade à tondre.

Moutarde chinoise (*Brassica juncea*): ses feuilles sont rouge violacé, légèrement dentelées, à l'arôme épicé. Plante très tolérante au froid et de culture facile. La moutarde chinoise se sème dense et se coupe aussi comme de la salade à tondre.

Pak-choï (*Brassica rapa chinensis*): la nervure centrale de ses feuilles vert foncé fait penser à la côte de bette. Elle est large, blanchâtre et croquante. Pour une utilisation en mesclun, le pak-choï, comme la côte de bette, est semé dense et récolté dès les jeunes pousses formées. JG

L'agenda des cultures

Mise en place des fleurs

En plaine: commencer les plantations des fleurs annuelles dans les plates-bandes ainsi que dans les massifs. Installer les balconnières en ayant soin de bien les fixer, surtout celles qui sont en plastique. Le poids des plantes peut vite les déstabiliser lors de forts coups de vent et elles se retrouveront au sol et généralement retournées! Sortir les plantes en bacs sensibles: lauriers, lantanas, anthémis tiges, cannas.

Semer les haricots à rames, les haricots nains, une première série de carottes, des panais, des endives et le maïs sucré. Planter les courgettes, courges, concombres, tomates, poivrons, piments et aubergines. Surveiller les attaques de pucerons sur les choux, les rosiers et traiter les fleurs des framboisiers contre les vers.

Arroser les fraisiers pour favoriser la mise à fruits si ceux-ci souffrent du sec, mais pensez à piéger les limaces car elles se cachent sous le paillis et sortiront la nuit pour grignoter les plus belles et les plus grosses fraises!

En montagne: semer du fenouil, des choux-raves, du persil, des épinards, des radis, de la salade à tondre et une série de carottes hâtives. Planter une série de choux-pommes et de choux pointus ainsi que les courgettes. Si les nuits sont froides, retourner sur les courgettes un bidon plastique pour les protéger. Planter des salades pommées, batavias et laitues de Morges.

Tailler les arbustes à floraison printanière et supprimer les fleurs fanées des diverses vivaces. Commencer l'arrosage à l'engrais des caissettes de balcon et des plantes annuelles plantées en bac. Si vous souhaitez vous lancer dans la culture des tomates, commencez par essayer des variétés plus hâtives comme les tomates cerises ou petites «tomates poires» rouges ou jaunes. Elles peuvent très bien se cultiver en gros pots ou dans une plate-bande proche d'un mur; celui-ci emmagasine la chaleur du soleil et la réverbération qu'il projette aidera à la maturation des fruits. Par contre les arrosages seront plus fréquents et pensez à leur apporter un peu de matière nutritives en cours de culture. KARINE CALAME



Berac, une variété d'origine suisse.

CHRONIQUE DU CHÂTEAU DE PRANGINS

Le retour du topinambour

Bernard Messerli

Le topinambour revient au goût du jour après une histoire confuse sous plusieurs noms.

«On en a presque abandonné la culture, on les prétend malsaines, elles effritent fort le terrain et se multiplient tellement qu'on ne peut presque plus les extirper; on pourrait pourtant en planter dans quelque pièce éloignée, ne fut-ce que pour nourrir les cochons.» C'est ainsi que l'agronome bernois Samuel Engel décrit les «poires de terre», «Topinamboux», «artichaux de terre» dans son *Traité de la nature, de la culture et de l'utilité des pommes de terre*, publié à Lausanne en 1771.

Engel (1702-1782) est un peu notre Parmentier suisse. Le «Petit âge glaciaire» qui règne vers la fin du XVIII^e siècle fait subir aux cultures des céréales de sérieux revers. Après avoir été bailli à Aarberg (1748-1754) puis à Echallens (1760-1765), le patricien bernois s'installe pour quelque temps à Nyon chez son beau-fils, le bailli Hartmann.

Choqué par l'état catastrophique des productions, il propose la culture de la pomme de terre pour remplacer celle du blé et combattre les terribles disettes qui affament la population en 1771 et 1772. Il écrit trois



Les vigoureux topinambours du château peuvent nourrir hommes et bétail.

opuscules à l'intention des paysans. Le premier (cité plus haut) met en garde, en son introduction, sur la confusion des noms de trois plantes: les «Batates, ou Patattes, qui se cultivent entre les Tropiques», les «Topinamboux, à tiges de six à dix pieds de haut» et les «véritables pommes de terre, connues et cultivées».

«Topinamboux», aujourd'hui topinambours, est le nom déformé d'une tribu indienne d'Amérique du Sud d'où l'on croyait ces tubercules originaires. En réalité, cette sorte de tournesol proviendrait de l'Amérique du Nord. Elle fut découverte par l'explorateur français Champlain dans les jardins des Indiens hurons du Canada. Elle gagna la France du XVII^e siècle, nourrissant hommes et bêtes. De passage

en Italie, elle trouva un nouveau nom: carciofo-girasole, qui fut déformé en artichaut de Jérusalem par les Anglais. Sa tendance à une colonisation générale du potager, voire plus, la difficulté qu'ont certaines personnes à le digérer et le souvenir d'une alimentation de temps de guerre, ont terni quelque peu l'aura de cette puissante culture.

Par chance, la nouvelle cuisine, sensible à ce fabuleux goût d'artichaut, remet ce tubercule sous les feux de la cuisinière et de la rampe! Quant à Engel, nous l'avons immortalisé sous forme d'une silhouette. Installé près du temple de Prangins, il survole du regard le potager et peut juger sans difficulté l'état des cultures, surtout celles des topinambours et des pommes de terre.

À TABLE

Yogourt à la crème et sorbet

Recette pour 6 personnes.
Temps de préparation: 40 minutes.
Temps de cuisson: 45 minutes.
Matériel: 6 petits moules ou 1 grand moule.

Dessert à basse température

En principe la cuisson à basse température est destinée à la viande, voire au poisson. Voici cependant un dessert de saison avec ce mode de cuisson: un yogourt à la crème avec un sorbet de tilleul et coulis de fraises. Une recette rafraîchissante et légère, qui met un point final à notre série de mets préparés à basse température.

Ingrédients pour la crème

5 dl de crème à café 15%
50 g de sucre glace
une demi-gousse de vanille
150 g de yogourt nature entier

Ingrédients pour le sorbet

5 dl d'eau
120 g de sucre
1 jus de citron
25 g de tilleul séché entier

Coulis de fraises

250 g de fraises
un demi-jus de citron
1-2 cs de sucre

Préparation

Pour le yogourt à la crème: bien mélanger la crème, le sucre glace, la vanille et le yogourt dans une terrine. Verser la préparation dans 6 petits moules individuels ou 1 grand moule et couvrir d'une feuille d'aluminium.

Glisser au four à 80°C pendant 45-50 minutes. Laisser refroidir quelques heures au frais.



Un délicieux flan de yogourt cuit à basse température.

Pour le sorbet: porter l'eau à ébullition, ajouter le sucre et le jus de citron. Verser le sirop sur le tilleul et laisser infuser 4 heures à couvert. Passer en pressant vigoureusement pour extraire toutes les parties mucilagineuses. Turbiner dans la sorbetière ou mettre la préparation au congélateur en remuant de temps en temps.

Pour le coulis de fraises: laver, équeuter et couper les fraises, ajouter le jus de citron et le sucre et mixer le tout.

Présentation

Napper de coulis 6 assiettes à dessert, déposer un yogourt et une boule de sorbet tilleul au centre de chaque assiette. Décorer avec un brin de tilleul et servir sans tarder.

MARLYSE GOBAT (JB)