

JARDINAGE

Les mini kiwis, des kiwis rustiques!

Joséphine Gretillat

Bien plus rustiques que leur cousin le kiwi, les mini kiwis sont encore plus sucrés et plus riches en vitamines.

Les mini kiwis alignent les qualités. Outre leur rusticité, leurs fruits délicieux se picorent à même la plante avec la peau. Contrairement au kiwi (*Actinidia deliciosa*), les fruits, les tiges et les feuilles des mini kiwis sont glabres. La peau des fruits est lisse et comestible et leur goût, très doux et aromatique. Les fruits arrivent à maturité entre mi-septembre et mi-octobre. Ils peuvent se consommer en frais, en dessert ou en confiture.

■ Culture

Comme le kiwi classique, les mini kiwis sont dioïques: on trouve des pieds mâles et des pieds femelles. Le pollen est transporté par des insectes pollinisateurs et un mâle suffit

pour polliniser de 1 à 6 femelles. Ce sont aussi des arbustes lianes qui ont besoin d'un support: grillage, pergolas, fils, arbre, tonnelle, etc.

Le sol doit être bien drainé, léger et riche en matière organique. Choisir une situation ensoleillée, chaude et abritée des vents froids. Ils ne craignent guère les gelées hivernales, ils peuvent résister à -25°C voire plus mais les jeunes tiges et les bourgeons sont sensibles au gel printanier. Les régions viticoles lui conviennent bien. Il est conseillé de protéger les jeunes plantes durant ses premiers hivers, elles deviennent ensuite résistantes.

Le mini kiwi se taille comme un autre kiwi qui, en règle générale, se taille comme la vigne. Les kiwis ne connaissent pas de problèmes sanitaires importants.

■ *Actinidia arguta*: le kiwai

Il est aussi appelé kiwi de Sibérie, kiwi d'été ou kiwi rustique (hardy kiwifruit en anglais). C'est l'espèce de mini kiwi que l'on trouve actuelle-



Le kiwai, aussi appelé kiwi de Sibérie, kiwi d'été ou kiwi rustique, se mange avec la peau. HIPERPINGUINO

ment sur le marché. Plus rustique que le kiwi classique (-25°C) et de maturité plus précoce, il grimpe jusqu'à 5 m de hauteur environ. Ses fleurs blanches et très odorantes ap-

paraissent à la fin du printemps. Ses fruits, très savoureux, ressemblent à ceux du kiwi, en plus petits (2-3 cm de long), verts ou rouges et à peau lisse. Ils sont plus sucrés, plus riches en vitamine C et en minéraux que le kiwi. Les premiers fruits apparaissent à partir de la 3^e année. En pleine production, à partir de la 5^e ou 6^e année, la récolte est de 10 kg/plante environ.

L'espèce est dioïque mais la variété Issai est autofertile.

■ *Actinidia kolomikta*: le kiwi arctique

Encore plus rustique que le kiwai puisqu'il supporte -30°C, ce kiwi (super-hardy kiwi en anglais) est cultivé à la fois comme plante fruitière et or-

nementale. Le fruit est plus petit que le kiwi mais tout aussi bon. Le feuillage est spectaculaire: les feuilles apparaissent teintées de pourpre puis se panachent de blanc et de rose. Ce sont principalement les pieds mâles qui développent ce type de feuillage.

On ne trouve malheureusement qu'un clone de cette espèce chez nous, vendu comme plante ornementale et il est par conséquent impossible d'obtenir des fruits (plante dioïque comme tous les kiwis). Ce kiwi est moins vigoureux que les autres et mesure 2 m de hauteur, rarement plus.

■ *Actinidia polygama*

Il atteint 5 m de hauteur. Son feuillage est très ornemental: le bout de ses feuilles devient blanc argenté, d'où son nom anglais de silver vine. Ses fleurs blanches parfumées apparaissent en juin. Ses fruits de 2 à 3 cm de longueur sont orange vif et se terminent par une pointe. Les Japonais raffolent de ce fruit, souvent consommé macéré dans du saké. On en fait aussi du thé sous forme de poudre issue des feuilles, des bourgeons et des rameaux.

A. polygama est très réputé depuis des siècles dans la médecine traditionnelle chinoise et japonaise contre de nombreux maux, entre autres l'hypertension et les douleurs arthritiques. Des recherches sont menées pour son action contre le cancer. Ce kiwi est très riche en vitamines, minéraux et antioxydants.

En Asie, la plante est aussi connue pour ses effets euphorisants sur les chats qui, attirés par un alcaloïde de la plante, l'actinidine, se frottent, se roulent ou mâchonnent la tige. Connue sous le nom de «matatabi» au Japon, son effet serait largement supérieur à «notre» herbe aux chats, *ne-peta cataria*.

■ **Autres espèces**
Il existe encore de nombreuses espèces de kiwi à découvrir qui pourraient s'acclimater sous notre climat et y être développées. Par exemple le kiwi rouge, *A. melanandra*, aux fruits de la taille d'une cerise qui se picorent à l'apéritif ou se préparent en dessert ou *A. purpurea*, aux grandes fleurs blanches suivies de fruits pourpres de 2 à 2,5 cm.



Le kiwi arctique, plus connu comme culture ornementale, possède un feuillage spectaculaire. R. ROLETSCHEK



A. Polygama, méconnu chez nous, apprécié en Asie. QWERT1234

CHRONIQUE DU CHÂTEAU DE PRANGINS

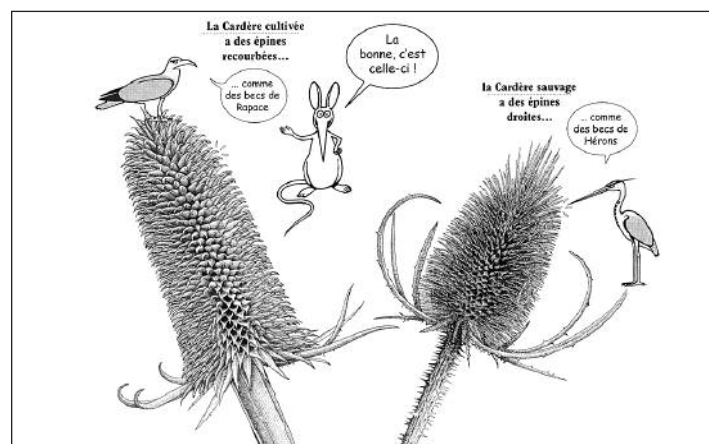
Un peu de «cardèrologie»

Bernard Messerli

La cardère cultivée vient de faire son retour au jardin.

Parmi les anciennes plantes, une nouveauté dans notre jardin: la cardère cultivée. A ne pas confondre avec la cardère sauvage, bien connue pour attirer les chardonnerets dans les bandes fleuries des compensations écologiques. Un tantinet de «cardèrologie» avec *La Hulotte* et les vieilles encyclopédies des Lumières.

Profitant d'une offre du journal *La Hulotte* qui envoie (de la France), sans frais, des semences de cardère cultivée, nous venons de semer dans notre potager ce «Chardon à draps». Une double page accompagnant le précieux sachet donne toutes les informations relatives à la culture, récolte des têtes et graines, avec des précisions sur les habitudes des cultivateurs d'autrefois qui pratiquaient, souvent à tort, le capouillage, entendez l'éclimage des premières têtes pour en avoir de plus régulières par la suite... Mais avant de parler de l'utilité de ces fameuses têtes, je propose de les regarder de plus près; cela avec l'aide des dessins de *La Hulotte*. Si le capitule de la cardère sauvage possède la grâce de l'arrondi, avec des épines droites, la domestique montre un obus allongé, assez massif, avec des



La cardère de gauche, plus massive, aux crochets courbés, c'est la cultivée, disparue de nos campagnes. P. DEOM, LA HULOTTE

épines recourbées. Sous «Chardon bonnetier», le *Dictionnaire universel des drogues simples*, de Nicolas Lemery (1760), donne une bonne description des deux sortes de cardères. On insiste sur la cultivée, qui possède «des têtes oblongues, grosses, épineuses, semblables en quelque manière à une ruche...». Quant à sa domestication: «On cultive cette plante dans les champs; ses têtes sont d'un grand usage chez les bonnetiers & chez les cardeurs». Précision de *l'Encyclopédie d'Yverdon* (1772): «Les têtes de l'espèce cultivée, qu'on nomme bosses, servent aux bonnetiers, aux faiseurs de bas et de draps, pour tirer la laine du fond des étoffes à la superficie et les rendre ainsi plus molles et plus chaudes». Grâce aux bosses, l'artisan devait quasi tirer une qualité angora

d'une laine grossière. Ainsi, nous l'avons installée parmi les plantes d'usage domestique. Mais bientôt aussi au sein des médicinales: «L'eau qui s'amasse dans la concavité des feuilles du *Dipsacus* passe pour un bon cosmétique: on la dit bonne pour enlever les rousseurs du visage...». De plus, elle est estimée pour ses qualités antiputrides, diurétiques ainsi qu'en complément d'un antidote contre la rage. Ajoutons, avec Lemery, la présence d'un vermisseau sortant des têtes mises à sécher, «que quelques-uns estiment propre pour la fièvre quarte, étant suspendu au cou en amulette dans le temps de l'accès». Sans parler des racines contenant des substances sudorifiques et apéritives. Nous attendons donc beaucoup de cette *Virga pastoris*, cette verge à Berger!

À TABLE

Jus de pomme vitaminé

Chez nous, nous avons la chance de trouver le jus de pomme pasteurisé, sans adjonction d'eau ou de sucre. Si l'eau reste la meilleure des boissons pour l'organisme, les jus de fruits permettent de varier les goûts et peuvent remplacer un fruit lors d'une collation ou d'un repas. Très digestes, ils sont appréciés et recommandés à tout âge: pour le nourrisson, dilué avec de l'eau dès 4 mois; pour l'enfant, une manière différente de consommer un fruit; pour la personne âgée, un apport hydrique et vitaminique; pour le sportif, une boisson pour l'effort et la récupération; pour chacun d'entre nous, une boisson délicieuse et désaltérante. Voici deux recettes: l'une rafraîchissante, et l'autre pour réchauffer les cœurs lorsque la température est plus fraîche et que le soleil est bas!

■ **Bowle à la paysanne**

Recette pour 6 personnes.
Temps de préparation: 20 minutes.
Pas de cuisson, réfrigération: 1 heure.
Matériel: 1 joli saladier.

Ingrédients

500 g de fruits de saison coupés en lamelles (ou petits fruits du jardin surgelés)
3 à 4 cs de sucre
1 jus de citron
1 litre de jus de pommes pasteurisé
2 litres de cidre de pommes sans alcool

Préparation

Déposer les fruits dans un récipient. Saupoudrer de sucre et recouvrir d'un litre de cidre. Laisser reposer au moins une heure au réfrigérateur. Ajouter le solde de cidre et le jus de pommes refroidis. Servir dans des jolis verres.



Une boisson rafraîchissante, pour un anniversaire par exemple. M. BLANCHARD

■ **Cassis chaud**

Recette pour 6 personnes.
Préparation et cuisson: 15 minutes.
Matériel: des verres qui supportent la chaleur ou des tasses.

Ingrédients

1 litre de jus de pommes
4 à 6 cs de sirop de cassis ou un autre à votre goût
4 cc de jus de citron

Préparation

Faire chauffer le jus de pommes. Mettre 1 cc de sirop de cassis au fond de chaque verre, ainsi que le jus de citron et remplir de jus de pommes bouillant.

MICHÈLE BLANCHARD (GE)