

Les familles botaniques au potager et au verger

Les Astéracées (ex. Composées)

Les Astéracées constituent la plus grande famille de plantes à fleurs : plus de 23000 espèces réparties en plus de 1500 genres, sur toute la planète. Ce sont essentiellement des plantes herbacées même si des arbustes, arbres et lianes existent (surtout en région tropicale comme le *Senecio petasites* présent dans plusieurs parc niçois (jardin Masséna par ex.).



Classement botanique

Ces plantes ont en commun leur inflorescence : les fleurs sont en fait très petites, tubulaires et sessiles (sans pédoncule), groupées sur un réceptacle élargi qui est souvent pris pour une fleur. C'est en fait un



capitule, une inflorescence (=ex. Composés) dont le représentant est l'Aster (=Astéracées). Ces floraisons sont souvent abondantes, décoratives ce qui en fait pour beaucoup des plantes ornementales : plus

de 200 genres. Pour n'en citer que quelques-unes : Dahlias, Cosmos, Gail-lardes, Tagètes, Zinnias, Chrysanthèmes, mais aussi Pâquerettes, et Marguerites, les Chardons et bien sûr, l'Aster.



À part la tige florifère qui peut être haute, la tige végétative est en général très courte et les feuilles y sont disposées en rosette.

Le fruit est un fruit sec, l'akène, souvent de petite taille, allongé, parfois avec une aigrette (un papus) qui favorise sa dissémination par le vent (pour le Salsifis par ex.), parfois plus gros et riche en huile comme le Tournesol.



Un certain nombre d'espèces sont comestibles et cultivées comme telles dans nos potagers (pas de fruitiers), ce sont celles-ci qui retiendront notre attention : les Laitues (un des légumes frais les plus consommés au monde), les Chicorées, les Artichauts et Cardons, les Salsifis et Scorsonères, les Tournesol et Topinambour et d'autres encore...



Origines

Les premières Astéracées seraient apparues à l'Éocène (56 à 33 millions d'années) en Amérique du Sud. Plus près de nous, tous les légumes cultivés ci-dessus, sauf Tournesol et Topinambour, sont d'origine européenne, plus particulièrement Europe du Sud et bassin méditerranéen.

Les **Laitues cultivées**, *Lactuca sativa*, caractérisée par la production de « lait » quand on les coupe, sont cultivées depuis l'Antiquité chez les Grecs, fort appréciées par les Romains, certaines formes hautes par les anciens Égyptiens. La différenciation de variétés semble avoir commencé avec les Romains. En tout cas, les premières formes pommées sont mentionnées en 1543. Toutes les formes actuelles, dont la Batavia, sont présentes aux 17 et 18ème siècle : les pommées (*Lact. sat.*



var *capitata*) batavia et beurre (à feuilles plus tendres),



les romaines (*Lact. sat. var longifolia*) oblongues, les laitues à couper (*Lact. sat. var crispata*). La *Lact. sat. var angustana* à tige charnue est plutôt asiatique. Les laitues fleurissent jaunes.

Les **Chicorées** (*Cichorium*) sont également utilisées puis cultivées depuis la haute antiquité en Europe, plus souvent en consommation hivernale. Scarole et Frisée sont at-



testées dans le monde arabe au 13ème et en France au 16ème. Elles ont une floraison violette (on en voit très souvent dans

les friches).

Les *Cichorium endivia var crispata* sont les chicorées frisées à feuilles nombreuses et très divisées, les *Cic. end. var latifolia* sont les Scaroles, à feuilles larges et repliées vers le centre.

Les *Cichorium intybus*, chicorées amères, sont réparties

en deux groupes : les variétés à petite racine et à grandes feuilles (var *foliosum*) parfois rouges (Chioggia, Trévises, ...), parfois vertes (Pain de sucre, ...), parfois panachées. Également les variétés à grosse racine (var *sativum*) plus ré-



centes (18ème aux Pays-Bas) sont représentées par les « Endives » ou Chicorée Witloof à forcer en cave et les chicorées à torrifier comme succédané de café. Nous ne les détaillerons pas ici.

Dans la série des « salades », il convient de mentionner le **Pissenlit**



(*Taraxacum officinale*) qui fait l'objet d'une culture avec des variétés améliorées moins amères mais plus vers le Nord : ici, nous nous contentons de prélever les jeunes feuilles tendres sur les pieds sauvages.

Encore une autre espèce, d'origine méditerranéenne mais pourtant très prisée en Extrême Orient : le **Chrysanthème à couronne** (*Chrysanthemum coronarium*) dont on mange les jeunes pousses 1 à 2 mois après le semis, et également les inflorescences.

Les **Artichauts et Cardons** : encore d'origine méditerranéenne, ces plantes

pouvant atteindre 1,50 à 2 m en floraison sont utilisés depuis au moins le début de notre ère. L'origine est le *Cynara cardunculus sylvestris* dont a été obtenu une variété à grosse côte (nervure centrale des feuilles) le *Car. Card. var altitilis* appelé Cardon.



C'est sans doute à partir de cette variété qu'a été sélectionnée une variété à gros capitule *Cyn. Car. var scolymus*, l'Artichaut. Nos petits violets de Provence sont une de la dizaine de variétés cultivées.

Salsifis (*Tragopogon porrifolium*-à feuilles de poireau) et



Scorsonères (*Scorzonera hispanica*) sont également d'origine sud-européenne et est-méditerranéenne. Présents dans les potagers surtout du nord dès les 15ème-16ème siècles, leur racine cylindrique profonde est délicieuse (goût d'artichaut) mais

leur préparation culinaire difficile, « salissante » fait préférer... des conserves ! Pourtant, les Salsifis très présents dans les pelouses du haut pays pourraient donner lieu à une cueillette des fleurs voire des jeunes pousses à manger comme des Asperges.

La **Bardane** (*Arctium lappa*) est très cultivée au Japon. On en consomme la racine (comme les Salsifis) et les jeunes pousses comme des



Asperges. D'origine Sibérienne, elle est fréquente chez nous et bien connue de tous avec ses fruits ronds qui s'accrochent partout comme des « scratch » !

Quant au **Tournesol** (*Helianthus annuus*), il nous vient d'Amérique du Nord où il a été domestiqué par les



Amérindiens. Emporté vers l'Europe au 16ème siècle comme plante ornementale, c'est au 19ème que sa culture en tant qu'oléagineux s'est fortement développée surtout en Russie.

Le **Topinambour** (*Helianthus tuberosus*) vient du Canada où il a été découvert et rapporté en Europe par

Champollion. Son nom vient d'une confusion avec une tribu brésilienne, les Tobinamboux ramenés comme « curiosités » à Paris.



Culture

Ces espèces ont quelques **exigences communes** :

- Avoir des sols plutôt meubles, à bon pouvoir de rétention : ce sont en effet des espèces qui demandent de l'eau. Leur sol doit donc pouvoir en retenir assez pour compenser l'évaporation importante au niveau des feuilles à cuticule très fine et permettre l'apport de matières nutritives par les racines. Un apport en matières organiques est fortement souhaitable (compost ou fumier bien décomposé, BRF en surface, ...) car il améliore cette capacité de rétention. Mais les Scorsonères et les Salsifis, avec leur racine verticale, ont besoin d'un sol meuble profond et sans cailloux. Les Topinambours, quant à eux, se satisfont même des terrains pauvres !
- Par contre, cette rétention doit se coupler avec un drainage qui évite la stagnation de l'eau, en particulier pour Artichaut et Cardon. C'est cela aussi qui induit la plantation des mottes de salades en léger surplomb par rapport au sol de la planche.



- Si les Artichauts (Violets de Provence) en récolte de Printemps ont, en principe, assez des pluies d'automne et de printemps pour se développer et produire abondamment vers avril, les salades, de quelques saisons que se soient, bénéficient d'un arrosage par aspersion, les Cardons et Scorsonères d'une bonne irrigation.

Mais bien sûr, ces espèces ont également des **spécificités** :

- Laitues et Chicorées : différentes variétés permettent de cultiver ces légumes toute l'année, à condition de faire le bon choix. Attention à la montée en graines : les variétés de printemps sont très sensibles à l'augmentation de la durée de l'ensoleillement et de la température. Pour les Laitues, les pommées seront plus de printemps, voire d'automne, les Batavias résisteront mieux pour l'été (Batavia Iceberg par ex.), les Romaines seront pour le printemps, ou l'été si elles ne montent pas, les Laitues à couper, sensibles au froid, plutôt pour le printemps et l'été à condition d'arroser et de couper souvent. Pour les Chicorées (hors endive Witloof, peu cultivée ici -mais c'est possible), bien qu'elles puissent couvrir toute l'année, les Scaroles et les Frisées, résistant bien au froid hivernal, sont particulièrement adaptées à ces saisons sous notre climat doux. Même remarque pour les Chicorées



« sauvages » rouges, souvent d'origine nord-italienne : Chioggia, Véronne et Trévise. Nos Scaroles et Frisées étant assez dures et amères, on aura intérêt à les ficeler (ou les couvrir avec un pot) 20 jours avant leur

consommation pour les faire « blanchir » : c'est une capacité à « l'étiollement » qui a été sélectionnée. Bien sûr l'apport d'azote est important (légumes feuille) mais également de potassium, permettant une bonne pommaison.

- Les Artichauts restant en place 5 à 10 ans, on aura soin de très bien préparer leur emplacement et d'apporter tous les ans compost, fumier décomposé. Ils redoutent les hivers très froids : en montagne, il faudra protéger la souche.
- Les Cardons étant cultivés en annuels (semis en avril), il leur faut aussi un sol riche, bien arrosé. 30-40 jours avant leur récolte, les feuilles seront liées, éventuellement avec une protection (papier, plastique noir), pour les faire blanchir.
- Scorsonères et Salsifis, semés en pleine terre en mars puis éclaircis à 12-15 plants/m, seront récoltés d'octobre à mai selon les besoins. Attention, la racine est longue et nécessite une tranchée d'un côté pour les retirer entiers.
- Pour les Tournesols, les semer après les gelées dans un sol riche et à l'écart des autres plantes qu'il pourrait gêner. Ce sont les rhizomes de Topinambour que l'on plante dans un sol drainant, même pauvre. Ils sont vivaces, à condition de toujours en laisser dans le sol (c'est d'ailleurs le meilleur endroit de conservation).

Reproduction

Toutes ces espèces peuvent se reproduire de façon sexuée, les fleurs sont mellifères et donc les hybridations sont à redouter si l'on veut récupérer les graines. Elles sont monoïques (les deux sexes sur la même fleur). Les Artichauts, comme les Cardons, sont autostériles, ils nécessitent une pollinisation croisée, facteur d'hybridation. Pour les Artichauts, il est cependant plus facile de prendre en automne un



œilleton ou un éclat de souche un peu enraciné et de le replanter, éventuellement après un passage en pépinière.

Les Chicorées et Laitues, ainsi que les Scorsonères et les Salsifis, sont autofertiles mais l'action des insectes pollinisateurs favorise l'hybridation, d'autant plus que la Scarole sauvage fleurit souvent en même temps que certaines variétés cultivées.

Le Tournesol n'est que rarement autofécond. La pollinisation croisée est donc la règle. Les semences de Topinambour existent, il est cependant plus facile de mettre en terre quelques rhizomes. Bien sûr, à la récolte automnale, on aura soin d'en laisser quelques-uns en terre pour la saison suivante. À noter que les Hélianthis (*Helianthus strumosus*), d'origine canadienne, ressemblent au Topinambour mais avec des rhizomes plus fins permettant une moindre flatulence...

Maladies

Toutes ces cultures sont sensibles aux maladies cryptogamiques (Mildiou, Oïdium des Composés, Botrytis) ; en plus les Artichauts et Cardons sont sensibles à la Verticilliose, les salsifis à la Rouille blanche, les Laitues et



Chicorées au Sclerotinia. Les traitements habituels antifongiques ne sont à utiliser qu'en cas de forte infestation. Préférer le purin de prêle. Par contre, une prévention est souhaitable : sur les milieux de semis, mélanger un peu de poudre de charbon de bois pour éviter la fonte des semis, en culture éviter l'humidité permanente en ne serrant pas trop les plants et en arrosant plutôt le matin. Et n'oubliez pas de laisser le collet des plants de salade en dehors du sol.

Chicorées au Sclerotinia.

Les traitements habituels antifongiques ne sont à utiliser qu'en cas de forte infestation. Préférer le purin de prêle. Par contre, une prévention



est souhaitable : sur les milieux de semis, mélanger un peu de poudre de charbon de bois pour éviter la fonte des semis, en culture éviter l'humidité permanente en ne serrant pas trop les plants et en arrosant plutôt le matin. Et n'oubliez pas de laisser le collet des plants de salade en dehors du sol.

Prédateurs

Les chenilles de Noctuelles et



les larves de Tipules, les gros Cousins, peuvent faire de gros dégâts sur les jeunes plants de salade, les pucerons sont gênants sur les



salades, les capitules d'Artichauts, les larves de Taupins (larves « fil de fer ») s'attaquent aux racines de Salsifis. Bien sûr les Escargots et Limaces se régaleront des salades : placer des pièges (planches), ou des coupelles avec de la bière.

Les plus rustiques sont sans doute les Topinanbours : ils poussent partout, demandent peu, ont peu d'ennemis et fleurissent joliment si on ne prend pas les tubercules!

Utilisations

Pour ceux qui veulent un potager de vivaces, Artichaut et Topinambour (parfois envahissant) sont ex-



cellents : ils durent longtemps et sont décoratifs.

Les Tournesols se ressemant facilement peuvent compléter un coin du jardin.

Aucun de ces légumes ne se conserve longtemps sauf les Topinambour si on les laisse dans le sol.

Bien sûr les plus cultivées sont les salades, Laitues et Chicorées, qui peuvent recevoir l'accompagnement dans un mesclun d'autres familles botaniques en jeunes semis : Betteraves, Épinards, Roquettes, ...

Joël BESNARD