



LE SYSTÈME DE CULTURE À TROIS POTS

Pas besoin d'une petite ferme de dix hectares pour être auto-suffisant en divers légumes. Ni même d'un jardin. En fait, une poignée de conteneurs spacieux suffit à vous les fournir toute l'année. Je n'achète plus de salade sous plastique depuis que j'ai fait l'achat de trois grands et beaux pots d'argile et que j'utilise cette méthode pour les salades de jeunes feuilles.

QUELS LÉGUMES CULTIVER ?

Les légumes en pot ne se limitent pas aux **salades**. En adaptant la même méthode, vous remplirez votre assiette d'une palette surprenante de délicieux légumes de saison, tels que

Avec un système simple à trois pots, un qu'on vient de semer, un en cours de croissance et un en cours de récolte, on peut cultiver des légumes en une succession ininterrompue.

petits pois, haricots, carottes, légumes-feuilles et herbes, et ce du printemps à l'automne.

LES AVANTAGES

La culture en conteneur présente des avantages ; en fait, bien que j'aie un jardin, je fais aussi pousser des légumes en pot chaque année par commodité. Je peux ainsi maîtriser les apports d'eau et de nutriments ainsi que la température (les pots étant portables, il suffit de les rentrer quand il fait froid). On évite aussi de nombreux problèmes courants au jardin, car les légumes y sont plus faciles à défendre contre les ravageurs. De plus, la croissance rapide et le changement de substrat entre deux semis ôtent toute chance aux maladies de se propager.

Un tipi de haricots à rames dans un grand pot vous fournira tout l'été des saladiers pleins de haricots croquants.



LES VARIANTES

Dans ce chapitre, je décris comment faire fonctionner un système multipot. Pour simplifier, je présente trois variantes de système à trois pots, car c'est un nombre suffisant pour la plupart des légumes précoces (pour une famille de quatre ; à ajuster en fonction de vos besoins). Pour les légumes tardifs, quatre pots sont nécessaires pour un approvisionnement continu.

► Les **systèmes à variété unique** sont axés sur la quantité.

► Les **systèmes combinant trois variétés** sont moins exigeants en temps, car on utilise intelligemment trois variétés d'un même légume pour prolonger la récolte.

► Enfin, dans les **systèmes mixtes**, on associe plusieurs légumes différents.

Dans les pages qui suivent, je vous donne des « recettes » pour vous aider à démarrer, mais une fois que vous aurez le tour de main, vous pourrez varier les saveurs, les couleurs et les textures en cultivant vos légumes favoris.

VERGER POUR PETIT JARDIN

Si vous avez ne serait-ce qu'un peu d'espace extérieur, vous avez déjà fait la moitié du chemin. Dans un jardin de poche où chaque plante compte, **les fruits combinent tous les avantages** : sobres en espace et en entretien, beauté et récolte abondante.

Cessez de voir les arbres fruitiers uniquement comme des plantes comestibles. La plupart ont des **qualités ornementales**, que ce soient leurs fleurs, leurs écorces joliment colorées ou leurs baies éclatantes. Choisissez-les comme vous le feriez avec d'autres arbustes ou vivaces, et votre verger s'intégrera si bien dans le plus petit jardin que vous serez autosuffisant en fruits presque sans vous en rendre compte.

Une belle récolte de fruits maison est l'une des meilleures récompenses de l'autosuffisance. En plus, ils peuvent pousser sur une terrasse, contre une clôture... et même sur un bord de fenêtre.

fleurs roses au printemps et, à l'automne, de nuances jaune beurre et de fruits qui parfument l'air à des kilomètres. Le **pommier sauvage** est d'une grande valeur : un foisonnement de fleurs blanches au printemps, de superbes feuilles d'automne et des fruits semblables à de minuscules pommes (la variété 'John Downie' est la meilleure pour faire des gelées). Même les fleurs des **pommiers ordinaires** attirent plus le regard dans un jardin d'agrément. Les **arbres à fruits à coque** sont aussi très beaux dans les petits jardins. Le noisetier commun, le noisetier de Lambert et l'amandier ont des feuilles magnifiques et des fruits abondants.

ARBRES FRUITIERS

Pour choisir les arbres de votre petit jardin, mettez les mots « compact » et « toute l'année » tout en haut de vos priorités.

Il se trouve que ça décrit la plupart des espèces fruitières. Les **cognassiers**, par exemple, ne dépassent pas 5 m de haut, ils se couvrent de belles

PETITS FRUITS

Les petits fruits d'automne sont aussi colorés que beaucoup de fleurs : de petits amas de gouttes sanguines, orange ou, dans le cas de l'arbuste aux bonbons (*Callicarpa bodinieri*), violet métallique. Mais ces dernières ne se mangent pas : faites pousser des **myrtilles** à la place, leurs fruits prunieux presque noirs sont tout aussi splendides. Les



Les arbres fruitiers conduits en espaliers ont une vraie qualité architecturale.

cassis apportent leurs belles tiges droites, les **groseilles blanches** ont des grappes translucides et la **mûre du Japon** (*Rubus phoenicolasius*) est un délicieux substitut de la framboise.



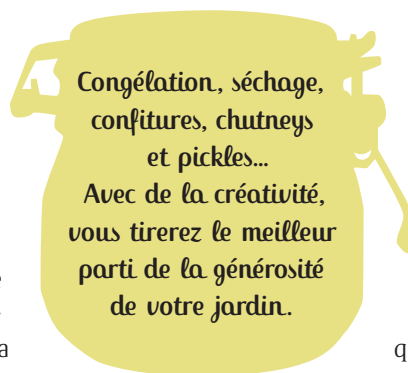
BORDURES COMESTIBLES

Quand on manque de place, un massif de **fraisiers** est un luxe qu'on ne peut s'offrir. Plantez-les plutôt dans les bordures au pied de vos fleurs. Leur feuillage large et très persistant est un couvre-sol parfait qui se pare de jolies fleurs blanches puis de délicieux fruits rouges au début de l'été.

Diversifiez les variétés en plantant des **précoces**, des **mi-saison** et des **tardives** pour prolonger la récolte pendant tout l'été. Ou essayez une variété « remontante », qui produit des fruits au début puis à la fin de l'été. La variété 'Toscana' aux séduisantes fleurs roses produit de manière continue.

Cultivez vos myrtilles dans des pots remplis de terre de bruyère.

STOCKER LES SURPLUS



L'idéal, ce sont les produits d'été qu'on conserve aussi près possible de leur état au moment de la récolte. Ils sont alors presque aussi bons que lorsqu'on les mange frais.

Beaucoup de **légumes** et de **fruits** peuvent se conserver sans modification ou presque. En hiver, on les utilise exactement comme s'ils arrivaient droit du potager.

En général, les légumes qui se conservent le mieux sont **ceux à croissance lente et à peau épaisse**, comme les courges et potirons, qui mettent toute la saison à mûrir. Ou les petits pois et les fèves. Les **légumes à peu fine** tels que laitue, courgette et concombre ne se gardent pas bien et se transforment en bouillie quand on les congèle. La meilleure solution est de les cuisiner préalablement.

Les **variétés de conservation** (de garde) sont plus longues à mûrir et se conservent plus longtemps. Faites pousser un rang ou un pot de carottes, petits pois ou pommes de terre de conservation à côté de vos variétés d'été (nouvelles) et vous en

mangerez encore quand le dernier légume frais ne sera plus qu'un lointain souvenir.

ENTREPOSAGE AU SEC

► Pour les **pommes, poires, légumes-racines** (dont betterave, navet, pomme de terre, carotte, céleri-rave).

Certains produits peuvent être simplement entreposés jusqu'à ce qu'on en ait besoin, un peu comme un écureuil enterrant des glands pour l'hiver. Les **légumes-racines** se prêtent très bien à cette forme de conservation. Arrachez tous vos plants en une seule fois, couvrez le fond d'un cageot d'un tissu respirant ou de papier journal. Puis recouvrez celui-ci d'une couche de sable juste assez humide pour empêcher les raves de se dessécher. Coupez les parties vertes et couchez vos légumes sur le sable sans qu'ils se touchent. Recouvrez-les de sable et ils se garderont plusieurs mois.

C'est encore plus simple avec les **pommes de terre** : laissez les peaux sécher quelques heures au soleil après arrachage, puis rangez-les dans des sacs de papier double épaisseur ou en toile de jute.

SÉCHAGE

► Pour les piments (sauf les variétés charnues comme 'Rocoto red'), les potirons, courges, oignon, ail, échalote, haricots à écosser, pommes, poires, prunes, certaines herbes aromatiques.

Un **séchage efficace** demande de la patience et le choix du bon endroit. Le meilleur séchoir que j'aie eu était un couloir non chauffé entre deux portes. Il était frais et lumineux, mais sans soleil direct, et le passage créait une ventilation constante. J'y suspendais **piments, herbes** et **lavande**, qui étaient parfaitement séchés sous quinzaine.

Le **séchage à l'extérieur** vise principalement à durcir les peaux des légumes pour en protéger la chair. Il faut environ deux semaines : laissez **courges** et **potirons** mûrir sur la plante, posés sur

des briques afin que l'air puisse circuler et sécher toute la surface. Une fois bien secs, ils sonnent creux quand on les tapote. Quand les feuilles sont jaunes, arrachez tous vos **oignons, échalotes** et **aïls** en même temps et étalez-les sur la terre. Si le temps est humide, rentrez tout à l'intérieur (dans une serre si vous en avez une) et continuez le séchage à l'abri.



Enveloppez une par une pommes et poires pour empêcher la pourriture de contaminer les voisines.

Faites votre propre livre de cuisine

Rangez dans un classeur vos recettes préférées pour les temps d'abondance : transformez les légumes qui se conservent mal, comme les courgettes, en plats préparés que vous n'aurez plus qu'à sortir du congélateur.



DES BOISSONS DU JARDIN !

On peut produire une gamme incroyable de boissons, alcoolisées ou non, à partir de seulement cinq fruits à la portée de tous les jardiniers. Certains sont d'une facilité de culture déconcertante : dans mon jardin, le **sureau** est une mauvaise herbe, tandis que les **pommes** et les **cassis** se débrouillent seuls. Les **citrons** et le **raisin** demandent un peu plus de soins, mais vous serez récompensés par votre limonade et votre vin maison.

SUREAU

De beaux sureaux jaillissent de nos haies et se ressèment dans le jardin comme des mauvaises herbes. Ce sont des plantes assez envahissantes et indisciplinées, mais j'en laisse grandir quelques-unes, car c'est le roi des plantes à boire. À l'instant où vous débouchez la bouteille, le parfum douxereux des fleurs, conservé sous forme de

sirop ou de « champagne » pétillant, vous renvoie au début de l'été. Laissez quelques ombelles de fleurs sur l'arbre et, en automne, les baies noires et astringentes vous donneront un sirop épais et riche, le rob.

► **Culture** : s'il est plus habituel de cueillir les fleurs de sureau sur des arbres sauvages, je préfère avoir les miennes dans mon jardin. Ainsi, je suis sûre d'en avoir assez pour ma production annuelle et j'ai plus de chances de les cueillir au bon moment, quand elles viennent d'éclore mais ne sont pas encore pleinement ouvertes.

Le sureau pousse à peu près partout, au soleil comme à l'ombre et sur tous types de sol. Atteignant 5-6 m de haut, il reste à portée de main. Maîtrisez son expansionnisme par une taille stricte après la floraison.

► **Espèces et variétés** : plantez l'espèce-type *Sambucus nigra* pour son traditionnel sirop couleur d'ivoire, la variété 'Black Lace' pour ses fleurs « barbe à papa » qui donnent un « champagne » rose.



Remplissez vos
étagères
de boissons sans
additifs grâce
à quelques fruits
faciles à cultiver.

CASSIS

Ce n'est pas par hasard si le sirop de cassis commercial plaît à tant d'enfants : le cassis acidulé et sucré explose en bouche comme des petits feux d'artifice (c'est une des saveurs de fruit que je préfère). Mais ces sirops sont souvent bourrés de sucres ajoutés.

En cultivant vos cassis, vous et vos enfants aurez du sirop ou du soda de cassis sans payer le prix du sucre. Car on peut diminuer la dose de sucre sans employer d'édulcorants nocifs, et laisser le parfum du fruit se déployer pleinement. Ce ne sera peut-être toujours pas aussi sain qu'un smoothie à l'épinard, mais ce sera sûrement meilleur.

► **Culture :** le cassis pousse qu'on le veuille ou non. Soleil ou ombre, argile riche ou sol caillouteux mal drainé : il s'en fiche. C'est le dur des durs. Mais pour avoir des récoltes généreuses, gâchez-le ! Donnez-lui du soleil, une riche terre de jardin et taillez-le en hiver pour supprimer le vieux bois (ce sont les tiges de deux et trois ans qui fructifient le mieux).

► **Variétés :** Toutes les variétés 'Ben' fructifient avec générosité et régularité. 'Ben Sarek' est idéale pour les bacs car elle ne dépasse pas 1 m de haut. Sinon, essayez 'Wellington XXX' qui est, dit-on, le plus parfumé de tous.



Avec leur goût acidulé, les cassis du jardin vous offriront du sirop sans sucre ajouté.

Sirop de sureau



Remuez les fleurs de sureau, les citrons et l'eau sucrée, laissez infuser 24 heures, c'est prêt.

Ingrédients

- 1 kg de sucre (ou plus si vous préférez plus sucré, jusqu'à 2 kg)
- 2 litres d'eau chaude
- 30 ombelles de sureau
- 1 grosse cuillerée à soupe d'acide citrique
- 1 citron
- 3 citrons verts

Versez l'eau bouillante sur le sucre et remuez jusqu'à dissolution complète, puis laissez refroidir.

Frottez les ombelles dans l'eau froide, laissez-les égoutter, puis détachez les fleurs une par une. Versez-les dans l'eau sucrée, ajoutez l'acide citrique et tous les citrons coupés en rondelles. Remuez bien et laissez reposer couvert pendant 24 heures. Filtrez à travers une mousseline et embouteillez.

Astuce : faites plusieurs lots de sirop pendant la brève saison de floraison et congelez votre stock annuel en bouteilles plastique de 1,5 litre.

ANIMAUX POUR FERMIERS À TEMPS PARTIEL



Les animaux ne prennent pas tous beaucoup d'espace et de temps, et leur offrir une vie digne est une satisfaction en soi.

Tous les animaux présentés dans cette partie sont compatibles avec l'intensité de la vie moderne, ils se contentent d'un petit espace et de soins relativement

simples. Commencez par une ruche dans votre jardin, puis passez aux poules, aux cochons et aux moutons pour être autonome en viande (et autre) sans ferme.

POULES

► **Terrain nécessaire :** une poule a besoin d'au moins 0,3 m² dans le poulailler et autant dans l'enclos extérieur. Quatre poules ont donc besoin d'au moins 2,4 m², les grandes races un peu plus et les naines un peu moins.

► **Temps nécessaire :** 20 minutes deux fois par jour (première tâche du matin et dernière du soir), plus une demi-heure le week-end pour sortir le fumier.

► **Races pour débuter :** Welsummer, Light Sussex.

► **Produits :** environ cinq œufs par poule et par semaine (moins en hiver). Cinq ou six poules fournissent une famille en œufs quasiment toute l'année. On peut aussi les élever pour la chair, mais il faut plus de poules et un coq, donc plus d'espace.

Les poules sont adorables, occupées à gratter la terre, caquetant toutes seules et se roulant avec extase dans leur bain de poussière. Ce sont généralement les premiers animaux qu'on élève dans son jardin, car il leur faut relativement peu d'espace et elles ont tant à donner.

Ne croyez pas ceux qui vous disent que vos poules se plairont dans un enclos portable. Même en le changeant régulièrement de place, elles

s'ennuieront vite. Les poules sont naturellement nomades et n'aiment pas être enfermées. Si vous manquez de place pour l'enclos, optez pour des poules naines, qui pondent des œufs un peu plus petits mais sont moitié moins grandes et se satisfont d'un espace plus limité.

MOUTONS

► **Terrain nécessaire** : 1 hectare accueillera entre deux et quatre brebis.

► **Temps nécessaire** : 20 minutes d'inspection par jour et une demi-journée toutes les 6 semaines pour les soins de routine tels que le parage des onglons, la tonte et le traitement anti-myase.

► **Races pour débiter** : Southdown, Textel.

► **Produits** : viande d'agneau (deux agneaux mâles nourriront votre famille toute l'année) et de mouton (la viande des agneaux plus âgés passe pour être plus savoureuse). Laine : selon la race, chaque bête pourra donner 2,5 kg de laine par an.

Dans l'ensemble, les moutons posent étonnamment peu de problèmes. La plupart du temps, il suffit d'une inspection quotidienne pour s'assurer que tout va bien. Toutes les six semaines

N'achetez pas vos bêtes dans un marché aux bestiaux

Dans les marchés et foires aux bestiaux, il n'est pas rare que les éleveurs cherchent à se débarrasser d'animaux vieux ou malades, et vous risquez de vous retrouver à galérer avec des bêtes de moindre qualité. Achetez-les plutôt dans une ferme de bonne réputation.



environ, je les mène dans un enclos en bois pour parer leurs onglons, tondre la laine du dos pour qu'elles ne se mettent pas à puer et à attirer les mouches, traiter la peau contre la myase ou marquer les jeunes agneaux. Un chien de berger est inutile avec des moutons apprivoisés, car ils vous suivent presque partout, même dans une remorque, dans l'espoir d'un seau de granulés et d'un grattage derrière les oreilles.



Les enfants et les animaux s'entendent à merveille.