



## 9. UN JARDIN OMBRAGE

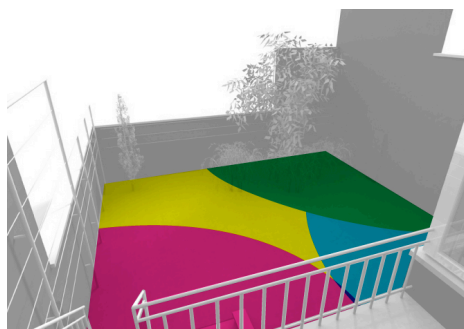
La plupart des légumes et des herbes aromatiques ont besoin de soleil pour pousser, mais en ville les jardins ne sont pas toujours bien ensoleillés. Dans cette fiche, nous examinons les possibilités qu'offre un jardin ombragé ou mi-ombragé.

Pour savoir si votre jardin est ombragé ou mi-ombragé, vous devez observer la lumière aux environs du 21 mars ou du 21 septembre. À ces dates, une journée dure exactement 12 heures. Dessinez un plan de votre jardin. Toutes les heures, indiquez-y où le soleil donne. Pour ce faire, tracez une ligne à côté de laquelle vous indiquez l'heure.

À la fin de la journée, calculez les heures d'ensoleillement.

Plus de 6 heures de soleil : ensoleillé  
Entre 3 et 6 heures de soleil : mi-ombragé  
Moins de 3 heures de soleil : ombragé

Si une bonne partie de votre jardin est ensoleillée (comme dans ce cas-ci, dans la zone rose), vous pouvez aisément y aménager un potager. Si votre jardin est mi ombragé ou ombragé, les possibilités de cultiver des fruits et des légumes sont plus limitées. Cependant, nous vous expliquons dans cette fiche quelles sont les possibilités de culture.



Rose : ensoleillé  
Bleu : mi-ombragé, avec le soleil du matin  
Jaune : mi-ombragé, avec le soleil du soir  
Vert : ombragé



## 1.1. PLANTES ANNUELLES POUR LES ZONES OMBRAGEES

La plupart des plantes annuelles poussent uniquement dans un endroit ensoleillé, mais quelques-unes peuvent également se développer à la mi-ombre ou à l'ombre, comme nous vous l'expliquons ci-dessous. Les plantes annuelles doivent être ressemées chaque année.

### **Cerfeuil (*Anthriscus cerefolium*)**

Plante annuelle pour la mi-ombre ou l'ombre, sur un sol frais à sec.

Les feuilles ont une saveur anisée. Vous pouvez les récolter sans interruption jusqu'à la floraison de la plante.

**Semis** : à partir d'avril, mai (la germination dure 3 à 4 semaines)

**Couleur des fleurs** : blanche

**Floraison** : mai - juin

**Hauteur** : 40 cm

Semez quelques graines toutes les deux semaines pour pouvoir étaler les récoltes.

Vous pouvez laisser fleurir une partie du cerfeuil et la laisser monter en graine pour que la plante se resème.

Au printemps (mars), retravaillez le sol en le ratissant pour que les graines tombées sur le sol puissent germer.

### **Persil (*Petroselinum crispum*)**

Plante annuelle destinée à un endroit mi-ombragé ou ombragé, sur un sol frais. Cultivez le persil comme le cerfeuil (voir la description ci-dessus).

**Semis** : à partir d'avril, mai (la germination dure 3 à 4 semaines)

**Couleur des fleurs** : blanche

**Floraison** : de juin à août

**Hauteur** : 40 cm

#### *Variétés*

Persil italien, « Géant d'Italie »

Persil frisé, « Frisé mousse »

Persil plat, « de Naples »

### **Capucine**

Plante annuelle pour un endroit mi-ombragé (ne convient donc pas à un endroit ombragé). Vous pouvez en consommer les feuilles, les boutons floraux et les fleurs. À la mi-ombre, la capucine ne produira pas beaucoup de fleurs, mais elle développera surtout du feuillage. Les petites feuilles ont une saveur légèrement poivrée. Vous pouvez les consommer en salade, mais aussi dans une préparation chaude comme un potage.

**Semis** : début mai

**Couleur des fleurs** : jaune, orange, rouge

**Floraison** : de juillet à octobre

**Hauteur** : 40 cm



## 1.2. PLANTES DE BROUSSAILLES VIVACES POUR LES ZONES MI OMBRAGEES

Ces plantes herbacées vivaces poussent naturellement dans des broussailles et à la lisière de bois. Elles préfèrent donc les sols frais, bien drainés et riches en humus, exposés au soleil ou à la mi-ombre.

Ce sont des plantes très vigoureuses qui concurrencent fortement d'autres plantes. Elles peuvent donc proliférer.

Achetez un plant ou obtenez-en un chez un voisin, puis repiquez-le. Il n'est pas vraiment judicieux d'acheter des graines parce que vous en auriez bien trop par rapport à vos besoins.

Il s'agit de plantes vivaces : vous ne devez pas en replanter l'année suivante. Elles repoussent tout simplement.

### **Menthe poivrée (*Mentha x piperita*)**

Comme la menthe prolifère, installez-la d'abord dans un pot suffisamment grand et plus tard en pleine terre. De cette manière, vous éviterez la multiplication végétative.

**Couleur des fleurs** : mauve

**Floraison** : juillet - août

**Hauteur** : 45 cm

### **Menthe panachée (*Mentha suaveolens* « *Variegata* »)**

Comme la menthe prolifère, installez-la d'abord dans un pot suffisamment grand et plus tard en pleine terre. De cette manière, vous éviterez la multiplication végétative.

**Couleur des fleurs** : blanc-mauve

**Floraison** : juillet - août

**Hauteur** : 60 cm

### **Cerfeuil musqué (*Myrrhis odorata*)**

Les feuilles et les ombelles sont comestibles. Utilisez-les comme le cerfeuil commun. Les graines fraîches font de délicieuses friandises anisées.

**Couleur des fleurs** : blanche

**Floraison** : mai - juin

**Hauteur** : de 80 à 100 cm

### **Citronnelle (*Melissa officinalis*)**

Étant donné que la citronnelle se ressème facilement, coupez-la régulièrement avant qu'elle ne fleurisse et monte en graine.

Utilisez la citronnelle dans des desserts, dans des macédoines de fruits, avec du poisson... Cuisez les feuilles le moins possible pour éviter de perdre leur saveur.

**Couleur des fleurs** : blanche

**Floraison** : juillet - août

**Hauteur** : 80 cm



## **Livèche ou céleri perpétuel (*Levisticum officinale*)**

La livèche dégage un parfum très prononcé de céleri. Utilisez-en les feuilles et les tiges (comme dans le cas du céleri), par exemple pour aromatiser un potage. Un plant est plus que suffisant pour une famille. Vous pouvez utiliser les graines dans des pâtisseries.

Les racines peuvent être râpées pour agrémenter une salade, mais dans ce cas, bien sûr, vous perdez la plante.

Après trois à cinq ans, vous devez remplacer la plante.

**Couleur des fleurs** : jaune

**Floraison** : juillet - août

**Hauteur** : 150 cm

### **1.3. PLANTES VIVACES POUR LES ZONES MI OMBRAGÉES ET OMBRAGÉES**

Ces plantes poussent naturellement dans les *sous-bois* ou à la *lisière de bois*. Elles préfèrent donc les sols frais, bien drainés et riches en humus, situés à l'ombre ou à la mi-ombre.

Dans les endroits ombragés, sous des buissons et des arbres, le travail est généralement peu exigeant. Une fois que les plantes ont recouvert le sol, la concurrence avec des plantes indésirables est limitée.

Il s'agit de plantes vivaces : vous ne devez pas en replanter ou en ressemer l'année suivante. Elles repoussent tout simplement.

## **Fraisier des bois (*Fragaria vesca*)**

Les fraisiers des bois sont indigènes. Ils donnent de petits fruits très savoureux de mai à octobre. Il est préférable d'acheter quelques plants, que vous repiquerez.

N'achetez pas de plants aux fleurs jaunes, qui ne sont pas des fraisiers indigènes, mais bien des fraisiers sud-américains. Il est vrai qu'ils sont jolis, mais leurs fruits n'ont pas de goût.

**Couleur des fleurs** : blanche

**Floraison** : mai - juin

**Hauteur** : 15 cm

## **Ail des ours (*Allium ursinum*)**

C'est une variété d'ail indigène qui pousse dans les bois de feuillus humides et ombragés.

L'ail des ours se multiplie considérablement, aussi bien de manière végétative ou par les graines. Installez-le d'abord dans un pot suffisamment grand et plus tard en pleine terre. De cette manière, vous éviterez la multiplication végétative. Vous ne pourrez pas lutter contre la multiplication par les graines, qui se produit tant par l'action du vent que par celle des fourmis.

Vous pouvez utiliser les feuilles de l'ail des ours émincées dans des salades, dans du fromage blanc ou un potage, ou encore comme base d'un pesto.

**Couleur des fleurs** : blanche

**Floraison** : mai - juin

**Hauteur** : 25 cm



## **Violette odorante (*Viola odorata*)**

La violette odorante est une plante indigène qui dégage un parfum doux. Elle reste verte en hiver.

Vous pouvez en consommer les fleurs, par exemple pour agrémenter une salade. Les fleurs sucrées peuvent s'utiliser dans des pâtisseries.

**Couleur des fleurs** : violette

**Floraison** : mars-mai

**Hauteur** : 15 cm

## **Oseille sanguine (*Rumex sanguineus* « Bloody Dock »)**

L'oseille sanguine est une plante indigène. Les jeunes feuilles sont comestibles et vous pouvez les utiliser dans des salades, du potage ou comme des épinards.

**Couleur des fleurs** : vert pâle

**Floraison** : juin - août

**Hauteur** : 40 cm

