

Le porte Graines

Maraîcher-semencier sur sol vivant



Catalogue Semences

Saison 2026

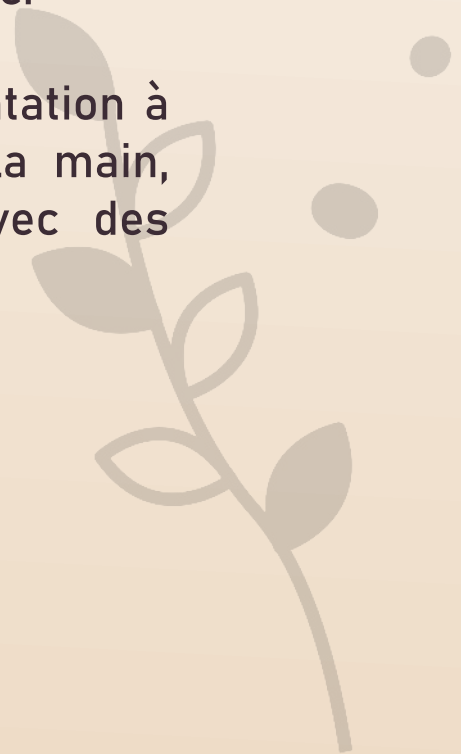
INFORMATIONS ET LIEUX DE VENTE
leportegraines.fr

Depuis 2023, Les semences et les plants proposés par le Porte-Graines ont patiemment poussé sur les communes de Riantec et de Kervignac dans le Morbihan en Bretagne. C'est Thibault Sauquet qui prend soin d'eux, de la graine semée jusqu'à la vente. Après c'est au tour des amoureux de la nature de prendre le relais.

Elles sont cultivées en s'inspirant des méthodes utilisées en permaculture, maraîchage sur sol vivant et de la nature qui nous entoure afin de proposer des plantes et des légumes sains, savoureux et adaptables.

Sur la micro-ferme tout est mis en œuvre pour préserver la biodiversité. La faune et la flore, sont des alliées précieuses pour réussir des graines de qualité.

Les étapes de travail, de la plantation à l'ensachage sont effectuées à la main, sans mécanique et toujours avec des techniques douces.



LES GRAINES

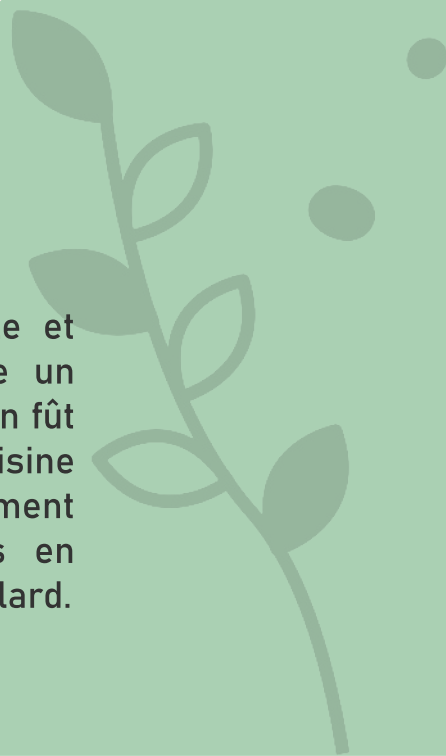
LÉGUMES-FEUILLES



NOUVEAUTÉ 2026

POIREAU « De Liège »

Variété belge ancienne, bisannuelle et rustique. Son port classique offre un feuillage d'un vert-bleu profond et un fût blanc et rond de belle taille. En cuisine les plus gros poireaux se consomment en fondue ou potage. Les petits en « poireaux-vinaigrette » ou tarte au lard.



LES GRAINES DE LÉGUMES-FEUILLES



ÉPINARD Verdil

Spinacia oleracea

Variété allemande et annuelle cultivée comme légume ou engrais vert. Ses feuilles vertes triangulaires, à la pointe arrondie, sont croquantes et peu astringentes. Son développement est rapide. Comme tous les épinards, il se consomme cru en jeunes pousses ou à maturité cuit en plat.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de février à avril et d'août à novembre // Récolte d'avril à juillet et d'octobre à décembre



COTE DE BLETTE Bérac

Beta vulgaris cicla

Variété ancienne et bisannuelle. Elle est précoce, vigoureuse et résistance au froid. Son feuillage imposant est vert sur des cardes plates, larges et bien blanches. Elle se consomme cuite en gratin ou sauté au wok.

Emplacement mi-ombre à ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de mars à août // Récolte de septembre à janvier



OSEILLE Patience des moines

Rumex patienta

Variété vivace précoce au printemps. Ses grandes feuilles ovales, terminées en pointe, sont vertes. Beaucoup moins acides que ses cousines oseilles, sa saveur est très proche de l'épinard. Les feuilles se consomment cuites en sauces ou en plats (quiche, omelette, etc).

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de mars à juin // Récolte de mai à octobre



BROCOLI Vert calabrais

Brassica oleracea italica botrytis

Variété italienne, ancienne et annuelle. Elle est précoce. Ses larges feuilles vertes laissent apparaître une tête de taille moyenne vert-émeraude puis une multitude de petits jets à récolter au fur et à mesure. Elles se cuisent à l'eau quelques minutes.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à juillet // Récolte de mai à décembre



RHUBARBE Victoria

Rheum rhabarbarum

Variété anglaise, très ancienne et vivace. Ses longs pétioles sont épais et vert avec le collet rouge. Ses grandes feuilles sont très imposantes. Ce sont uniquement les pétioles qui se consomment ils sont acidulés et cuisinés en compote, confiture ou tarte.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis d'avril à mai ou d'août à octobre // Récolte de mai à octobre



RHUBARBE Lider

Rheum rhabarbarum

Variété polonaise vivace. Elle est productive et précoce. Ses longs pétioles sont charnus, rouges de peau mais verts de chair. Ses grandes feuilles bien vertes sont en forme de cœur. Ce sont uniquement les pétioles qui se consomment. Sucrée et acidulée elle est parfaite pour les confitures ou tartes.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis d'avril à mai ou d'août à octobre // Récolte de mai à octobre

LES GRAINES DE LÉGUMES-FEUILLES



ROQUETTE Sauvage

Diplotaxis tenuifolia

Plante vivace originaire d'Europe très mellifère. Son feuillage vert et dentelé produit une abondance de petites feuilles. À la belle saison la plante offre des petites fleurs jaunes en forme de croix. En cuisine les feuilles et les fleurs s'utilisent en salade ou sur une pizza pour leur saveur poivrée.

Emplacement mi-ombre à ensoleillé, terre normale et besoin en eau important

Semis de mars à septembre // Récolte d'avril à novembre



ARROCHE Blonde

Atriplex hortensis

Variété ancienne et annuelle. Ses feuilles triangulaires, de couleur vert pâle presque jaune, sont très tendres. Elle atteint parfois les 2 m de haut. Comme les épinards, ce sont les feuilles qui se consomment crues en jeunes pousses ou à maturité cuites en plat.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de avril à juin // Récolte de mai à septembre



LAITUE A COUPER Feuille de chêne rouge

Lactuca sativa

Variété annuelle cultivée en toutes saisons. Elle est productive et rustique. Ses feuilles en forme de feuilles de chêne sont de couleur pourpre intense. Tendres aux extrémités et croquantes à cœur, elle se consomme crue à la vinaigrette ou mélange de jeunes pousses avec d'autres salades. Elle peut aussi poêlée au beurre comme des feuilles d'épinards.

Emplacement mi-ombre à ensoleillé, terre normale et besoin en eau important

Semis de février à octobre // Récolte de janvier à décembre



LAITUE Sucrine

Lactuca sativa

Variété ancienne et annuelle cultivée au printemps et en été. Elle est résistante à la sécheresse. Son feuillage en forme de petite pomme, est de couleur verte tirant sur le vert-clair au cœur de la pomme. Elle est croquante et juteuse. Elle se consomme crue à la vinaigrette ou braisée au beurre.

Emplacement mi-ombre à ensoleillé, terre normale et besoin en eau important

Semis de février à juillet // Récolte de mai à septembre



LAITUE Romaine rouge d'hiver

Lactuca sativa

Variété très ancienne cultivée pour des récoltes automne et hiver. Elle est résistante au froid et aux maladies. Son feuillage en forme de chicon aux feuilles en spatules est de couleur pourpre avec des côtes tirant sur le vert. Elle est croquante avec du goût. Elle se consomme crue à la vinaigrette. Chaud le cœur est grillé au four puis arrosé de citron, huile d'olive et ail.

Emplacement mi-ombre à ensoleillé, terre normale et besoin en eau important

Semis de février à juillet // Récolte de mai à septembre



POIREAU De Liège

Allium porrum

Variété ancienne d'origine belge, bisannuelle et rustique. Son port classique offre un feuillage d'un vert-bleu profond et un fût blanc et rond de belle taille. En cuisine les plus gros poireaux se consomment en fondue de poireaux ou potage. Les petits en « poireaux-vinaigrette » ou tarte au lard.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de octobre à janvier

LES GRAINES

LÉGUMES-RACINES



NOUVEAUTÉ 2026

ECHALION « Cuisse de poulet »

Variété française type « du Poitou ». C'est une variété de conservation. Son bulbe est rosé sous une peau cuivrée, il est allongé et renflé. les bulbes se dégustent crus ou cuits. Ils peuvent être ciselés dans une salade, revenus avec une viande grillée ou braisés en accompagnement.

LES GRAINES DE LÉGUMES-RACINES



BETTERAVE Noire plate d'Egypte

Beta vulgaris

Variété égyptienne très ancienne et bisannuelle. Elle est précoce et adaptée pour des récoltes d'été. Son feuillage vert-violacé, aux côtes rouges, cache des racines rondes et aplaties. La chair est de couleur rouge tirant sur le violet, fine et sucrée. Les racines se consomment crues, râpées finement ou cuites à l'eau pour réaliser des salades.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre normale et besoin en eau moyen

Semis de février à juin // Récolte de juin à novembre



PANAIS De Guernesey

Pastinaca sativa

Variété anglaise ancienne bisannuelle. Ses longues feuilles vertes crantées cachent des racines, coniques et charnues, de couleur blanc-crème. Les fanes se dégustent en veloutés ou en tartes. Les racines parfumées et sucrées se consomment crues, râpées finement, ou cuites dans un plat ou en soupe.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen mais régulier

Semis de mars à juin ou septembre // Récolte de mars à décembre



NAVET Milan collet rose

Brassica rapa rapa

Variété italienne ancienne, bisannuelle à tendance annuelle. Ses longues feuilles érigées vertes sont prolongées par des racines sphériques aplaties aux extrémités, de couleur blanche au collet rose-violet. Les fanes se dégustent en veloutés. Les racines douces et sucrées se consomment cuites dans un plat ou en soupe.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen mais régulier

Semis de mars à juin // Récolte de mai à octobre



OIGNON BLANC Hâtif de Paris

Allium cepa

Variété française ancienne et bisannuelle. Ses tiges creuses et érigées sont vertes. Son bulbe blanc, aux reflets argentés, est légèrement aplati. C'est un oignon précoce qui se mange frais après récolte. Les jeunes tiges et les bulbes se dégustent ciselés dans des salades ou sur une viande grillée.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau faible

Semis d'août à septembre // Récolte de mars à mai



ECHALION Cuisse de poulet

Allium cepa

Variété française type « du Poitou ». C'est une variété de conservation. Ses longues tiges creuses et érigées sont vertes et son bulbe est rosé sous une peau cuivrée, il est allongé et renflé. Ce sont surtout les bulbes qui se dégustent crus ou cuits. Ils peuvent être ciselés dans une salade, revenus avec une viande grillée ou braisés en accompagnement.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau faible

Semis de janvier à mars // Récolte d'août à septembre



CAROTTE Colmar à coeur rouge

Daucus carota

Variété française ancienne de conservation. Elle est bisannuelle. Elle est vigoureuse et adaptée à tous types de terrains. Son feuillage ciselé est prolongé par une carotte orange de grosse taille, pouvant atteindre 30 cm. Les fanes se dégustent en veloutés. Les carottes, sucrées et goûtées, se consomment crues râpées et cuites dans un plat ou en soupe.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen

Semis de mars à juillet // Récolte de juillet à décembre

LES GRAINES DE LÉGUMES-RACINES



CHOU RAVE Superschmelz géant blanc

Brassica oleracea caulorapa campestris

Variété allemande ancienne et bisannuelle. Ses énormes feuilles vertes cachent une rave en forme de pomme de belle taille, de couleur blanche à vert-clair. Sa chair est tendre et appréciée en cuisine de multiples manières. Crue râpée en salade, rémoulade, cuite poêlée en cube ou en gratin. Variété peu soumise au cœur creux et de bonne conservation.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de janvier à juillet // Récolte de juillet à décembre



RADIS Rose de Pâques

Rhapanus sativus

Variété annuelle et ancienne. Ses longues feuilles vertes sont prolongées par de longues racines de 15 cm, de couleur rose à la chair bien blanche et croquante. Peut être récoltée avant maturité pour avoir des radis de petite taille. Les fanes se dégustent comme des épinards. Les racines se consomment crues ou coupées en rondelles et sautées à la poêle.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen mais régulier

Semis de mars à août // Récolte de mai à octobre



RADIS Bleu d'automne et d'hiver

Rhapanus sativus

Variété bisannuelle cultivée en annuelle. Ses longues feuilles vertes sont prolongées par des racines de 20 cm, de couleur violet-bleu à la chair blanche, ferme et croquante. Les fanes de petites tailles se dégustent comme des épinards. Les racines se consomment crues marinées, en rémoulade ou en rondelles sautées à la poêle.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen mais régulier

Semis de fin juin à septembre // Récolte de septembre à janvier

COMMENT SEMER LES GRAINES DE RADIS BLEU?

Les semis de radis bleu se font en extérieur, en lignes espacées de 25 cm et dans un sillon de 1 cm de profondeur. Un semis à la volée ou en plaque alvéolée est aussi possible. Recouvrir de terreau le sillon, pour faciliter l'éclaircissement. Au stade de 6 feuilles, ne laisser qu'un radis tout les 10 cm sur la ligne. Pour éviter que le radis ne devienne trop piquant arroser régulièrement. Récolter avant que la racine ne soit trop grosse.

Pour lutter contre la mouche du radis et l'altise un filet anti-insectes reste la solution la plus fiable et la plus écologique.

Pour produire soi-même sa semence de radis, laisser pousser quelques radis en terre tout l'hiver, au printemps des fleurs blanches en forme de croix apparaîtront, puis les fruits, les siliques. Attendre que les siliques soient complètement sèches pour les récolter. Pour récupérer les graines à l'intérieur il faudra les écraser puis les tamiser.

Toujours récupérer des graines sur des plants sains et bien développés.



LES GRAINES

LÉGUMES-FRUIT



NOUVEAUTÉ 2026

TOMATE « Rouge sicilienne »

Variété italienne ancienne de mi-saison. Ses fruits rouges, de moyenne taille, sont aplatis et côtelés. Ils possèdent une chair ferme et parfumée. Cette belle tomate est particulièrement adaptée pour les sauces, et les plats cuisinés.

LES GRAINES DE LÉGUMES-FRUITES



CONCOMBRE Sweet Marketmore

Cucumis sativus

Variété très ancienne des états-unis, annuelle et de mi-saison. Son feuillage vert dévoile des fleurs jaunes en cloches ouvertes puis une abondance de fruits. Ils sont longs de 30 cm, cylindriques et bien verts. Leur chair est ferme, douce, sans amertume. En cuisine le concombre est un classique des salades de crudités.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de mars à juin // Récolte de juin à octobre



CUCAMELON concombre à confire

Melothria scabra

Espèce annuelle et mexicaine. Elle produit des feuilles vertes semblable à la vigne, de petites fleurs jaunes et une multitude de petits fruits. Ils sont ovales, lisses et vert liseré de blanc. Leur chair ressemble au concombre. Lorsqu'ils font 3 cm, immatures, ils se mangent crus en salade ou confits dans du vinaigre.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen mais régulier

Semis de mars à juin // Récolte de juin à octobre



COURGETTE Gold Rush

Cucurbita pepo

Variété récente, annuelle et précoce. Elle produit de grandes feuilles vertes nervurées de gris pâle, des fleurs jaunes en cloches et des fruits de 150 à 250 grammes. Ils sont longs, lisses et de couleur jaune. Leur chair blanche est fine et d'une très bonne qualité gustative. Les fruits se cuisinent à la poêle, ratatouille ou crus en carpaccio et les fleurs en beignets.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de mars à juillet // Récolte de mai à octobre



COURGETTE Grisette de Provence

Cucurbita pepo

Variété ancienne, annuelle, précoce et très productive. Buissonnante, elle forme de grandes feuilles vertes nervurées de gris pâle, des fleurs jaunes en cloches et des fruits vert-clair marbré de vert foncé. Leur chair bien blanche est fine et d'une excellente qualité gustative. Les fruits se cuisinent à la poêle, ratatouille ou crus en carpaccio et les fleurs en beignets.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de mars à juillet // Récolte de mai à octobre



COURGE MUSQUÉE Tan cheese

Cucurbita moshata

Variété très ancienne des états-unis, annuelle et tardive. Elle produit des fruits de 3 à 6 kilos. Ils sont ronds légèrement côtelés et de couleur orange-ocre à maturité. Leur chair d'un orange foncé est ferme avec un goût de noisette et de carotte. Les fruits se cuisinent en tranches rôties au four ou en gratin avec du fromage.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre riche et besoin en eau important

Semis d'avril à juin // Récolte d'août à novembre



COURGE MUSQUÉE Butternut

Cucurbita moshata

Variété anglaise ancienne annuelle et tardive. Les fruits de 2 à 3 kilos sont lisses, en forme de bouteille et de couleur ocre à maturité. Leur chair d'un orange foncé est fine, ferme avec un goût sucré de noisette. Les fruits se cuisinent en soupe, en gratin ou rôtis en tronçon comme une viande.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre riche et besoin en eau important

Semis d'avril à juin // Récolte d'août à novembre

LES GRAINES DE LÉGUMES-FRUIT



POTIMARRON Lakota

Cucurbita maxima

Variété ancienne du nord des états unis, annuelle et de mi-saison. Elle produit de grandes feuilles vertes nervurées de gris pâle, des fleurs jaunes en cloches et des fruits de 2 à 3 kilos. Ils sont en forme de toupies et de couleur orange avec des parties vertes. Leur chair orange est fine et croquante avec un goût de noisette légèrement sucrée.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis d'avril à juin // Récolte de août à novembre



MELON CANTALOUPE Précoce du Roc

Cucumis melo

Variété ancienne italienne, annuelle et précoce. Coureuse, elle produit des feuilles vertes, de fines fleurs jaunes en étoiles et des fruits d'environ 1 kilo. Ils sont ronds, lisses et légèrement côtelés. De couleur verte, ils deviennent jaune clair à maturité. Leur chair orange est sucrée et très parfumée. Les fruits se préparent crus en tranche ou en cube dans les salades.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important au début puis modéré

Semis d'avril à juin // Récolte de juillet à octobre



TOMATILLO Pruple de milpa

Physalis philadelphica

Variété mexicaine ancienne, annuelle sous nos latitudes. Ses fleurs jaunes produisent des fruits violets enveloppés dans des cages en forme de lanterne. Sa chair ferme et agréable est légèrement acidulée et peu sucrée. Le fruit est mûre quand il tombe seul de la branche. A déguster cuit dans une poêlée ou écrasé avec de l'ail dans les « Salsas » du Mexique.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



TOMATILLO Cisineros

Physalis philadelphica

Variété mexicaine ancienne, annuelle sous nos latitudes. Ses fleurs jaunes produisent des fruits de couleur vert-pomme enveloppés dans des cages en forme de lanterne. Sa chair ferme et agréable est légèrement acidulée et peu sucrée. Le fruit est mûr quand il tombe de la branche. A déguster cuit dans une poêlée mais surtout dans la célèbre « Salsa Verde ».

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



PHYSALIS Coqueret du Pérou

Physalis peruviana

Variété très ancienne vivace mais souvent annuelle sous nos latitudes. Ses fleurs sont de couleur jaune au cœur noir et produisent une multitude de petits fruits oranges enveloppés dans de jolies cages. Sa chair tendre est sucrée avec une pointe d'acidité. Elle doit être cueillie mûre et consommée fraîche, séchée ou en confiture.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



PHYSALIS Aunt Molly

Physalis pubescens

Variété nord américaine très ancienne annuelle. Ses fleurs de couleur jaune au cœur noir produisent une multitude de petits fruits oranges enveloppés dans de jolies cages. Sa chair ferme est sucrée rappelant le goût de la mandarine. Elle doit être cueillie mûre et consommée fraîche, séchée ou en confiture. Elle se conserve plusieurs semaines.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de février à avril // Récolte de juin à octobre

LES GRAINES DE LÉGUMES-FRUIT



POIVRON Tequila sunrise

Caspicum aanuum

Variété américaine assez récente annuelle. Ses petites fleurs blanches en étoiles produisent des petits fruits de couleur orange à maturité en forme de carotte pointue. Sa chair est ferme et croquante aux notes citronnées. Elle se consomme crue ou marinée en salade et apéritif.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



POIVRON Doux des Landes

Caspicum aanuum

Variété ancienne française. Elle est annuelle de mi-saison et très productive. Ses petites fleurs blanches en étoiles produisent des petits fruits, longs et effilés, de couleur rouge à maturité. Sa chair est fine mais ferme et fruitée. Elle se consomme crue en petites lamelles dans les salades ou gratinée au four avec du fromage de brebis.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



POIVRON Petit jaune d'Antibes

Caspicum aanuum

Variété ancienne française originaire de la Côte d'Azur. Elle est annuelle de mi-saison et productive. Ses fruits de taille moyenne sont longs parfois arqués et de couleur jaune-orangé à maturité. Sa chair est fine, ferme, fruitée sans amertume. Très savoureuse, cette variété se consomme crue en apéritif ou salades. Chaude, poêlée avec de l'huile d'olive et du persil.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



POIVRON Prima bell

Caspicum aanuum

Variété ancienne des états unis. Elle est annuelle, productive et de mi-saison. Ses petites fleurs blanches en étoiles produisent de gros fruits charnus et côtelés. La couleur est d'un rouge puissant à maturité. Sa chair est ferme, épaisse et savoureuse. Elle se consomme crue en petits dés dans les salades, gratinée au four ou cuite dans des mélanges de légumes.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



PIMENT Gorla

Caspicum aanuum

Variété ancienne française du Pays Basque. Elle est annuelle de mi-saison et très productive. De type Espelette, c'est un piment d'une intensité de 4/10. Les petits fruits, longs et coniques, sont de couleur rouge. Sa chair est fine mais ferme et caractéristique. Elle se consomme cuisinée dans des plats en sauce ou séchée et réduite en poudre pour relever un met.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



INDISPONIBLE
EN 2026

AUBERGINE Longue violette hâtive

Solanum melongena

Variété anglaise ancienne annuelle. Vigoureuse et adaptée aux régions fraîches. Ses petites fleurs violettes en étoiles produisent des fruits, de couleur violet-foncé, de grande taille en forme de massue. Sa chair est sans amertume et savoureuse. Elle se consomme cuite en ratatouille, gratin ou tartinade.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre

LES GRAINES DE LÉGUMES-FRUIT



TOMATE petit moineau

Solanum pimpinellifolium

Variété précoce issue de l'espèce sauvage « *S. pimpinellifolium* », annuelle sous nos latitudes, au port indéterminé. Abondante, vigoureuse et résistante aux maladies. Ses petites fleurs jaunes en étoiles produisent des fruits rouges, en grappes, de très petite taille. Sa chair est ferme et très sucrée. Elle se consomme crue en salade ou apéritif.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



TOMATE Orange Queen

Solanum lycopersicum

Variété américaine annuelle au port indéterminé et imposant. Ses petites fleurs jaunes en étoiles produisent des fruits de grosse et moyenne taille d'un orange puissant. La chair de l'Orange Queen est ferme, juteuse et savoureuse. Elle se consomme crue avec juste un filet d'huile d'olive ou en salade composée. A essayer rôtie au four « à la provençale »

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



TOMATE Petit Chaperon rouge

Solanum lycopersicum

Variété précoce et naine d'origine allemande. Elle est annuelle au port déterminé et résistante aux maladies. Ses petites fleurs produisent des fruits de petite et moyenne taille, rouges et bien ronds. Elle est adaptée à la culture en pleine terre et en pot. Elle possède une chair ferme et parfumée. Elle se consomme crue en salade ou en tranche sur une pizza.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



TOMATE Basse Japonaise

Solanum lycopersicum

Variété naine très précoce et rampante, au port déterminé et buissonnant. Culture possible en pot. Productive, vigoureuse et résistante aux maladies. Ses petites fleurs produisent des fruits rouges en grappes de type cerise. Sa peau est lisse, sa chair est juteuse et douce. Elle se consomme crue en salade composée ou apéritif avec des carrés de fromage.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



TOMATE Rouge Sicilienne

Solanum lycopersicum

Variété italienne ancienne de mi-saison. Annuelle au port déterminé d'une hauteur de 1 m. Elle produit des fruits rouges aplatis et côtelés de taille moyenne. Elle possède une chair ferme et parfumée. Particulièrement adaptée aux sauces tomates et plats cuisinés, elle est aussi agréable en salade ou grillée au four avec de la mozzarella.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de juillet à octobre



FEVE Reina mora

Vicia faba

Variété espagnole annuelle et précoce. Ses fleurs blanches aux cœurs noirs produisent des gousses vertes aux grains verts. Une fois mature, pour la semence, les graines deviennent violettes avec une légère brillance. La Reina Mora est productive avec une délicieuse saveur. Les fèves se consomment crues ou cuites, sautées aux oignons et au lard, marinées, écrasées en purée ou simplement en salade avec une vinaigrette au miel.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau faible

Semis de novembre à mars // Récolte d'avril à juin

LES GRAINES DE LÉGUMES-FRUIT



HARICOT Mange-tout nain Delinel

Phaseolus vulgaris

Variété française annuelle de 1979 d'une hauteur d'environ 50 cm. Ses fleurs de couleur rose-blanc produisent des gousses vertes et fines sans fils. Elle est très productive et résistante aux maladies. Ces haricots sont pour la conservation en bocaux tout comme à la consommation immédiate. Ils sont à déguster cuits à la vapeur avec un peu de beurre.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de mai à juillet // Récolte de juillet à octobre



HARICOT Mange-tout grimpant Blauhilde

Phaseolus vulgaris

Variété allemande annuelle pouvant atteindre 3 mètres. Ses fleurs teintées de violet, de rose et de blanc produisent des gousses violettes de grandes tailles. Elle est très productive et résistante aux maladies. La chair charnue a une saveur très appréciée. Ils sont à déguster cuits à la vapeur avec un peu de beurre ou refroidis pour une salade composée.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de mai à juillet // Récolte de juillet à octobre



HARICOT Mange-tout nain Major

Phaseolus vulgaris

Variété française annuelle type « Rocquencourt ». Elle est productive et particulièrement résistante aux maladies cryptogamiques. Ses fleurs produisent des gousses jaunes sans fils et tendres. Ces haricots sont pour la conservation en bocaux ou pour une consommation immédiate. Ils sont à déguster cuits à la vapeur puis sautés avec une persillade.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de mai à juillet // Récolte de juillet à octobre



POIS à écosser nain Merveilles de Kelvedon

Pisum sativum

Variété anglaise ancienne et annuelle d'une hauteur de 60 à 100 cm. Elle est rustique et assez résistante aux premières chaleurs. Elle produit des cosSES vertes et lisses contenant en moyenne 7 pois ridés. Sucrés et bien calibrés, les pois conviennent à la congélation. Ils sont à déguster crus dans une salade ou poêlés avec du lard et des oignons.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen

Semis de février à mai // Récolte de mai à juillet



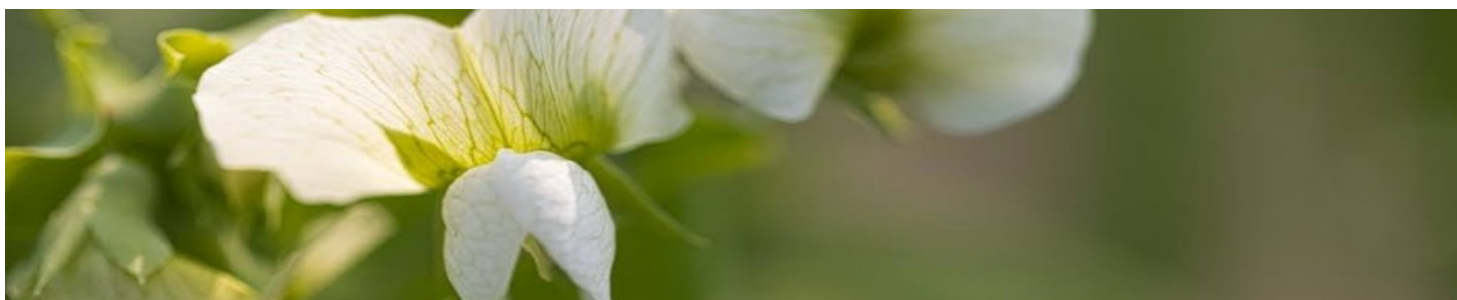
FRAISE Blanche des bois

Fragaria vesca semperflorens

Plante européenne, vivace et rustique. Ses fleurs blanches, au cœur jaune produisent des fraises blanches. Elles sont allongées et de petites tailles. Légèrement sucrées avec un goût agréable, elles sont toutefois différentes des fraises classiques. Elles s'utilisent en pâtisserie, confitures et salades de fruits.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre riche et besoin en eau moyen

Semis de février à avril ou août // Récolte de juillet à octobre

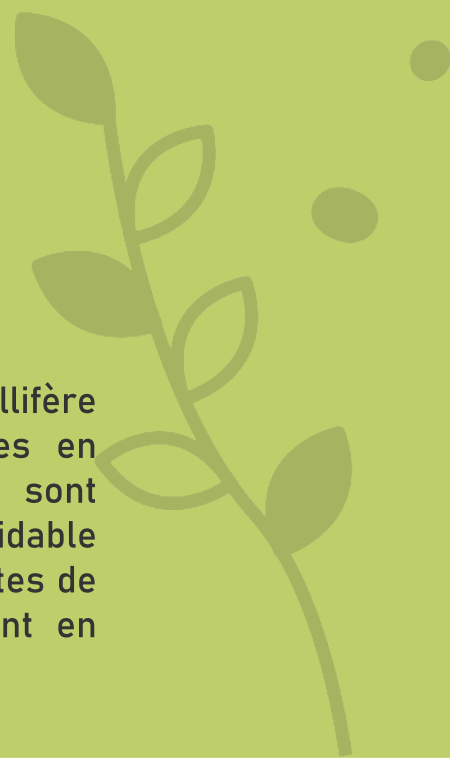


LES GRAINES AROMATIQUES



NOUVEAUTÉ 2026
AGASTACHE MENTHE
« Fleurs blanches »

Plante vivace aromatique et très mellifère originaire d'Asie. Ses inflorescences en épis sont blanches et ses feuilles sont vertes. La plante dégage un formidable parfum de menthe avec quelques notes de réglisse. Feuilles et fleurs s'utilisent en infusion, en salade ou plat en sauce.



LES GRAINES D'AROMATIQUES



LIVÈCHE Officinale

Livesticum officinalis

Plante vivace aromatique et robuste. Ses fleurs en ombelles sont de couleur jaune et son feuillage pointu et découpé dégage un parfum très puissant. Feuilles, fleurs, tiges et graines sont comestibles et s'utilisent. Préparation chaude en bouillon, infusion ou jeunes tiges poêlées au beurre, préparation crue en salade ou émincée sur un plat.

Emplacement mi-ombre à ensoleillé, terre riche et besoin en eau moyen

Semis d'avril à mai ou août à septembre // Récolte d'avril à novembre



PERSIL PLAT Géant d'Italie

Petroselinum crispum

Plante bisannuelle aromatique de haute taille. Ses fleurs en ombelles sont de couleur jaune, son feuillage est vert foncé, pointu et découpé. Ce sont ses feuilles, parfumées et décoratives, que l'on utilise en cuisine pour tous types d'entrées ou de plats. C'est la plante aromatique par excellence.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen à faible

Semis de février à juillet // Récolte d'avril à décembre



ANETH Officinale

Anethum graveolens

Plante annuelle aromatique et très mellifère originaire du bassin méditerranéen. Ses fleurs en ombelles sont de couleur jaune et son feuillage fin et haché dégage un parfum très frais et anisé. Feuilles, fleurs, tiges et graines sont comestibles et s'utilisent en infusion, en salade ou plat en sauce.

Emplacement ensoleillé, terre riche et souple et besoin en eau moyen mais régulier

Semis de mars à juillet// Récolte de mai à octobre



AGASTACHE Citronnée

Agastache mexicana

Plante vivace aromatique et très mellifère originaire du Mexique. Ses fleurs de couleur bleu-mauve et ses feuilles bien vertes dégagent un formidable parfum citronné légèrement anisé et camphré. Feuilles et fleurs sont comestibles et s'utilisent en infusion, en salade de fruit et remède traditionnel.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre normale et besoin en eau faible

Semis de mars à juillet// Récolte de mai à octobre



AGASTACHE Fenouil

Agastache foeniculum

Plante vivace aromatique et très mellifère originaire du nord de l'Amérique. Ses fleurs de couleur rose-mauve et ses feuilles vert-clair dégagent un formidable parfum de fenouil. Feuilles et fleurs sont comestibles et s'utilisent en infusion fraîche ou chaude, en salade de fruit ou marinade à poisson. Elle aussi utilisé pour ses vertus digestives.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre normale et besoin en eau faible

Semis de mars à juillet// Récolte de mai à octobre



AGASTACHE Menthe à fleurs blanches

Agastache rugosa

Plante vivace aromatique et très mellifère originaire d'Asie. Ses inflorescences en épis sont de couleur blanche et ses feuilles sont vertes. La plante dégage un formidable parfum de menthe avec quelques notes de réglisse. Feuilles et fleurs sont comestibles et s'utilisent en infusion et salade. Également utilisée en médecine traditionnelle chinoise.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre normale et besoin en eau faible

Semis de mars à juillet// Récolte de mai à octobre

LES GRAINES D'AROMATIQUES



CELERI BRANCHE A couper

Apium graveolens

Variété ancienne française et bisannuelle . Son feuillage vert et abondant offre de longues côtes érigées plus ou moins grosses, elles sont pleines, croquantes et très parfumées. En cuisine les feuilles et les côtes s'utilisent pour aromatiser des plats cuisinés comme la sauce bolognaise ou des soupes mais aussi crues en salade ou marinées.

Emplacement ensoleillé, terre riche et besoin en eau important

Semis de février à avril // Récolte de août à décembre



PERILLA Shiso rouge

Perilla frutescens

Plante annuelle d'origine asiatique. D'une hauteur d'environ 1 mètre, ses feuilles lancéolées et gaufrées sont de couleur pourpre. Les fleurs violettes apparaissent en épis à la fin de l'été. Feuilles, fleurs, tiges et graines sont utilisées Préparation chaude en infusion, feuilles fraîches ciselées sur un plat ou une salade. Plante utilisée dans la pharmacopée chinoise.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen

Semis de mars à juin // Récolte de mai à octobre



CIBOULE Ishikura

Allium fistulosum

Aromatique vivace et très rustique originaire du Japon. Mellifère, elle attire notamment les bourdons. Cette variété offre de longs et larges fûts pointus et ses inflorescences en forme de boules sont blanches. Consommée ciselée, crue ou cuite, la saveur douce et sucrée de cette ciboule, rappelle le goût de l'échalote.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen à faible

Semis de février à juillet// Récolte de avril à novembre

COMMENT SEMER LES GRAINES DE CIBOULE ISHIKURA ?

Les semis de Ciboule Ishikura se font en godet ou plaque alvéolée sous abri lumineux, dès le mois de février, à 15 degrés. Déposer les graines dans un trou de 0,5 cm , recouvrir de terreau, tasser et arroser. Une fois le plant bien développé et la motte solide, repiquer au jardin en laissant 25 cm en tous sens . Culture en vivace possible avec division de souche comme une ciboulette.

La Ciboule Ishikura n'attire ni les ravageurs ni les maladies au jardin.

Pour produire soi-même sa semence de ciboule, laisser fleurir pendant la belle saison ses inflorescences blanches en forme de pom-pom pointu. Attendre que celles-ci soient complètement sèches pour les récolter. Pour récupérer les graines à l'intérieur il faudra les tapoter contre le rebord d'un seau puis les tamiser.

Les mettre dans une enveloppe en kraft et les conserver dans une pièce fraîche et sèche.



LES GRAINES

FLEURS



NOUVEAUTÉ 2026

BALSAMINE « Pepermint sticks »

Variété annuelle et mellifère déjà présente en Angleterre à l'époque Victorienne. Ses fleurs de couleur blanche et rouge rappelle le rouleau anglais de sucette à la menthe . En petite quantité, les fleurs sont comestibles et décorent joliment les salades.

LES GRAINES D'AROMATIQUES



BOURRACHE Blanche

Borago officinalis

Variété annuelle très mellifère. Elle aussi réputée comme engrais vert car riche notamment en potassium et calcium. Elle développe rapidement une grosse tige, un feuillage vert et poilu et une multitude de petites fleurs blanches en étoiles qui sont parfaites pour décorer les salades. Séchées, tiges, feuilles et fleurs sont aussi utilisées en infusions.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen

Semis de février à juillet // Floraison d'avril à novembre



SOU CIS En mélange

Calendula officinalis

Variété annuelle et mellifère aux multiples usages. Elle développe rapidement des feuilles de couleur vert clair, oblongues et légèrement duveteuses, puis une multitude de fleurs jaunes et oranges qui sont parfaites pour décorer les plats. Séchées, les fleurs sont aussi utilisées en infusion.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen

Semis de mars à juillet // Floraison de mai à novembre



CEILLET D'INDE Double panaché

Tagete patula

Variété annuelle, originaire d'Amérique du sud, mellifère. Son feuillage ciselé et denté bien vert met en valeur une multitude de fleurs en pompon dans des tons variés du jaune au fauve en passant par le rouge. La floraison est longue et abondante. Feuilles et fleurs s'utilisent en salade, les pétales dans des beurres « fleuris » et les potages.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen

Semis de février à mai // Floraison de mai à novembre



LUPIN Jaune doux

Lupinus luteus

Variété annuelle et mellifère aux multiples usages. Engrais vert, fourrage, la beauté des fleurs ou ses graines comestibles riches en protéine. Son feuillage en folioles oblongues et ovales est vert légèrement duveteux. Les nombreuses grandes fleurs en grappe sont jaunes et odorantes. En cuisine les graines séchées s'utilisent saumurées ou en farine.

Emplacement ensoleillé, terre normale (pas calcaire) et besoin en eau moyen

Semis de mars à juillet // Floraison d'avril à novembre



COQUELOURDE Des jardins

Silene coronaria

Variété vivace et mellifère très décorative. Elle développe des feuilles lancéolées et duveteuses de couleur vert argenté, puis une multitude de fleurs d'un fuchsia profond sur les bords et rose-clair au centre. Cette plante est parfaite pour mettre en valeur les jardins et attirer les pollinisateurs. Très rustique et sans entretien elle est toutefois **non comestible**.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre normale à pauvre et besoin en eau faible

Semis de mars à mai ou novembre // Floraison d'avril à novembre



DRACOCEPHALE Thé des jardins

Dracocephalum moldavicum

Plante annuelle et très mellifère originaire du centre de l'Asie. Elle développe des inflorescences en épis d'une couleur violette. Toute la plante se consomme, avec ses arômes de verveine citronnée, d'anis et de menthe elle est idéale pour la préparation de boissons fraîches ou chaudes mais aussi pour aromatiser des plats cuisinés.

Emplacement ensoleillé à mi-ombre, terre normale et besoin en eau faible

Semis de mars à mai // Floraison de juin à octobre

LES GRAINES D'AROMATIQUES



GRAND CHARDON Chardon marie

Silybum marianum

Plante bisannuelle, herbacée et mellifère pouvant atteindre 2 mètres de hauteur. Ses grosses fleurs sont de couleur mauve et son feuillage piquant est vert nervuré de blanc. Elle est utilisée en médecine et cuisine mais compliquée à préparer avec ses épines et son goût amer. Elle se resème spontanément.

Emplacement mi-ombre à ensoleillé, terre normale à pauvre et besoin en eau faible

Semis de mars à juin ou octobre à novembre // Floraison de juin à octobre



MILLEPERTUIS

Hypericum perforatum

Plante bisannuelle aromatique de haute taille. Ses fleurs en ombelles sont de couleur jaune, son feuillage est vert foncé, pointu et découpé. Ce sont ses feuilles, parfumées et décoratives, que l'on utilise en cuisine pour tous types d'entrées ou de plats. C'est la plante aromatique par excellence.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau faible

Semis d'août à septembre // Floraison de juin à août l'année suivante



TOURNESOL Des jardins

Helianthus annuus

Variété annuelle et mellifère. Elle développe une longue tige pouvant atteindre 3 mètres. Ses feuilles pointues et vertes soutiennent de grosses fleurs en soleil variant du jaune-or au rouille. Les pétales s'utilisent en salade, les graines grillées au sel. Les graines à maturité attirent aussi les oiseaux au jardin.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau moyen mais régulier

Semis d'avril à juin // Floraison de juillet à octobre



BALASAMINE Pepermint sticks

Impatiens balsamina

Variété annuelle et mellifère déjà présente en Angleterre à l'époque Victorienne. Elle développe un feuillage bien vert et denté sur de longues tiges fragiles pouvant atteindre 80 cm. Ses fleurs de couleur blanche et rouge rappelle le rouleau anglais de sucette à la menthe. En petite quantité, les fleurs sont comestibles et décorent joliment les salades.

Emplacement mi-ombre, terre normale et drainée et besoin en eau important en été

Semis de février à mai // Floraison de juin à octobre



COSMOS Fleurs blanches

Cosmos bipinnatus

Variété ancienne, annuelle et mellifère. Elle développe un feuillage vert-clair bien découpé sur de longues tiges ramifiées pouvant atteindre 120 cm. Ses fleurs de couleur blanche ont un aspect soyeux et entourent un cœur jaune. Les pétales des fleurs à la saveur douce agrémentent les salades. Le cosmos est utilisé dans beaucoup de médecines traditionnelles.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau faible

Semis de mars à juin // Floraison de juin à octobre



CARDÈRE CULTIVÉE Cabaret des oiseaux

Dispacus sativus

Plante bisannuelle et très mellifère autrefois utilisée pour lainer les tissus. Elle développe la première année un feuillage vert en forme de spatule en rosette, et l'été de la seconde des inflorescences blanches sur des tiges pouvant atteindre 2 mètres. Les inflorescences séchées s'utilisent dans les bouquets. La plante possède aussi des propriétés médicinales.

Emplacement ensoleillé, terre normale et besoin en eau faible

Semis de mars à mai ou août à septembre // Floraison de juillet à octobre l'année suivante