

LE POTAGER : UN UNIVERS DE PLAISIR À DÉCOUVRIR

Au potager, les espèces que vous pouvez cultiver sont très nombreuses.

Chaque espèce apporte des moments de plaisir à partager : découvrir les asperges sorties du sol, sentir au printemps les parfums des plantes aromatiques et condimentaires, observer les tomates mûrir, décorer la cuisine avec un potiron...

Faites votre choix en famille. Ainsi vous ne risquerez pas d'oublier certaines espèces et chacun pourra retrouver les légumes qu'il apprécie.

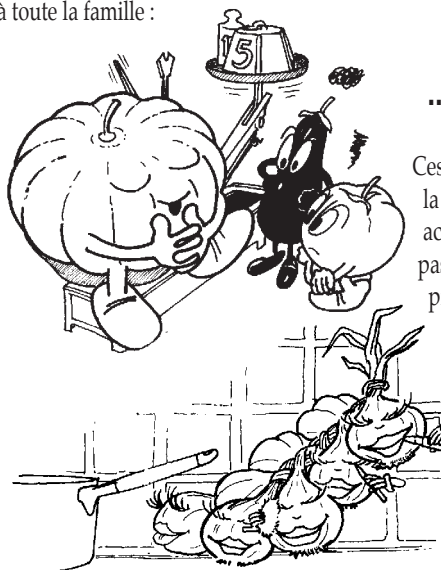
Des légumes pour toute la famille

Pour vous aider dans ce choix, nous avons regroupé les légumes en grandes catégories, en fonction des parties que l'on consomme et des plaisirs qu'ils apportent à toute la famille :

Les groupes de légumes

○ LES LÉGUMES FRUITS

Artichaut, aubergine, citrouille, concombre, cornichon, courgette, melon, pastèque, pâtisson, piment, tomate...



... et les plaisirs pour la famille

Ces légumes sont décoratifs aussi bien au jardin que dans la cuisine par la couleur et la forme de leurs fruits. Au potager, ils sont facilement accessibles et toute la famille pourra aisément les récolter. Et pourquoi pas s'amuser à mesurer les tailles des légumes, à peser la récolte et à prendre des photos.

○ LES LÉGUMES BULBEUX

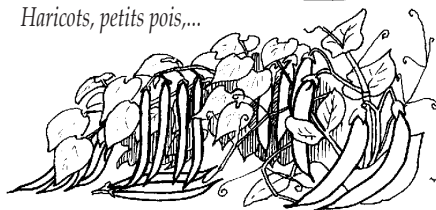
Ail, échalote, oignon...

Pourquoi ne pas décorer votre cuisine avec ces plantes ? Après avoir laissé sécher la récolte, réalisez en famille des tresses ou des bouquets que vous suspendrez. Ils se conserveront ainsi plusieurs mois.

○ LES LÉGUMES GRAINES

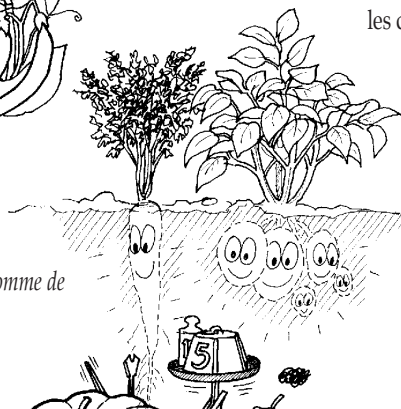
Haricots, petits pois,...

Les légumes graines, c'est toujours une découverte qui passionne les enfants. Vous pouvez les faire grimper et donner ainsi de la hauteur à votre potager. La récolte est l'occasion de se retrouver en famille pour les cueillir et les écosser.



○ LES LÉGUMES RACINES OU TUBÉREUX

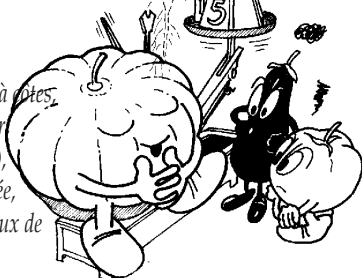
Asperge, betterave, carotte, céleri rave, crosne du Japon, fenouil, navet, panais, pomme de terre, radis, salsifis, scorsonère...



Pour les enfants, c'est toujours une découverte à la récolte de voir sous la terre tous ces légumes. Laissez-les choisir les légumes les plus beaux et les plus gros. Les récoltes sont, pour la plupart de ces légumes, un plaisir que l'on peut renouveler.

○ LES LÉGUMES FEUILLES

Chicorée (frisée, scarole, Witloff), céleri à côtes, cardon, chou (de Bruxelles, choux-fleur, brocoli, pommé, rouge, de Milan, cabus), cresson, épinard, laitue (batavia, pommée, romaine), mâche, oseille, pe-tsaï (ou choux de Chine), pissenlit, poireau, poirée (ou bette), roquette, tétragon...



Les salades, toute la famille peut aller les récolter au fur et à mesure des besoins. C'est agréable de les cueillir alors que les feuilles sont encore pleines de rosée ! Avec les choux, c'est l'étonnement pour les enfants de voir se former la tête ou la pomme.

Ce qui est formidable avec les légumes feuilles, c'est la diversité des couleurs et de la forme du feuillage, et la possibilité d'avoir des récoltes presque tout au long de l'année.

○ LES PLANTES AROMATIQUES OU CONDIMENTAIRES.

Aneth, angélique, anis, basilic, bourrache, cerfeuil, ciboulette, coriandre, estragon, laurier, marjolaine, mélisse, menthe, origan, persil, pimprenelle, romarin, sauge, thym...



C'est un véritable plaisir, dès le printemps, de se retrouver dans cet univers de parfums. De plus, elles sont décoratives et pourront constituer d'agréables bordures ou petits massifs.

Faites sentir ou goûter à vos amis la diversité de ces plantes.