

Baselle (*basella rubra*), (*basella alba*)

Basellacées vivace cultivée comme annuelle.

Présentation : Cette plante grimpante, non rustique est très belle. On la trouve dans les jardinerie plus souvent avec les plantes décoratives.

Un peu d'histoire : On doit à Henri Adrian van Rheede, alors gouverneur des Indes du sud son introduction au jardin botanique d'Amsterdam au début du XVII^e siècle.

La baselle est une plante potagère présente dans l'alimentation humaine depuis des siècles. Elle fut largement répandue dans le monde par les marins, avant d'être cultivée au XVIII^e siècle en Angleterre.

En France, on connaît ce légume depuis le XIX^e siècle comme succédané de l'épinard courant, mais il ne l'a jamais véritablement remplacé.

Origine : Asie tropicale, certainement de l'Inde orientale. La baselle *cordifolia* nous viendrait de la Chine.

Noms vernaculaires: Epinard de Malabar, épinard de Chine, épinard blanc de Malabar, brède d'Angola, brède de Chine, baselle grimpante...

Description : Plante herbacée, grimpante, de couleur rouge ou verte (selon les variétés) ; les tiges rondes s'enroulent sur un support et peuvent atteindre plus de 2 m de haut.

Les feuilles sont alternées, en forme de cœur pointu, charnues, entières, celles de l'extrémité plus petites, vert foncé et nervurées de rouge (*B rubra*), vert pâle (*B alba*), plus grandes (*B cordifolia*) .

Les petites fleurs hermaphrodites donnant de fausses baies globuleuses en grappes sont vertes, rouges ou roses, en



juillet- août. C'est une plante de jours courts : la floraison a lieu uniquement s'il y a moins de 13 heures de lumière par jour. Les fruits sont des baies brunes ou noires, renfermant une graine ronde, marquée par le calice.

La baselle possède l'avantage, par rapport à l'épinard de nos régions, de donner plusieurs récoltes successives.

Multiplication : par semis en mars-avril à une profondeur d'1 cm au chaud, en terrine ou en godet. Lors de la levée, ne laisser qu'un plant par pot. Mettre en place après le 15 mai soit en très grand pot, soit en pleine terre près d'un mur bien exposé ou un treillage dans un sol riche en humus, ameubli et frais. La distance de plantation est de 40 cm entre chaque plant.

Pour obtenir de belles plantes, mieux vaut les installer sous tunnel. À l'extérieur, en plein soleil, la baselle pousse, mais sa croissance est bien moindre. Même correctement exposée, elle ne dépassera pas le mètre de hauteur et les feuilles resteront petites. Sous un tunnel, elle pourra atteindre 2 à 3 m ; si, en outre, elle se trouve en situation ombragée, elle développera de très grandes feuilles.

Exposition : mi-ombre à ensoleillée.

Incidences de la lune : Semer de préférence en lune croissante.

Nombre de graines au gramme : de 25 à 30

Durée germinative : 5 ans

Levée : 10 jours

Température de germination : à 25°

Entretien : Rapidement, votre plante va s'élaner vers le ciel, il faut donc attacher la plante à son support à l'aide de liens en plastique, sans trop les serrer pour ne pas étrangler ses tiges. Un arrosage régulier est nécessaire. Pailler en cas de sécheresse.

Ne laissez pas la plante sécher car c'est préjudiciable à son développement harmonieux ainsi qu'à la qualité gustative des pousses et feuilles, rendues amères en cas de manque d'eau. Biner et sarcler régulièrement.

Fertilisation : Fertilisez votre plante avec un engrais organique pour légumes verts, à raison d'une fois par semaine. Les indésirables à surveiller sont les escargots, friands des feuilles, faciles à éradiquer manuellement, et les pucerons qui attaquent les jeunes pousses, à traiter avec un purin végétal. Tout produit chimique est à éviter dès lors que la plante est consommée.



Rotation des cultures :

Bons mariages : pas de préférence

Quantité : 3 pieds.

Variétés : Baselle blanche, Baselle rouge, Baselle à feuilles en cœur

Astuces : Faire tremper les graines dans l'eau tiède pendant 24 heures avant le semis. Comme il s'agit d'une plante vivace, on peut la rabattre et lui faire passer l'hiver sous abri. On peut également envisager une reproduction végétative par boutures.

Récolte : jeunes pousses : 50 à 80 jours après plantation, feuilles : 100 jours après plantation
Les feuilles se récoltent de juillet à fin octobre, c'est-à-dire 3 mois environ après le semis.

Rendement moyen : 1,5 kg par pied

Conservation : Réfrigérateur. Quelques jours dans un sac de plastique perforé.

Produire ses graines : Les fleurs de baselle sont hermaphrodites et donc généralement autogames ; l'allogamie est très rare. Laisser les baies se dessécher. Ramasser les graines avant qu'elles ne tombent, les faire sécher à l'ombre, les ensacher et les conserver au sec et au frais. Pas de risque de croisement entre variétés.

Utilisations : Les feuilles tendres peuvent se consommer crues en salades, et les extrémités des tiges munies de leurs feuilles s'accommodent, cuites, comme celles des épinards, sautées, en potage, en gratin.

La baselle accompagne bien un plat de riz, de semoule de couscous ou de pâtes.

Les fruits cuits donnent un mucilage qui peut remplacer l'okra pour épaissir les soupes

Goût : doux, rappelle celui des jeunes épis de maïs mais sans aucune amertume.

Maladies, parasites et traitement :

La fonte ou pourriture des feuilles : Les feuilles pourrissent en période d'excès d'humidité.

Veiller à une bonne aération du sol en profondeur et à un apport de compost correct. . Eviter les terres trop compactes et humides. Respecter les principes de l'agriculture biologique.

Dès l'apparition de la maladie, éliminer et brûler les plantes atteintes.

Le mildiou : Des taches jaunes apparaissent sur les feuilles.

Préventivement, veiller à effectuer une bonne rotation.

Pratiquer régulièrement des poudrages à base de lithothamne. Cultiver l'épinard dans une terre fraîche et riche en humus.

La courtilière : Elle coupe les racines sur son passage en creusant des galeries.

Dégager légèrement le dessus de ces galeries et verser, avec un arrosoir (au goulot), une solution d'insecticide végétal (pyréthrine et roténone), dosée à 2 ou 3 cuillerées à café par litre d'eau ; inonder la galerie.

Le purin d'ortie non dilué pulvérisé dans les galeries est efficace.

La limace : Elle ronge les jeunes plants, et trahit sa présence par la trace de mucus qu'elle laisse sur son passage.

Pulvérisations à base de macération de feuilles et de fleurs d'absinthe.

Pulvérisations de sulfate de cuivre, neige ou cristaux (chez les droguistes), à raison de 100 gr pour 10 litres d'eau. Bien mélanger ; ne pulvériser que tard le soir afin que les mollusques soient sortis. Il est fortement conseillé d'attendre quelques jours avant de consommer et de bien les laver.

On peut aussi mettre des pièges à limaces en plastique que l'on remplit d'un mélange de bière et d'eau. Les limaces viennent boire et s'y noient.

Le ver blanc et ver gris : Larve du hanneton qui ronge les racines des jeunes plants. Les feuilles commencent par faner, puis jaunissent et finissent par périr.

Pratiquer de bonnes rotations. Les feuilles de chou de Chine, de moutarde de Chine, de navet, grossièrement hachées et légèrement incorporées au sol, éliminent ou repoussent les larves du hanneton.

Propriétés : Elle est diurétique, astringente, laxative, fébrifuge, émolliente, adoucissante. Elle contient des vitamines A, B, C, D, des minéraux avec le fer et le calcium,

Sources

Terre vivante - René Vigan

Rustica - Internet

Tout les légumes V.Renaud