

Poireau (*Allium porrum*)

Alliacées

vivace cultivée comme annuelle

Présentation : Cette plante indispensable dans notre alimentation a l'énorme avantage de se récolter toute l'année. Le fût blanc et tendre du poireau, obtenu à la suite de plusieurs buttages, est la partie la plus consommée. Celle-ci ayant poussé sous terre, le poireau est classé en légume-racine. Après sa plantation soignez-le en jours-racine, quand la lune passe devant la Vierge. Une seule précaution pour avoir de beaux sujets, éloigner les teignes.

Un peu d'histoire : Il était déjà cultivé dans l'Égypte ancienne où il symbolisait la victoire : le pharaon Kheops en offrait à ses meilleurs guerriers.

Les Romains l'appréciaient beaucoup. Le tristement célèbre empereur Néron en consommait en grande quantité pour adoucir ses cordes vocales. Cela lui valut le nom de « porrophage ».

Il fut introduit en Grande-Bretagne par les Romains. Lors d'une guerre, les soldats gallois en avaient planté dans leurs chapeaux comme signe de reconnaissance. Cela leur valut la victoire. C'est ainsi qu'il devint le symbole du pays de Galles.

Au Moyen Âge, il était souvent utilisé dans les soupes appelées « porées », d'où son nom actuel.

Origine : Le poireau proviendrait du Moyen-Orient mais ses origines précises restent très floues.

Autres noms : asperge du pauvre, porreau, poirée, poirette.

Description : Plante herbacée dont la grosse, lisse et solide tige florale apparaît la deuxième année et dépasse parfois 1 m de haut. Les longues feuilles, plus ou moins larges, opposées, planes, d'abord en gouttière, puis retombantes, pointues au sommet, s'engainent à la base pour former une tige appelé 'fût', vert sombre, vert-jaune où vert bleuté. La partie enterrée est blanche. Fleurs blanc-vert teintées de rose, fleurissant en grosses ombelles de juin à août. Les graines sont noires, aplaties, ridées, proches de celles de l'oignon.

Sol et exposition : Pour se développer le poireau à besoin d'un sol frais, profond, meuble et riche en humus sous un climat tempéré et une exposition ensoleillée.

Multiplication : La culture du poireau commence en février (sur couche chaude, châssis, serre ou tunnel) en retenant uniquement des variétés précoces. En mars par un semis très clair en pépinière, ou en lignes distantes de 20 cm. (On compte une centaine de graines au mètre linéaire). En sillon profond de 1 à 2 cm, en avril-mai ou mi-août en place quelques graines tous les 12 cm en rayons distants de 30 cm.

Avant de repiquer, lorsque les plants ont la grosseur d'un crayon, trempez-les 10 minutes dans une solution composée de 5% d'eau de javel et d'eau. Puis les exposer pendant 2 jours, étalés sur le sol, en plein soleil, pour éliminer la teigne. Habillez ces plants (feuilles et racines) et trempez-les dans une boue composée pour moitié de terre du jardin et moitié de bouse de vache le tout lié avec un peu d'eau.

Semés fin août les poireaux « Bleu de Solaise » n'auront pas le temps de développer leur gros fût typique. Néanmoins, en les repiquant après 6 à 8 semaines à 10 cm en rangs espacés de 30 cm, vous obtiendrez ces plantes quand ceux plantés plus tôt monteront à graines.



Incidences de la lune : Semer en lune montante et repiquer en lune descendante.

Nombre de graines au gramme : 400

Durée germinative : 2 à 3 ans

Levée : de 15 à 21 jours.

Température de germination : 10 à 25° C.

Entretien : Les binages et les sarclages sont nécessaires. Arroser en cas de grande sécheresse. Butter les poireaux à plusieurs reprises et coupez le vert quelques jours avant la récolte, le blanc grossira plus vite.

Fertilisation : Comme la plupart des plantes foliacées, le poireau demande de l'azote au repiquage et au premier binage. (Purin d'ortie ou lithothamne)

En dehors de cet apport particulier, les doses de fertilisants sont normales. Pas de fumures fraîches.

Durée de culture : de 26 à 40 semaines suivant les variétés.

Rotation des cultures : Le poireau est une plante exigeante. Il ne doit pas revenir au même endroit avant 4 ou 5 ans.

Bons mariages : Le poireau se cultive entre les rangs de la carotte : son odeur forte repousse la mouche de la carotte et la carotte éloigne la teigne du poireau. Il cohabite également favorablement avec : asperge, céleri, fraisier, salsifis, fenouil, mâche, et tomate.

En revanche, il ne s'associe pas bien avec les haricots, les choux et les pois.

Quantité : 60 à 100 plants pour 2, 120 à 140 pieds pour 4, 140 à 160 pour 6 personnes.

Variétés : Pour les semis de printemps on préférera : Bleu de Solaise, géant d'Hiver, de St Victor, Monstrueux d'Elbeuf, de Gennevilliers, Jaune gros du Poitou, de Liège, Monstrueux de Carentan.

Et pour les semis du mois d'août on choisira : Long de Mézières, Géant d'hiver, Long d'hiver de Huy, qui continuent de grossir jusqu'en avril-mai. Très anciennes variétés, « Jaune gros du Poitou » est probablement le poireau le plus précoce. A l'inverse « Monstrueux de Carentan » et « Bleu de Solaise » sont adaptés au grand froid.

Rusticité : Il résiste à des températures extrêmes de -20 °C pour certaines variétés.

Astuces : Pour une récolte d'avril à juin faire un semis en septembre avec une plantation en novembre. Les poireaux « Bleu de Solaise » très rustiques n'auront pas le temps de développer leur gros fût typique. Néanmoins, vous obtiendrez ces plantes quand ceux plantés plus tôt monteront à graines.

Les poireaux ne seront pas attaqués par les vers si vous mélangez les graines avec des grains de poivre. De même, une poignée d'ortie dans les trous de repiquage éloignera les parasites.

Mouche mineuse du poireau : à la différence des autres ravageurs plus classique des alliées, la mouche mineuse hiberne aussi dans les feuilles et non uniquement dans le sol, rendant inopérant les insecticides employés jusqu'alors. Connaissant cette particularité, la première mesure à prendre est préventive et consiste à éliminer impérativement les déchets sans les laisser sur le sol ou les déposer au compost où les larves peuvent survivre. Détruisez-les, ces parasites sont très coriaces

Pour que les poireaux aient plus de blanc, avant le repiquage, creusez un sillon de 4 à 5 cm de profondeur. Repiquez les jeunes plants en les enterrant jusqu'au cœur, puis arrosez avec le goulot de l'arrosoir en inondant le fond du sillon.

Pour obtenir des fûts bien blancs et trapus, n'hésitez pas à les épointer sur au moins 1/3 de leur hauteur avant d'étaler sur le sol un paillage épais. Faisant office de buttage, celui-ci optimisera le blanchiment, limitera aussi l'enherbement et enfin maintiendra une humidité bienvenue en fin d'été.

Pour éviter d'avoir des vers dans les plants de poireau, les arroser dans le cœur le soir car la ponte des œufs se fait à la tombée de la nuit. On peut aussi accrocher de part en part des morceaux de polystyrène qui auraient le pouvoir d'attirer les adultes qui pondraient dessus (à vérifier).

Lorsqu'on plante les jeunes poireaux on fait attention de mettre les feuilles toutes dans le même sens pour éviter de les casser lors des binages, c'est-à-dire à midi trente-cinq par rapport à l'axe du rang.

L'apport d'urine diluée peut avoir des effets spectaculaires notamment sur les poireaux, à condition de ne pas en abuser. Recueillez votre urine dans un seau, puis versez 0,5 l d'urine dans un arrosoir de 10 l

et complétez avec de l'eau. Arrosez vos poireaux trois à 4 fois en espaçant les arrosages de 2 semaines. L'urine contient beaucoup plus d'azote que le purin d'ortie et agit bien plus efficacement. C'est l'activité microbienne du sol qui transforme rapidement l'urée de l'urine en ammoniac puis en nitrate assimilable.

Ne désherbez plus les poireaux à partir du mois de septembre. Ils seront envahis par une épaisse végétation qui ne nuira pas à leur croissance et protégera le sol du gel. Vous pourrez ainsi arracher les poireaux par grand froid.

Ou faites un paillage généreux de feuilles mortes ou de fougères
On gagne de la place en les mettant en jauge à la fin de l'hiver.

Récolte : 5 mois après un semis de printemps, 7 mois après un semis de fin d'été.

Conservation : Après la cueillette, la conservation est de 3 à 4 jours au frais. Ils se conservent en terre. La variété Bleu de Solaize supporte le froid. Sinon les mettre en jauge. Si possible installez votre jauge à l'ombre. Evitez l'orientation à l'est toujours plus exposée à l'alternance de gel et de dégel néfastes.

Rendement moyen : 25 à 50 kg par m²

Utilisations : Les poireaux, cuits, se préparent en gratin, en vinaigrette, sautés, braisés, en tartes salées, en purée...Ils sont indispensables dans les potages de légumes, le pot au feu, les potées

Goût : entre l'oignon et l'asperge

Produire ses graines : Plante allogame, il faut une distance de 400 à 800 m pour éviter une hybridation entre variétés.

Produire une seule variété de poireau, choisir de beaux pieds, les mettre en jauge, les replanter en pleine terre en mars à 50 cm en tous sens, les tuteurer, récolter les ombelles à maturité (août-septembre), les sécher à l'ombre sur une toile, les mettre dans un sac en papier et les conserver au frais et au sec.

Maladies parasites et traitement :

Le charbon du poireau : Des taches poussiéreuses, d'abord gris argenté, puis devenant noires, apparaissent sur les feuilles, les tiges et l'enveloppe du bulbe.

Cette maladie, très rare en culture biologique, s'attaque uniquement aux jeunes plants. Pratiquer une bonne rotation. Arracher les pieds atteints et les détruire.

La fonte des semis : Manques à la levée ; les plants ont disparu par endroit.

Cette maladie est souvent due à des terres trop humides ou trop acides. Eviter de semer trop dru. Respecter une bonne rotation.

Le mildiou du poireau : Des taches jaunes, de forme allongée apparaissent sur les feuilles qui se couvrent d'un duvet violacé et poussiéreux.

Effectuer régulièrement des fertilisations foliaires avec du lithothamne, principalement par temps chaud et humide, et surtout aussitôt après un orage. En prévention, pulvériser de la bouillie bordelaise. Pratiquer une bonne rotation.

Détruire rapidement les pieds atteints de cette maladie.

La rouille du poireau : Des taches jaunes à brunes apparaissent sur les feuilles qui prennent une couleur rouille et finissent par se dessécher. Procéder régulièrement à des fertilisations foliaires. En prévention, alternez régulièrement des pulvérisations de : bouillie bordelaise, purin de prêle et décoction d'ail.

Le thrips du poireau : Cet insecte brun, presque noir, et sa larve attaquent la plante ; les feuilles jaunissent, se couvrent de petites taches blanches, puis se dessèchent et disparaissent. Les attaques surviennent généralement en période de sécheresse et de chaleur. Respecter les principes élémentaires de l'agriculture biologique.

Dès l'apparition des insectes, pulvériser un insecticide végétal.

La teigne du poireau : Ce petit papillon gris avec des taches blanches pond sur les feuilles ; les larves pénètrent à l'intérieur, creusent



des galeries en descendant jusqu'au cœur de la plante qui finit par pourrir. Plusieurs générations de vers du poireau se succèdent, généralement en avril-mai et en juillet-août.

Les plantes attaquées se reconnaissent à leurs feuilles, dont la surface se couvre de traces blanchâtres.

En prévention : avant le repiquage laisser sécher les plantes pendant environ 48 heures (cela éliminera la larve de la teigne).

La ponte des œufs se fait généralement le soir ou tôt le matin ; en fin d'après-midi arroser légèrement les plants de façon à contrarier les papillons qui ne pourront déposer leur ponte.

Procéder à des pulvérisations, tous les 3 à 4 jours, de décoctions ou de macérations d'absinthe, de rhubarbe, d'ortie, ou de tanaïs.

Un mélange d'un litre de vinaigre blanc avec 10 l d'eau de pluie, pulvérisé sur les plants donne de très bons résultats.

Cultiver les poireaux en association avec la carotte.

La mineuse : Parasite de nombreuses liliacées. Les feuilles du poireau présentent des traces de galeries verticales qui ne pourrissent pas - comme dans le cas de la mouche de l'oignon - mais éclatent avec la croissance, d'où une certaine déstructuration du plant, avec déformations et poussées latérales des feuilles centrales.

Si vous détectez des signes de ponte, taillez court le feuillage avant que les asticots ne descendent dans le fût. Ainsi les légumes repousseront sans ravageurs. Pour cela, il faut savoir précisément à quelle période la mineuse pond. Surveillez les feuilles de ciboulette, sur lesquelles les piqûres sont plus visibles, et réagissez rapidement.

Tendre un voile au-dessus de la plantation (maille de 0,5 à 0,8) d'une façon très hermétique car cette mouche est capable de passer sous la partie basse du filet. De même, il ne faut pas mettre en contact le filet avec les feuilles de poireaux afin d'éviter que la mineuse ne ponde au travers des mailles.

Contre les vers du poireau on conseille une macération de prêle diluée à 5% et à pulvériser sur le rang.

Les mouches : sont les mêmes que celle de l'oignon.

Dégâts : Les pieds jaunissent et flétrissent. A l'arrachage, ils présentent un faible ancrage au sol.

Lutte : Lors de la plantation, utilisez uniquement des matières organiques parfaitement compostées. Remettez à juin vos repiquages pour réchapper

au premier vol, de loin le plus nocif. Le filet anti- insectes qui protège des mineuses préserve aussi des mouches du poireau.

Propriétés : Antiseptique, digestif, diurétique, émollient, expectorant, laxatif, résolutif et tonique, le poireau contient des huiles essentielles, des vitamines (A, B, C, PP) ainsi que du brome, du calcium, du chlore, du cuivre, du fer, du magnésium, du manganèse, du phosphore, du potassium, du silicium, du sodium, du soufre et du zinc.

Poireau perpétuel (*Allium ampeloprasum*) Alliacées vivace

Présentation : Le poireau perpétuel est une espèce de grande taille, dépassant parfois le mètre. Il pousse en touffe compacte. Ses feuilles sont engainantes et produisent une tige qui peut faire plus d'1 cm de diamètre. Il fleurit assez rarement d'une ombelle de fleurs nombreuses et blanches. Le poireau perpétuel ne demande pas de soins particuliers, sa culture est facile.

Un peu d'histoire : Le poireau perpétuel est un légume ancien, déjà utilisé par les hommes préhistoriques. Cette espèce est l'ancêtre du poireau des jardins nommé *Allium porrum*. S'il est moins cultivé de nos jours, il connaît un renouveau d'intérêt, partagé pour tous les légumes anciens.

Origine : Europe

Autres noms : 'A gousses'

Description : La plante sort ses feuilles à partir de fin août, septembre ; celles-ci se développent l'hiver puis finissent leur saison en juin. Tous les verts sèchent alors. La plante est en repos sous forme de bulbe. *Allium ampeloprasum* produit des bulbilles autour du bulbe central, plutôt juste avant de faner, en avril -juin. Après quelques années, il forme des touffes de plants serrés.

Sol et exposition : Le poireau perpétuel se cultive dans un terrain riche, bien drainé, au soleil de préférence.

- **Multiplication** : Par division de la touffe au printemps, ou éventuellement à l'automne : on peut en profiter pour lui apporter du compost sous les racines. Par récupération des

petits bulbes (5 à 10) fin août autour du gros, lorsque la plante est au repos en été. Tous les bulbes sont replantés de suite. Enfoncez-les à 5 cm de profondeur. Espacez les plants tous les 10 cm sur des rangs distants de 35 cm.

- Par semis si vous avez des graines.
- La culture du poireau perpétuel demande à être gérée sur plusieurs années. Dans un premier temps, il faut le multiplier suffisamment : Si vous avez quelques oignons de poireau perpétuel à repiquer, il faudra leur laisser le temps de se développer avant de les consommer, et ainsi pérenniser le pied.



Entretien : En juin, le poireau produit une fleur. Supprimer cette fleur pour ne pas épuiser le bulbe. Stopper les arrosages et laisser les plants se reposer. Début août reprendre les arrosages.

Récolte : Il ne faut surtout pas arracher les pieds, il suffit de couper les feuilles au fur et à mesure de vos besoins. La récolte se fait 5 mois après la mise en place, début septembre on peut commencer la cueillette. Récolter les verts de poireaux en coupant à 2 cm au-dessus du sol. Par la suite il repousse et peut ainsi subir plusieurs coupes dans l'année. En général, il n'est pas plus gros qu'un doigt.

Produire ses graines : Laisser monter en fleur, et récolter des graines à redistribuer autour de vous, car il n'est pas si facile à trouver.

Utilisations : Les mêmes que le poireau

Goût : Sa saveur est plus prononcée que celle des autres poireaux, son goût est fin. Les feuilles sont délicieuses et particulièrement tendres lorsqu'elles ont subi le gel.

Nombre de graines au gramme : 400 environ

Durée germinative : 2 à 3 ans

Levée : environ 15 jours suivant la température

Température de germination : 10 à 15°C

Rusticité : - 25°C

Quantité pour 2 personnes : une dizaine de touffes

Bons mariages : Le poireau perpétuel, comme le poireau, s'accorde avec la [carotte](#), mais, comme toute liliacée, il n'est pas bon de le faire voisiner avec des légumineuses.

Incidences de la lune : semer et repiquer en lune décroissante.

Fertilisation : normale à la fin de l'automne ou au début du printemps avec un engrais naturel et du compost. Pas de fumure fraîche. A la reprise de la végétation et au début du printemps procéder à des fertilisations foliaires.

Rotation des cultures : On le garde de nombreuses années à la même place. Ne pas le faire revenir avant 4 à 5 ans au même endroit.



Maladies parasite et traitement : Il est moins sensible aux maladies et à la mouche du poireau.

Propriétés : Les mêmes que le poireau commun.

Le saviez-vous ? *Allium ampeloprasum*, ou poireau perpétuel est souvent confondu avec le poireau sauvage, *Allium polyanthum*. Celui-ci est comestible également, il ressemble davantage à nos poireaux cultivés, mais aurait une tendance à être envahissant.

Sources

René Vigan- Rustica

Internet- Terre vivante

Tous les légumes, V.Renaud