

Courges maxima

Citrouille potiron, giraumon, courge (*Cucurbita maxima*) Curcubitacées annuelle

Présentation : Les courges, merveilleux légumes aux formes et aux goûts très variés, se bonifient après la récolte.

Un peu d'histoire : Les courges sont originaires d'Amérique Centrale où les fruits et surtout les graines étaient consommés par les Indiens. À l'époque, les courges contenaient très peu de chair et servaient principalement d'ustensile de cuisine, d'instruments de musique et même de gourdes pour le transport des boissons.

Les courges sont cultivées depuis bien avant notre ère. Déjà, les civilisations précolombiennes travaillaient à leur amélioration. Si la courge est originaire d'Amérique, c'est surtout en Europe que l'évolution des formes qu'on connaît aujourd'hui a pris forme. C'est à Cuba en 1492 que Christophe Colomb a découvert les courges et c'est en 1535 que Jacques Cartier les a redécouvertes dans les jardins de certains peuples iroquois près de Québec.



Origine : Amérique Centrale

Noms vernaculaires: grosse courge

Description : Plante herbacée à tiges rampantes munies de vrilles, couvertes de poils souples. Les grandes feuilles vertes sont entières, cordiformes, rigides, découpées en cinq lobes arrondis. Les fleurs monoïques sont jaunes. Les fleurs femelles ont un calice soudé et rétréci vers le haut. Les fruits sont parfois très gros, de formes très différentes (sphérique, plate, en forme de toupie, longue...) leur couleur varie : blanc, crème, rose, rouge, orange, jaune, vert-bleuté, vert sombre, prenant leur

couleur définitive dès le début de leur formation ; le pédoncule est spongieux, cylindrique, beaucoup plus gros que la tige ; la chair est jaune à rouge brique. La graine ovale, lisse, peu marginée, blanche ou jaune, parfois brune, mesure 2 à 3 cm.

Identification : Les fruits sont en général assez gros et se consomment à maturité. Le pédoncule est cylindrique, non côtelé, liégeux. A maturité, il se fendille dans le sens longitudinal. La plupart des variétés sont coureuses et les feuilles sont de grande taille, avec des lobes arrondis. C'est dans cette espèce que les fruits sont souvent dénommés "potirons" (Bleu de Hongrie, Blue Hubbard, Giraumon) et que l'on trouve les célèbres potimarrons.

Multiplication : Semez avant la fin avril en serre froide 2 à 3 graines en godet, le développement est très rapide et cela permet d'obtenir des pieds environ au stade 4 feuilles après le 15 mai : il faut éviter que le plant reste trop longtemps en pot. (Les pieds trop développés auront effectivement plus de mal à repartir après le choc de la plantation) Ne conservez qu'une plantule par pot, et mettez en place vers le 15 mai à 2 m en tous sens dans des trous préparés à l'avance. Afin d'épargner le choc d'une brutale plantation en place à vos plants de courges, ménagez-leur une transition, en les protégeant des courants d'air et en choisissant une bonne exposition. Sortez-les le plus longtemps possible durant la journée, voire pendant la nuit si les températures ne tombent pas en-dessous de 12°C. En place, semez début mai sous cloche ou tunnel plastique. Après les gelées, semez en place (mi-mai) mais la culture est d'autant retardée, au risque d'atteindre difficilement la maturité.

Sol et exposition : Culture en sol riche en humus, fertile frais ameubli, léger. Climat tempéré à chaud, exposition mi-ombre à ensoleillée.

Incidence de la lune : Semez si possible en lune décroissante et plantez en lune descendante



Nombre de graines au gramme : 3 à 5 graines / gr

Durée germinative : 4 à 6 ans.

Levée : 8 à 15 jours environ selon la température

Température de germination : 15 à 25° C

Entretien : Prévoir un fort apport de compost, une protection contre les coups de soleil et un épais paillis. Plantez un tuteur pour arroser bien au pied par la suite. Procédez à des binages et des sarclages. Arrosez copieusement dès la plantation. Gardez le rythme tout l'été d'une fois par semaine mais en quantité. Diminuez les arrosages en août-septembre, car à ce moment de la saison ça leur fait courir 2 risques : le développement de maladies cryptogamiques et surtout une probabilité accrue de pourrissement durant la conservation. Le paillage avec du compost est conseillé à partir du mois de juin, c'est-à-dire dès que le sol est assez réchauffé et avant que les plantes ne soient trop développées. Coupez les feuilles malades ou abîmées, protégez les fruits.

Fertilisation : N'apportez que peu d'engrais azoté lors de la plantation. Attention, les courges demandent beaucoup de compost : préparez (8 à 15 jours avant le semis ou la plantation) les trous qui recevront les graines ou les plantes. Ils devront être assez grands pour contenir chacun 2 bonnes fourchées de compost. Tassez et recouvrez avec de la terre retirée. Les doses d'engrais de fond sont normales comme pour toutes les plantes potagères.

Effectuez des fertilisations foliaires à base de purin de consoude une fois par mois.

Rotation des cultures : Peu épuisantes, les courges entrent dans la catégorie des plantes potagères herbacées. Attendez 2 à 3 ans avant de les faire revenir au même endroit.

Bons mariages : Le potiron, la citrouille ou la courge se marient avec le céleri, le chou, le haricot, la laitue, l'oignon, le pois et le radis. La sauge officinale favorise leur développement. Ils acceptent mal la pomme de terre et la tomate.

Quantité : 2 pieds de cette espèce suffisent pour 2 personnes (attention si on utilise 2 variétés de cette espèce il y aura un risque d'hybridation croisée : ne pas garder les graines)

Durée de culture : 5 à 6 mois

Variétés : Les fruits vont de quelques kilos à plusieurs centaines (jusqu'à 500 kg). Parmi les plus intéressantes le potiron doux « Hokkaïdo » (potimarron), Red Kuri, Flat white boer, Olive, Marina de Chioggia, Buttercup ; les courges du groupe de Hubbard « Blue Hubbard », « De Hubbard green improved » « Black hubbard », Giraumon-turban, Turban petit de Chine, Mini turban rouge, Galeux d'Eysines (rose et verruqueux) Pink jumbo banana (en forme de banane).

À la différence des autres variétés, il n'est pas nécessaire de retirer la peau du potimarron avant la cuisson.



Taille et pincement : Entre le pouce et l'index, pincez les tiges au-dessus des deux vraies feuilles à l'apparition de la 5ème. Puis au-dessus de la 5ème feuille des rameaux secondaires lorsque ceux-ci en comptent 8. A l'apparition des fruits, pincez 2 feuilles après le dernier, Ne conserver que 8-10 fruits pour les courges de petite taille, 5-6 fruits pour les courges moyennes (ou pour obtenir des potirons de taille plus modeste) et seulement 3 fruits pour obtenir de grosses courges

Astuces : 3 gestes clés pour les cucurbitacées : **Protégez** les courges en cours de croissance de l'humidité du sol en les posant sur une tuile ou une brique en terre cuite. **Pincez** les plantes coureuses, afin de stopper leur croissance et de favoriser la production de fruits. **Ajoutez** du purin de consoude à l'eau d'arrosage (1/10 l d'eau) Une aide précieuse à la croissance des derniers légumes-fruits !

Concernant les variétés coureuses, si possible butter la tige rampante le plus près possible des fruits sur une dizaine de cm. Cette tige va s'enraciner et favoriser ainsi le développement du fruit.

Si vous avez un petit jardin vous pouvez faire grimper les courges pour gagner de la place (en plus c'est drôle) notamment pour les variétés à plus petits fruits comme les potimarrons.

Du fait de leurs jolies formes et couleurs les turbans sont intéressants si on veut présenter un plat (soupe ou gratin) directement dans le fruit.

Récolte : D'août à octobre. .

Certaines variétés de courges arrivent à maturité plus vite que d'autres Ce sont celles de petite taille, ne les récoltez pas trop hâtivement pour qu'elles aient de bonnes qualités à la fois gustatives et nutritionnelles, Assurez-vous qu'elles sont bien mûres. La tige porteuse du fruit doit être ridée et de couleur brune, et le feuillage doit avoir viré au jaune, voire s'être déjà desséché, que la peau durcisse, que la couleur définitive du fruit apparaisse et que le pédoncule dessèche, mais avant les premières gelées.

Rendement moyen : 2 à 8 fruits par plante suivant les variétés.

Conservation : 4-5 mois à un an à une température de 15-20 °C

Produire ses graines : Plante allogame, les variétés s'hybrident facilement entre elles, un rayon de 1 km (vol d'abeilles) minimum est nécessaire pour ne pas avoir ce désagrément.



Attention au voisinage. Autrement pratiquez la pollinisation artificielle, en ensachant bien les fleurs femelles avant qu'elles ne s'ouvrent et après la fécondation ainsi que les fleurs mâles que l'on compte utiliser. Il est essentiel aussi de savoir qu'il n'y pas de fécondations croisées et donc d'hybridations naturelles possibles entre les différentes espèces de Cucurbita si ce n'est une probabilité très réduite impliquant Cucurbita argyrosperma. Récoltez les graines des fruits bien mûrs, les laver, les sécher à l'ombre et les conserver à l'abri de l'humidité, au frais (bas du réfrigérateur).

Utilisations : Les fruits s'utilisent cuits : en purée, en beignets, au gratin, en soupe, farcis, sautés à l'étouffée, en confiture, en tourte, en

tarte, en pâte de fruits pour quelques variétés ; certaines sont délicieuses, crues et râpées. Le potiron doux « Hokkaïdo » au goût de marron se transforme en gâteau ou en glace.

Goût : Chaque variété a son propre goût (châtaigne, sucré, doux) la consistance peut également aller suivant des variétés de plutôt aqueux à farineux. A signaler que c'est parmi les potimarrons et les buttercups que l'on trouve les meilleures espèces.



Maladies et traitement :

L'antracnose : Les feuilles des jeunes plants portent des taches grises, puis brunes, entourées de jaune ; les feuilles atteintes périssent. Cette maladie est souvent due à un manque d'aération sous les châssis. En prévention, saupoudrage foliaires à base de lithothamne. Arracher et détruire les plants atteints.

L'oïdium : Des taches poudreuses blanches envahissent les faces des feuilles qui finissent par prendre une couleur brune et tombent. En prévention, protégez toutes vos cultures par des pulvérisations de soufre et / ou de purin de prêle. En curatif, essayez le bicarbonate de soude. Supprimer les feuilles atteintes et les brûler.

-Traitement au lait : Une vaporisation régulière du feuillage avec un mélange d'eau et de lait écrémé permet d'éradiquer l'oïdium. Mélangez 1/2 litre de lait à 4,5 litres d'eau et pulvérisez toutes les semaines jusqu'à disparition totale ! De plus, cette pulvérisation renforcerait les défenses immunitaires de la plante. Utiliser de préférence un lait écrémé ou demi-écrémé pour éviter les odeurs de décomposition des graisses du lait. L'action du lait sur l'oïdium s'expliquerait par ses propriétés antifongiques naturelles. Attention à ne pas surdoser le lait sinon d'autres types de champignons se développeraient.

La grise des cucurbitacées : C'est un parasite qui suce le dessous des feuilles. Dès son apparition, pulvériser un insecticide végétal sous les feuilles, du purin d'ortie ou bien une solution nicotinée. Il survient assez rarement sur une culture de plein air.

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 puceron noir : Il s'attaque aux feuilles qu'ils déforment.

-Apporter une bonne fertilisation, pratiquer des rotations correctes et ne semer ni trop tôt ni trop tard

-Eviter les arrêts végétatifs des plantes souvent provoqués par le manque d'eau.

-Eviter également l'abus d'engrais azotés habituellement responsables de ces attaques.

-Pulvérisations d'une solution à base de savon noir, d'une macération de feuilles et tiges de tomates, de purin d'ortie (2 à 5 jours de macération) ou de solutions à base d'absinthe, de feuilles de noyer, d'ail, de nicotine.

-Pulvérisations fines d'insecticide végétal à base de pyréthrine et de roténone de préférence le soir.

-Saupoudrages de lithothamne à la rosée en les enrobant ; ils finissent par être asphyxiés.

Les grands consommateurs de pucerons sont les coccinelles, les oiseaux, les perce-oreilles, les larves de syrphes.

Le puceron des racines: Cet hémiptère suce la sève au niveau du collet.

Dès l'apparition des pucerons, bien dégager la terre autour du collet et pulvériser un insecticide végétal additionné de purin d'ortie.



Propriétés :Dépuratives, diurétiques, émollientes, laxatives, nutritives, rafraîchissantes, pectorales, sédatives et vermifuges (graines)

les courges contiennent des vitamines (A, B, C, E), des oligo-éléments et des sels minéraux (bore, calcium, chlore, chrome, cobalt, cuivre, fer, iode, magnésium, manganèse, molybdène, phosphore, potassium, sodium, zinc).

Sources

René Vigan - Terre vivante

Rustica - Internet

Tous les légumes V.Renaud