CATALOGUE DE PLANTS BIO 2021

Vente de plants pour potager :

- Une sélection parmi les variétés les plus faciles à cultiver et les plus productives.
- Pour les légumes de printemps et d'été.
- Commande facile et rapide, par mail ou par téléphone.

Graines de Soleil :
895 Chemin de l'Etang
13220 Châteauneuf-les-Martigues
contact@grainesdesoleil.net
Tél : 06 73 37 05 25 / 04 42 09 03 15
www.grainesdesoleil.net

Jardins Solidaires Méditerranéens

Réseau Cocagne

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

Le mot du directeur :

Chers adhérent.e.s, partenaires,

Comme chaque année depuis 2014, notre équipe vous propose un catalogue de plants vous permettant de faire pousser vos propres légumes.

Cherchant la qualité avant tout, nous vous invitons à profiter du savoir-faire développé par nos équipes tout au long de l'année.

Il témoigne de l'implication des salarié.e.s en insertion dans la vie de l'association ainsi que dans les valeurs qui structurent notre engagement.

Plus que jamais nous avons besoin de votre participation afin que la formidable aventure que représente un chantier/jardin d'insertion puisse continuer à semer les graines de la solidarité.

Convaincu.e.s, ou voulant tout simplement profiter de plants sains, j'espère que ce catalogue saura vous aider à alimenter votre potager…

Solidairement,

Jonathan Monserat,

Directeur de Graines de Soleil

Notre démarche :

Fort de notre travail quotidien sur l'exploitation maraichère, nous vous proposons les plants que nous utilisons pour la saison estivale.

Sélectionnés pour leur adaptation au climat, leur vigueur, ils vous permettront de profiter de légumes frais et savoureux durant toute la saison estivale.

Tomates, aubergines, divers choux, toutes les stars du potager sont là…

Un plus large choix de plants maraîchers

Depuis quelques années nous améliorons nos pratiques dans notre pépinière. Nous produisons une très large gamme de variétés pour notre exploitation.

Cette année nous avons décidez de vous proposez certaines de ces variétés qui ont fait leurs preuves dans nos champs. Vous allez donc trouvez de nouvelles variétés de tomates, d'aubergines et de poivrons.

Des fleurs pour votre potager

Nous vous proposons de nouveau des fleurs cette année. Elles vous permettront de lutter contre certains ravageurs de votre jardin en abritant les auxiliaires de cultures.

Deux dates pour récupérer ses plants

Pour nous permettre de produire des plants de qualité et de respecter les cycles de cultures des légumes nous livrons les plants sur deux créneaux, l'un fin avril et l'autre fin mai. Faites bien attention en choisissant vos plants pour savoir quelle sera sa date de livraison, vous trouverez cette information à la fin de notre catalogue sur le bon de commande.

Ce catalogue est le résultat du travail de qualité des salarié.e.s en insertion avec qui nous apprenons tous les jours. Nous espérons arriver à partager le plaisir que nous prenons à produire ces plants pour vous…

Merci !

Sommaire

LES PLANTS MARAÎCHERS 5
Plants vendus à l'unité 5
Les aubergines 5
Les tomates 6
Les poivrons 8
Les choux 10
Les concombres 11
Les courges 12
Les courgettes 13
Les melons 14
La pastèque 15
Plants vendus par 10 16
Oignon blanc 16
Les poireaux 17
Les navets 17
La betterave 18
Le chou-rave 18
Les salades 19
Formule possible : Panaché de 10 salades, composé des5 variétés 19
LES PLANTES AROMATIQUES 21
Les basilics 21
Les persils 22
La mélisse 23
L'origan Marjolaine 23
LES FLEURS DU POTAGER 24
DATES DE LIVRAISONS PAR VARIETES 26

LES PLANTS MARAÎCHERS

Plants vendus à l'unité

Les aubergines

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation				Récolte					

Variété : Black Beauty

Description : Variété ancienne, d'environ 50 cm de hauteur. Fruit ovoïde, noir brillant. Production précoce et très homogène. Pour une culture sous serre ou pour une production précoce en plein champ.

Cycle : de 70 à 80 jours après plantation

Dates de plantation : à partir mars sous abris, avril/mai en extérieur.

Dates de récolte : Récolte à partir du mois de juin sous serre et de juillet à novembre en extérieur.

Rendement : Bon rendement, fruit entre 400g et jusqu'à 1kg, goûtu et de qualité.

Variété : Longue Blanche

Description : Variété mi précoce, productive, donnant des fruits blancs et allongés. Légume-fruit indispensable dans les ratatouilles.

Cycle : de 85 à 90 jours.

Dates de plantation : à partir mars sous abris, avril/mai en extérieur.

Dates de récolte : Récolte à partir du mois de juin sous serre et de juillet à novembre en extérieur.

Rendement : Bon rendement, saveur douce, goûtu et de qualité.

Les tomates

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation			Récolte					

Variété : Coeur de Boeuf

Description : Variété mi précoce très productive donnant des fruits bien rouges, très charnus et d'excellente qualité gustative.

Cycle : 75 jours après plantation.

Dates de plantation :à partir mars sous abris, avril/mai en extérieur

Dates de récolte : La récolte se réalise tout au long de l'été, de juillet à octobre.

Rendement : Fruits de 200 à 700 grammes.

Variété : Rose de Berne

Description : Variété mi précoce, rustique, donnant des fruits de calibre moyen. Fruits de bonne qualité, à chair ferme, sucrée et parfumée. Bonne production en début et en fin de saison, cette variété fournie des fruits de qualité jusqu'à la fin.

Cycle : 65 à 80 jours après plantation.

Dates de plantation : Mettre en place quand les gelées printanières ne sont plus à craindre, vers fin avril, début mai.

Dates de récolte : 3 à 4 mois après la plantation.

Rendement : Fruits de 150 à 250 grammes.

Variété : Russe rouge

Description : Variété tardive produisant de gros fruit à chair ferme, douce et sucrée avec peu de pulpe. Plante robuste et fruits polyvalent pouvant servir à la fois pour les salades, les coulis ou les farcis.

Cycle : 85 à 90 jours après plantation.

Date de plantation : De mi-avril à juin.

Dates de récolte : récolte de juillet à octobre.

Rendement : fruits de 350 à 700g.

Variété 1 : Black cherry

Description : Cette variété précoce et vigoureuse de tomate cerise donne des fruits de forme ovoïde d'une couleur rouge sombre tirant vers le noir et d'excellente qualité gustative.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : La plantation a lieu d'avril à juin en culture de plein champ ou à partir de mars sous serre.

Dates de récolte : La récolte se réalise de juillet à octobre.

Rendement : Fruits de 20 grammes en moyenne et 1 à 2 kilos par plants.

Variété 1 : Yellow pearshaped Poire jaune

Description : Variété ancienne mi précoce. Très productive, donnant de jolis fruits bien jaunes en forme de poires comme son nom l'indique. Bonne qualité gustative avec une production étalée tout au long de l'été, cette variété rajoute un peu plus de couleurs sur la table.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : La plantation a lieu d'avril à juin en culture de plein champ ou à partir de mars sous serre.

Dates de récolte : La récolte se réalise de juillet à octobre.

Rendement : Fruits de 20 à 25 g.

Les poivrons et piments

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation				Récolte					

Variété : California wonder - rouge

Description : Poivron type carré, avec une excellente qualité de chair épaisse, rouge vif et de très bon goût à maturité. Production de gros fruits entre 100 et 200 g.

Cycle : 75 à 85 jours après plantation.

Dates de plantation : La plantation est conseillée de mars à avril pour une culture sous serre et de mai à juin pour une culture en plein champ.

Dates de récolte : La récolte en culture sous abri se fait dès le mois de juin. Pour le plein champ, récolte de juillet à octobre.
Rendement : 1,5 à 2 kilos par plant.

Variété : Corno di Toro - rouge

Description : Variété très productive et résistante produisant des fruits longs et coniques d'environ 20 cm. Fruits excellents, sucrés et juteux pouvant se consommer cru ou farcis.

Cycle : 70 à 80 jours après plantation.

Dates de plantation : La plantation est conseillée de mars à avril pour une culture sous serre et de mai à juin pour une culture en plein champ.

Dates de récolte : Pour la récolte en culture sous abri, elle se fait dès le mois de juin. Pour le plein champ, récolte de juillet à octobre.

Variété : Corno di bue giallo - jaune

Description : Variété très productive et résistante produisant des fruits longs et coniques d'environ 20 cm. Fruits excellents, sucrés et juteux pouvant se consommer cru ou farcis.

Cycle : 70 à 80 jours après plantation.

Dates de plantation : La plantation est conseillée de mars à avril pour une culture sous serre et de mai à juin pour une culture en plein champ.

Dates de récolte : Pour la récolte en culture sous abri, elle se fait dès le mois de juin. Pour le plein champ, récolte de juillet à octobre.

Variété : Petit Marseillais

Description : Variété unique de petits poivrons. Sa chair est très fine, à récolter vert ou à laisser murir jusqu'à obtenir un **fruit jaune pouvant dans certains cas devenir piquant !** A consommer farcis ou crus, idéal pour les salades estivales.

Cycle : 3 à 4 mois.

Dates de plantation : La plantation est conseillée de mars à avril pour une culture sous serre et de mai à juin pour une culture en plein champ.

Dates de récolte : Pour la récolte en culture sous abri, elle se fait dès le mois de juin. Pour le plein champ, récolte de juillet à octobre.

Rendement : Produit de nombreux poivrons, malgré la petite taille du plant.

Variété : Piment DOUX des Landes

Description : Petit poivron vert puis rouge brillant, allant jusqu'à 20 cm. Très rustique et très productif avec des fruits non piquants pouvant servir de pickles s'ils sont récoltés jeunes.

Cycle : 65 jours après plantation.

Dates de plantation : de mai à juin en plein champ

Dates de récolte : Pour le plein champ, récolte de juillet à octobre.

Piment

Variété : Sucette de Provence

Description : Fruit allongé entre 8 et 12 cm. Saveur piquante à très piquante en fonction des conditions de culture et du stade de maturité à la récolte. Couleur verte pour finir rouge intense à maturité.

Échelle de Scoville : Force 4 à 7 (échelle allant de 0 à 10)

Dates de plantation : Se plante de mai à juin en plein champ et vers mars-avril en culture sous serre.

Dates de récolte : La récolte a lieu de juillet à octobre.

Les choux

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation			Récolte					

Brocoli **Variété : Belstar *(F1)***

Description : Variété précoce à forte croissance, adaptée au climat méditerranéen. Tolère les conditions humides, bonne résistance au mildiou.

Cycle : de 70 à 80 jours.

Dates de plantation : De décembre à mi-février sous serre et d'avril à mi-juin en plein champ.

Dates de récolte : De mi-mai à mi-juin sous serre et de mi-août à fin novembre en extérieur.

Rendement : Productif, pomme de 300 à 400 g.

Chou-fleur **Variété : Odysseus**

Description : Variété semi-tardive facile à cultiver. La plante est vigoureuse et donne une pomme lourde, charnue et de qualité.

Cycle : 100 à 120 jours.

Dates de plantation : Plantation au printemps, de mai à juin.

Dates de récolte : Récolte à partir du mois d'août, jusqu'à novembre.

Rendement : Rendement très correct, pomme pouvant atteindre 1 kg

Chou Rouge **Variété : Amarant**

Description : Chou cabus rouge, formant une petite pomme ronde, légèrement aplatie. Variété résistante à l'éclatement, d'une belle couleur rouge pourpre foncée.

Cycle : Variété précoce. 75 à 90 jours après plantation.

Dates de plantation : mai.

Dates de récolte : juin à fin octobre

Rendement : Pomme de 1.2 à 2 kg.

Les concombres

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation				Récolte					

Variété : Marketmore (type court épineux)

Description : Fruits courts **légèrement** épineux de 15 à 20 cm, vert plus ou moins foncé. Variété très vigoureuse et productive. Peu amer, aime la chaleur et les arrosages réguliers.

Cycle : 65 à 70 jours après plantation.

Dates de plantation : Se plante à partir de mars sous serre et mai en plein champ

Dates de récolte : récolte début juin sous serre et vers mi-juin/fin juin en culture extérieure

Rendement : une douzaine de fruits par plant au cours de la saison.

Variété : Rollinson's télégraph (type vert long anglais)

Description : Fruits longs et lisses de 30 à 50 cm, avec peu de graines. Variété très vigoureuse et productive. Peu amer, aime la chaleur et les arrosages réguliers.

Cycle : 65 à 70 jours après plantation.

Dates de plantation : Se plante à partir de mars sous serre et mai en plein champ

Dates de récolte : récolte début juin sous serre et vers mi-juin/fin juin en culture extérieure

Rendement : entre 6 et 8 de fruits par plant au cours de la saison.

Les courges

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation				Récolte				

Butternut

Variété: noix de beurre

Description : La Butternut est une variété de courge musquée de petite taille, en forme de poire, dont la chair jaune orangé offre une texture fine et fondante, évoquant après cuisson le velouté du beurre.

Cycle : 130 à 150 jours après plantation.

Dates de plantation : Plantation en mai, lorsque tout risque de gelée est écarté. Prévoir 1 m environs entre deux plants. Un apport de compost ou de terreau dans le trou de plantation est conseillé.

Dates de récolte : La récolte a lieu entre août et octobre selon les régions. Les fruits sont mûrs lorsque la peau est uniformément beige orangé et que la tige est sèche.

Rendement : Fruit de 1 à 2.5 kg environ.

Potimarron

Variété : Uchiki kuri – doux d'Hoddaïdo

Description : Outre ses qualités gustatives rappelant la saveur de la châtaigne, ce fruit est très riche en vitamines, en oligo-éléments et en sucres naturels. Véritable conserve vivante, le stockage améliore ses qualités nutritives et gustatives.

Cycle : 7 à 8 mois.

Dates de plantation : Se plante en-mai, avant les premières grosses chaleurs.

Dates de récolte : récolte en septembre avant les premières gelées.

Rendement : 2 à 5 fruits par plante, 500g à 2 kg/fruit.

Potiron

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation					Récolte			

Variété : Musquée de Provence

Description : Plante coureuse produisant des fruits dont la chair orangée est peu filandreuse et riche en glucides.

Cycle : 130 à 150 jours après plantation.

Dates de plantation : Se plante au printemps en mai, avant les premières grosses chaleurs.

Dates de récolte : La récolte a lieu vers septembre-octobre avant les premières gelées.

Rendement : Fruits allant de 4 à 15 kg.

Les courgettes

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation						Récolte		

Longue verte

Variété : Black Beauty Noire verte de Milan

Description : Variété précoce et très productive, qui donne de beaux fruits cylindriques et vert brillant.

Dates de plantation : Mettre en place de fin avril à début mai, après les derniers risques de gelée. Se plante très bien en serre ou en plein champ.

Dates de récolte : La récolte a lieu entre les mois de juin et octobre.

Rendement : 2 à 3 kilos/m², pour une culture en plein champs.

Longue Jaune

Variété : GoldRush

Description : Variété précoce de plein champ en saison et sous abri pour des cultures de début de printemps.

Cycle de production : 4 semaines sous serre et 5 semaines en plein champs.

Rendement : 2 à 3 kg/m², pour une culture en plein champs.

Dates de récolte : La récolte a lieu entre les mois de juin et d'octobre.

Le melon

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation				Récolte				

Variété : Jaune canari hâtif (type espagnol)

Description : Le melon est une plante annuelle aux feuilles vertes et rugueuses. Fruits présentant une chair blanche à la saveur fine très rafraîchissante.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : La plantation se réalise à partir du mois d'avril à juin, une fois les dernières gelées printanières passées. Espacer d'environ 1 mètre les plants.

Dates de récolte : La récolte a lieu à partir du mois de juillet, jusqu'au mois d'octobre

Rendement : calibre moyen de 1.2 à 1.8 kg.

La pastèque

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation				Récolte				

Variété : Sugar Baby

Description : Variété de pastèque très précoce, produisant des fruits moyens avec une chair sucrée, rouge et juteuse.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : La plantation se réalise à partir du mois d'avril à juin, une fois les dernières gelées printanières passées. Espacer d'environ 1 mètre les plants.

Dates de récolte : La récolte a lieu à partir du mois de juillet, jusqu'à début octobre

Rendement : calibre moyen de 2 à 4,5 kg.

Les oignons

Oignon blanc

Variété : Musona

Description : Cette variété forme un bulbe blanc bien ferme et assez homogène. Se consomme en cébettes, si ramassé en jeune pousse et se conserve très bien dans le sol pour en faire de beaux oignons.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : Se plante toute l'année, en faisant attention aux gelées hivernales (En culture d'hiver, à planter 2 semaines à 1 mois avant les premiers froids). En culture de printemps à planter vers mars-avril.

Dates de récolte : Toute l'année pour des cébettes et en juillet-août pour des oignons blancs.

Rendement : 500 grammes/m² pour des cébettes et 1 à 2 kilos/m² pour les oignons blancs.

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation		Récolte							

Oignon rouge

Variété : Morada di Amposta

Description : Variété de jours longs, produisant un bulbe rouge violacé lorsque l'oignon est sec. Chair très compacte, au goût sucré, légèrement piquant. Particulièrement adapté au climat méditerranéen.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : Se plante de mi-février à avril, dans un sol affiné et à faible profondeur.

Dates de récolte : La récolte se réalise dans le courant de l'été de juillet à août. Conservation des bulbes après récolte jusqu'à 6 mois.

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation		Récolte							

Les poireaux

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation				Récolte				

Poireau d'automne et d'hivers

Variété : **géant d'hivers**

Description : Variété productive, rustique et polyvalente pour une culture en hiver ou en automne.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : La plantation se fait d'avril à juin dans une terre humifère (terre riche en matière organique) sans être imperméable, pour une productivité optimale.

Dates de récolte : La récolte s'effectue dans le courant de la fin de l'été et le début de l'hiver (août à décembre).

Rendement : 300 à 400g par plant.

Les navets

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation			Récolte					

Variété : Blanc globe à collet violet

Description : Variété produisant une racine globe d'un calibre important (8 à 10cm), résiste bien au froid. Navet très sucré.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : mars à juin.

Dates de récolte : mai à octobre.

Variété : Jaune boule d'or

Description : Navets très sucrés, idéal pour le manger cru.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : mars à juin.

Dates de récolte : mai à octobre.

La betterave

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation				Récolte					

Variété : De Détroit 2

Description : Variété précoce pour culture d'été et d'automne. Très bonnes qualités gustatives et tient parfaitement la cuisson.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : avril à fin juin.

Dates de récolte : de juillet jusqu'à fin octobre.

Le chou-rave

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation				Récolte					

Variété : Azur Star

Description : Variété mi précoce. Chair blanche ne devenant pas ligneuse. Très résistante à l'éclatement donc bonne résistance à la montée en graine en fin de printemps.

Cycle : de 60 à 100 jours après plantation

Dates de plantation : de mars jusqu'à août

Dates de récolte : de mai à début octobre

Les salades

Formule possible : **Panaché de 10 salades,** composé des 5 variétés

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
			Plantation								
									Récolte		

Laitue batavia rouge

Variété : Magenta

Description : Variété rustique adaptée à la chaleur et au plein champ. Elle donne de belles feuilles épaisses, brillantes et finement dentelées.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : La plantation se réalise à partir d'avril jusqu'au mois d'août en plein champ. Pour une culture sous serre, la plantation peut se faire à partir janvier.

Rendement : 300 à 400 grammes par pied.

Laitue feuille de chêne blonde

Variété: Panisse

Description : La laitue feuille de chêne verte est une salade qui se satisfait de peu d'espace, facile à planter même sur un balcon.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : Se plante à partir d'avril, jusqu'au mois d'août en plein champ. Pour une culture sous serre, la plantation peut se faire à partir de janvier.

Dates de récolte : La récolte se fait de juin à octobre.

Rendement : 300 à 400 grammes par pied.

Laitue beurre pommée rouge

Variété : Cornouaï

Description : Feuilles d'un rouge soutenu, de bon volume et bonne vigueur.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : Salade de printemps, d'été et d'automne.

Dates de récolte : minimum 1 mois après plantation.

Laitue romaine

Variété : Totana

Description : Plante érigée. Hauteur de croissance d'environ 18 cm. Plein champ. Culture toutes saisons. Tête très fermée, feuilles au goût délicieux, très douces et croquantes. Résistance à la montée en graines.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : Salade de printemps, d'été et d'automne.

Dates de récolte : minimum 1 mois et demi après plantation.

Chicorée scarole

Variété : Eliance

Description : Pomme au cœur dense et volumineuse. Feuilles bouclées croquantes et savoureuses qui blanchissent naturellement.

Cycle : 3 mois.

Dates de plantation : Salade de printemps.

Dates de récolte : minimum 1 mois et demi après plantation.

LES PLANTES AROMATIQUES

Les basilics

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
					Plantation	Récolte					

Variété : Genovese

Description : C'est le basilic le plus cultivé en France, surtout dans le sud. Plante touffue aux grandes feuilles vertes délicates, arrondies, avec un goût savoureux et un arôme spécifique. Très facile à cultiver, besoin d'eau mais attention à ne pas trop l'arroser (laisser sécher le sol avant le prochain arrosage : 1 fois tous les 2 jours).

Cycle : 3 mois pour la première récolte.

Dates de plantation : Se plante vers mi-mai, dès qu'il commence à faire chaud.

Dates de récolte : Couper les premières tiges dès la plantation, laisser environs 3 à 5 cm à partir du sol pour que la plante puisse se ramifier (créer de nouvelles branches), et ainsi préparer une première coupe conséquente.

Couper la totalité des branches une fois que le pied atteint 25 à 30 cm (pas de panique, plus vous coupez, plus le pied sera productif).

Variété : Marseillais

Description : Variété à feuilles moyennes, d'une hauteur d'environ 35 cm. Odeur très parfumée, au goût plus fin que le Genovese. Très adapté à la culture en pot.

Cycle : 3 mois pour la première récolte.

Dates de plantation : Plantation vers mi-mai, dès qu'il commence à faire chaud.

Variété : Citron

Description : petites feuilles vert clair ; plante de 50 cm de haut. Une odeur et une saveur de citron.

Cycle : 3 mois pour la première récolte.

Dates de plantation : Planter dès l'arrivée des premières chaleurs de mai.

Variété : Thaï

Description : petites feuilles vert clair avec une tige et une inflorescence tirant vers le pourpre. Idéal pour les cuisines aux saveurs asiatiques ou orientales.

Cycle : 3 mois pour la première récolte.

Dates de plantation : Planter dès l'arrivée des premières chaleurs de mai.

Les persils

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
		Plantation				Récolte					

Frisé

Variété : Frisé vert foncé

Description : Feuillage vert foncé très dense et frisé sur des tiges fortes.

Cycle : Environ 2 mois après la plantation.

Dates de plantation :A partir de mars jusqu'en septembre.

Dates de récolte : Toute l'année, par tontes successives.

Plat

Variété : Géant d'Italie

Description : Il est caractérisé par de grandes feuilles plates sur des tiges fortes.

Cycle : Environ 3 mois après le semis.

Dates de plantation : A partir de mars jusqu'en septembre.

Dates de récolte : toute l'année, par tontes successives.

La mélisse

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
					Plantation	Récolte					

Description : La mélisse est une plante vivace connue depuis la Grèce antique et utilisée pour ses bienfaits contre le stress et l'insomnie. Elle est aussi appelée citronnelle. Ces fleurs sont très mellifères. Ces feuilles viendront agrémenter vos salades, crudités et plats mijotés.

Dates de plantation : Plantation vers mi-mai, dès qu'il commence à faire chaud.

La marjolaine (ou Origan de Syrie)

Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
					Plantation	Récolte					

Description : C'est une plante vivace. Elle est utilisée pour aromatiser les huiles et les vinaigrettes ainsi que pour ses vertus médicinales pour traiter les problèmes respiratoires et les douleurs musculaires

Dates de plantation : Plantation vers mi-mai, dès qu'il commence à faire chaud.

LES FLEURS DU POTAGER

Les fleurs que nous vous proposons viendront embellir vos potagers et vous aideront à attirer les auxiliaires de cultures, c'est-à-dire, les insectes vous permettant de lutter contre les ravageurs (pucerons, maladies etc…).

Chaque variété est vendue par dix. Vous avez la possibilité de **choisir un mélange de 10 plants** comprenant 4 plants d'œillet d'inde, 3 plants de soucis et de 3 plants de capucine.

Œillet d'Inde

Il faut la planter près des pieds de tomates. L'œillet d'Inde ou rose d'Inde sécrète par ces racines une substance qui éloigne les nématodes. Ces vers s'attaquent aux racines des pieds de tomates.

La rose d'Inde attire aussi d'excellents pollinisateurs comme les syrphes.

Capucine

La capucine possède de nombreuses vertus : c'est une fleur très belle, délicieuse à déguster et aussi joue un rôle fort utile au potager.

Il faut la planter à l'écart de vos légumes car elle attire les pucerons… qui délaisseront ainsi votre potager ou au minimum vous préviendra d'une potentielle attaque !

La capucine est une **plante comestible** : les fleurs de capucine se croquent en salade ou comme décoration sur l'assiette. Le goût poivré des graines et des jeunes feuilles relève sauces et marinades.

Souci des jardins

Le **souci** attire les pollinisateurs et de nombreux auxiliaires pour vos cultures.

Il repousse les pucerons et sa fleur est aussi comestible.

Le bleuet

Cette plante très répandue dans les champs fleurie de juin à septembre. Elle produit en été des fleurs bleues ou violettes.

Le cosmos (mélange de couleur)

Le cosmos est une fleur annuelle qui se cultive très facilement. Elle donne de la légèreté aux massifs et s'utilise dans les bouquets. Elle fleurira dès le début de l'été et jusqu'au premières gelées.

Dates de livraisons des plants maraîchers	
Du 19 au 23 avril (Semaine 16)	Aubergines Tomates Poivrons Concombre Courges Courgettes Melon Pastèque Choux Salades Betterave Chou rave Oignons Poireaux Navets Fleurs
Du 17 au 21 mai (Semaine 20)	Aubergine Tomates Poivron Piment Courgettes Concombre Plantes aromatiques

Si*tuée sur la commune de Châteauneuf-les-Martigues, l'Association d'insertion par l'activité économique « Graines de Soleil » accompagne 25 personnes ayant rencontré un accident de vie et des difficultés de retour vers l'emploi.*

Pour ce faire, nous avons choisi de produire des plants et des légumes de qualité en suivant les principes de l'agriculture biologique, afin de promouvoir nos valeurs en matière de protection de l'environnement, dans une démarche globale solidaire et durable.

Notre production est certifié BIO par Bureau Veritas SAS FR-BIO 10

Merci de votre confiance !

Graines de Soleil :
895 Chemin de l'Etang
13220 Châteauneuf-les-Martigues
contact@grainesdesoleil.net
Tél : 06 73 37 05 25 / 04 42 09 03 15
www.grainesdesoleil.net