

CATALOGUE DE PLANTS BIO 2020



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'Étang

13220 Châteauneuf-les-Martigues

contact@grainesdesoleil.net

Tél : 06 73 37 05 25 / 04 42 09 03 15

www.grainesdesoleil.net





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 maraîchère, 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 décidé de vous proposer certaines de ces variétés qui ont fait leurs preuves dans nos champs. Vous allez donc trouver 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
Tomate Cœur de bœuf.....	6
Les poivrons.....	8
Le concombre	11
Les courgettes	13
Plants vendus par 10.....	15
Oignon blanc.....	15
Les poireaux.....	16
Les navets	17
La betterave	18
Les salades	19
Formule possible : Panaché de 10 salades, composé des 5 variétés.....	19
LES PLANTES AROMATIQUES	22
Les basilics.....	22
Frisé.....	23
LES FLEURS DU POTAGER.....	25



LES PLANTS MARAÎCHERS

Plants vendus à l'unité

Les aubergines



Variété : Black Pearl (F1)

Description : Plante vigoureuse de hauteur moyenne. Fruit demi long, noir brillant et à calice sans épine. Production précoce et très homogène. Pour une culture sous serre ou pour une production précoce en plein champ.

Cycle : de 75 à 80 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, fruit goûtu et de qualité.

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



Variété : violette de florence

Description : Variété donnant de très beaux fruits violets striés de blanc, assez gros. Légume-fruit indispensable dans les ratatouilles.

Cycle : de 75 à 80 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, fruit goûtu et de qualité.

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



Les tomates

Tomate Cœur de bœuf

Variété : Cauralina (F1)

Description : La Cauralina est une variété vigoureuse, très charnue et d'excellente qualité gustative.

Cycle : 75 jours.

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 160 à 200 grammes.



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



Tomates anciennes

Variété : Marmande

Description : La Marmande a des couleurs et une forme spécifique, son parfum et sa saveur vous feront découvrir le plaisir du goût retrouvé. C'est une variété assez précoce, productive, de bonne qualité, avec des fruits à chair ferme, sucrée, parfumée.

Cycle : 66 jours.

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.

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



Tomates cerise

Variété 1 : Apéro (F1)

Description : Cette variété précoce et vigoureuse de tomate cerise donne des fruits de forme ovoïde (légèrement allongée) et de bonne 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 plant.



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

Tomate rose

Variété : Brandywine joyce

Description : C'est une tomate assez tardive, son cycle est de 85 à 90 jours avant récolte. Elle donne des fruits roses très savoureux qui sont sensibles à l'éclatement.

Date de plantation : De mi-avril à juin.

Dates de récolte : récolte de juillet à octobre.

Rendement : fruits de 350 à 500g.



Tomate verte

Variété : Green zebra

Description : variété mi-précoce. Fruit rond à côtelé, vert clair veiné de vert foncé puis jaune d'or panaché de zébrures vertes à maturité. C'est une variété très productive au goût exceptionnel, doux et légèrement acidulé à sucré.

Date de plantation : De mi-avril à fin mai.

Dates de récolte : récolte de juillet à septembre.

Rendement : fruits de 90 à 120 g.





Les poivrons

Variété : **Sprinter (F1) - rouge**

Description : Variété incontournable en production de **poivron rouge** demi-long.

Très précoce mais qui reste productive, avec une excellente qualité, à chair épaisse, rouge vif et de très bon goût à maturité.

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 : 1,5 à 2 kilos par pied.



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



Variété : **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. A consommer crû, idéal pour les salades estivales.

Cycle : 3 à 4 mois.

Dates de plantation : Mêmes indications que pour le sprinter, faire très attention, les plants sont plus fragiles (ils se cassent facilement).

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.

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



Variété : Caviar calabrais

Description : Petit poivron rouge brillant, très rustique. Saveur gustative divine.

Cycle : 3 à 4 mois.

Dates de plantation : de mai à juin en plein champ

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



Piment

Variété : Habanero red tropical

Description : Saveur fruitée, goût aromatique tropicale, souvent caractérisé d'un des meilleurs piments. Haut rendement. Couleur vert, passe par le orange pour finir rouge intense à maturité.

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.



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



Les choux

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.



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

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

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



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.



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

Le concombre

Variété :Marketmore

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.



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



Les courges

Butternut

Variété:noix de beurre

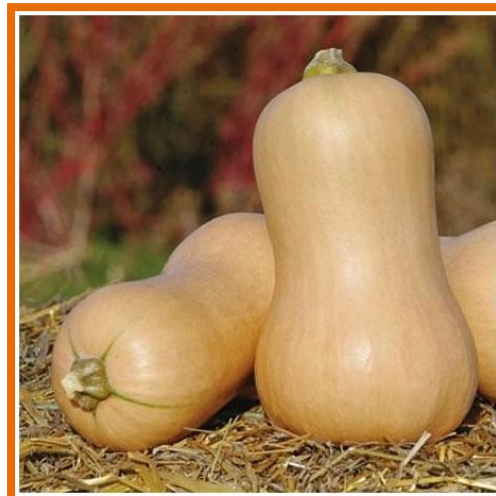
Description : La Butternut est une variété de courge musquée de petite taille, en forme de poire, dont la chair jaune orangé offre une texture fine et fondante, évoquant après cuisson le velouté du beurre.

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.

Rendement : Fruit de 1 à 2.5 kg environ.



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

Potimarron



Variété :Uchiki kuri – doux d'Hoddaïdo

Description : Cette variété est une merveille de la nature car 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 kilos/fruit.

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



Potiron

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.



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

Les courgettes

Longue verte



Variété : **Tempra (F1)**

Description : Variété précoce et très productive, qui donne de très beaux fruits cylindriques et vert brillant. Le feuillage est peu développé ce qui facilite la cueillette des fruits.

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.

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



Longue Jaune

Variété : GoldRush

Description : Variété précoce de plein champ ensaison 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 kilos/m², pour une culture en plein champs.

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



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

Le melon



Variété : Jaune canari hâtif 3

Description : Le melon est une plante annuelle aux feuilles vertes et rugueuses.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : La date de 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.

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



Plants vendus par 10

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 : 3 à 4 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 : 3 à 4 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

Poireau d'automne

Variété : **Hannibal**

Description : Variété volumineuse et courte, mais néanmoins très productive. Ce poireau est une variété rustique 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 se réalise dans le courant de la fin de l'été et le début de l'hiver (août à décembre).

Rendement : 300 à 400 grammes par plant.



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

*

Poireau d'hiver



Variété 2 : **BleudeSolaize**

Description : Cette variété rustique et résistante au froid est idéale pour les récoltes d'hiver. Ces poireaux sont de longueur moyenne avec un feuillage bleuté.

Cycle : 4 à 5 mois.

Dates de plantation : Se plante du mois de mai jusqu'au mois de juillet pour une récolte dans le courant de l'hiver.

Dates de récolte : Durant l'hiver à partir d'octobre et jusqu'à mars.

Rendement : 300 à 400 grammes par plant.

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



Les navets



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.

Rendement : 3 navets par motte



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.

Rendement : 3 navets par motte.

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



La betterave

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 : jusqu'à fin septembre.

Rendement : 3 betteraves par mottes.



Le chou-rave



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 : d'avril à octobre

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



Les salades

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

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.

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

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.



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



Laitue beurre pommée rouge



Variété : Soliflore

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.

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

Laitue romaine

Variété : Totana

Description : Plante érigée. Hauteur de croissance d'environ 18 cm. Plein champ. Culture toutessaisons. 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.



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



Chicorée scarole

Variété 5 : **Grosse bouclée**

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

Cycle : 3 mois.

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

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



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



LES PLANTES AROMATIQUES

Les basilics

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 environ 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).

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



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 adaptée 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.

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



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.

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

Les persils

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.

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



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.

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





La mélisse



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.

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

La marjolaine (ou Origan de Syrie)



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.

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



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.

Rose d'Inde

Il faut la planter près des pieds de tomates. La 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 qui 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 !

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.



Nous avons choisi cette année de vous proposer quelques fleurs supplémentaires qui embelliront vos massifs durant toute la saison.



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 20 au 24 avril
(Semaine 17)

Aubergine : black pearl
Tomates : cauralina, apéro
Poivrons : sprinter, marseillais
Concombre : marketmore
Courges, courgettes et melon
Choux
Salades
Betterave
Chou rave
Oignons
Poireaux
Navets
Fleurs

Du 18 au 22 mai
(Semaine 21)

Aubergine : Violette de Florence
Tomates : Marmande, Brandywine Joyce, Green zebra
Poivron : caviar calabrais
Piment : red habana tropical
Plantes aromatiques



Située 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 certifiée 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