

JAIME-JARDINER.COM

Jardiner BEAU, Cultiver BIO, Cuisiner BON

Accueil Jaime-jardiner.com » Jardin potager » Potiron

POTIRON

By Daniel - Jaime-jardiner.com 13 septembre 2014 No Comments



Le potiron est le roi des courges...

Le potiron, plante potagère herbacée, fait partie des cucurbitacées. Les fruits sont généralement de grande taille. Les feuilles sont rugueuses, découpées et les fleurs quant à elles sont assez grandes, belles, jaunes orangées, en forme de calice. Elles sont **Monoïques**. Le potiron est le plus souvent cuisiné en soupe, c'est vrai que la soupe de potiron, c'est fameux. Comme je le disais précédemment, le potiron est souvent cuisiné en soupe ou potage, mais il existe des délicieuses recettes de

tarte, de purée, de cubes rôti... Il y est possible de le cuire de nombreuses façons et parfois les plus simples ne sont pas celles auxquelles on pense... Je titille votre curiosité ? Découvrez cette recette de **recette de potiron farci**, facile à faire, mais à cuisson lente...

Nom botanique :

- Cucurbita pepo linné.

Type de plante

- **Cycle** : Annuel
- **Famille** : Cucurbitacées
- **Origine** : Amérique du Sud – Mexique
- **Port** : Rampant

Particularités et atouts de santé :

- **Le potiron** est dépuratif, diurétique, nutritif, rafraichissant, pectoral et vermifuge...
- **Et question vitamines**, ils ne sont pas en reste **courgettes**, pâtissons, potiron et citrouilles sont riches en vitamines A, C, et E.
- **Et possèdent de nombreux oligo-éléments et sels minéraux** : Calcium, chlore, magnésium, zinc, iode, manganèse, potassium, sodium...

Quand semer le potiron ?

- **Semez le sous châssis** dès le mois d'avril. La température doit être d'**au moins 12-13°C** pour permettre la germination. La lumière est également très importante.
- Il est possible de **semmer le potiron sur place**, plus tard, à l'abri de toute gelée, **début mai dans le sud**, pour les **autres régions, mi-mai** au plus tôt.

Comment semer les potirons ?

En godet et sous abri ou sous châssis :

- Utilisez un terreau de plantation et des godets simples.
- Placez **2 graines** par godet à **2 ou 3 cm de profondeur**.
- Recouvrez les graines de terreau.
- Tenez la terre humide, ce jusqu'à la levée.
- Quand les plantules sortent et **atteignent 4 Feuilles**
- Conservez uniquement les plus belles d'entre elles.
- Repiquez **en pleine terre, quand le gel n'est plus à craindre**, (en mi-mai).

Pour information Il faut environ 4 semaines de culture avant le repiquage.

Semis sur place dans les régions chaudes et ensoleillées (mai – mi-mai) :

15 jours avant semis/plantation, préparez le terrain en vue des semis :

- **Bêchez la terre sur 1/2 bêche**, amendez-la de compost, la terre doit être bien meuble.
- **Pour les grandes parcelles**, amendez la terre de compost aux seuls endroits où vous allez les planter. Signalez les endroits avec des repères.

- Réalisez les semis en pleine terre, en **poquets**, par groupes de 3 ou 4 graines, avec 1 mètre de distance en tout sens.
- Creusez un trou de 5-10 cm de diamètre et autant en profondeur.
- Placez les graines à 2-3 cm de profondeur.
- Recouvrez de terreau.
- Le sol doit rester frais (humide) jusqu'à la sortie des plantules.
- Démarriez quand les plantules possèdent 4 ou 5 feuilles. Pour chaque poquet, vous ne conserverez que la plus forte des plantules.

L'astuce du jardinier :

Pour éviter les limaces et accélérer la pousse, voilà une petite astuce que vous connaissez peut-être :

- **Récupérez les bouteilles (bonbonnes) d'eau de 5 Litres.**
- **Coupez les bonbonnes à mi-hauteur. Faites quelques trous en haut et à mi-hauteur pour permettre la circulation de l'air.**
- **Déposez chaque moitié des bonbonnes au dessus des poquets.**
- **2 avantages**, empêchez les limaces de s'attaquer aux plantules, et réchauffer l'air avec la lumière du soleil car elle joue le rôle de cloche de jardinage.

Comment planter les Potirons cultivés en godets ?

• Voir ci-dessus : **15 jours avant semis/plantation**, préparez le terrain dès le **début mai**.

- Bêchez la terre sur 1/2 bêche, amendez-la de terreau, la terre doit être ameublie.
- Préparez les trous qui vont recevoir les plants (1 m de distance en tout sens)
- Placez du compost au fond de chaque trou
- Plantez la plantule avec sa motte.
- Comblez avec du terreau, tassez.
- Arrosez généreusement.

L'entretien de la culture des potirons :

- **Sarcler et binez.**
- Faites un **ajout de compost** : 3 semaines après la plantation et lors de la floraison, environ 5 semaines.
- **Pincez les tiges** du potiron, **au-dessus de la 4e feuille** pour renforcer le développement du pied. Pincez les plants de citrouille assure une meilleure production.
- **Paillez le pied** afin de conserver la fraîcheur (humidité) du sol.
- **Protégez les fruits** : un paillage isole le fruit de la terre et peu éviter le pourrissement du potiron. Certains jardiniers amateurs placent un carrelage de récupération sous les fruits, avec une petite cale pour créer une pente qui évacuera l'eau plus rapidement.

Le mot du jardinier amateur :

À partir du mois de juin, un **paillage avec du compost est bénéfique pour les cultures et est conseillé**. À cette période le sol est suffisamment réchauffé et les plants pas encore trop développés.

Le saviez-vous ? Les fleurs de courges sont utilisées en cuisine, on peut les utiliser en **tempura / Tempura**, on les trempe dans une **pâte à beignet** et les frire légèrement (est-il possible de baigner quelque chose dans l'huile bouillante et parler de légèreté ? Là est la question... Mais je m'edgar !) ce qui donne de petits beignets de fleurs croustillants, c'est beau pour la déco et c'est bon à déguster !

Fleur de potiron, idéal pour réaliser des tempuras 😊 !



Potiron, comment améliorer la culture des rampantes ?

C'est une astuce intéressante pour améliorer le développement des fruits. Les variétés les souvent cultivées déploient souvent des longues tiges rampantes, qui s'éloignent des racines initiales, et de fait, ces potirons ne grossissent pas autant que ceux situés plus proches du pied de potiron.

Le marcottage :

C'est la technique que nous allons utiliser pour remédier à ce souci... Elle est là, l'astuce, pour faciliter la plante et lui permettre de se nourrir, dans la terre, à proximité. Avec le marcottage du potiron, on va améliorer la croissance de ses « fruits ».

Comment marcotter le potiron ?

- Le plus près possible des fruits,
- Ameublissez la terre sous la tige, vous pouvez même faire un léger creux
- Maintenez la tige au fond du creux et
- Recouvrez la tige qui porte le fruit d'un mélange de terre du jardin et de terreau.
- Faites un tas de 15-20 cm de diamètre et de 15 cm d'épaisseur.
- La tige va développer des racines à l'endroit et favoriser l'alimentation des fruits, qui grossiront plus vite et plus fort.

Récoltez les potirons et courges :

- **Courges à conserver ou courges d'hiver (citrouilles, pâtisson, potiron,...)** : 3 à 4 mois après les semis.
- **Courges de petites tailles à courgettes** : 2 mois après les semis.

L'info du jardinier

- **Type de sol** : Léger, frais meuble, riche en humus
- **Exposition** : soleil
- **Arrosage** : régulier au début, puis si besoin.
- **Période de récolte** :
 - > Pour les citrouilles : 3 à 5 mois après semis.
 - > Pour les courges (à courgette) : 2 mois après semis
- **Rotation des cultures** : pas 2 ans de suite au même endroit.

Variétés de Potiron et intérêt culinaire :

- **Akaguri** (variété de potimarron) :
Chair : jaune-orange, ferme, excellent arôme de marron.
En cuisine : soupe, gâteau, purée, gratin et légume à l'étouffée.
Texture : Consistance assez farineuse

Découvrez aussi : **Ambercup, Amish Pie, Angélique, Aspen, Australian Butter, Autumn Gold, Autumn Gold, « Courge Musquée de provence » dans la fiche citrouille.**

Photo : Spedona sur wikipedia.org

Maladies et parasites du potiron :

• Anthracnose :

Les jeunes plants attrapent des taches sur les feuilles, ces taches sont d'abord grises, puis, brunes serties de jaune. Cette affection arrive lorsque les jeunes plants sont cultivés trop serrés ou étuvés et manque d'aération.

Remède : traitement des feuilles avec une poudre de lithotamne.

Coupez les feuilles atteintes et les brûler. (Évidemment ne jamais les mettre au compost sous peine de contaminer l'ensemble du potager !)

• L'oïdium du potiron :

Un potiron, là encore aux feuilles qui portent des taches poudreuses envahissent les feuilles qui brunissent et finissent par tomber.

Remède : saupoudrage des feuilles lithotamne et fleur de soufre à 50/50.

Coupez les feuilles atteintes et les brûler.

• Mouche Grise des cucurbitacées :

Assez rare en culture de plein air, ce parasite se nourrit de la sève du dessous des feuilles.

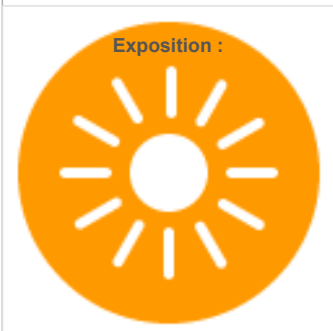
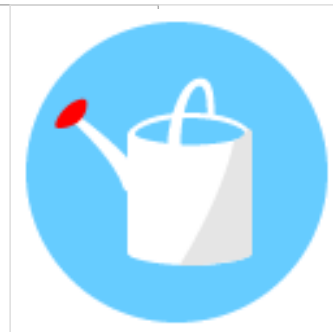
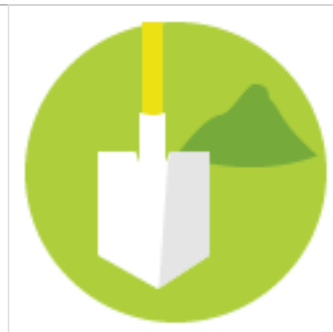
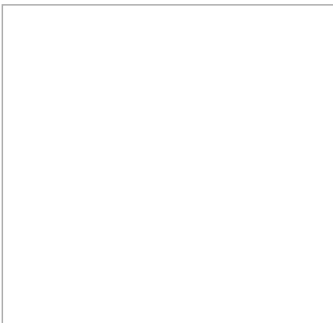
Remède : Purin d'ortie ou insecticide végétal (bio)

• Puceron des racines :

Ce parasite se nourrit de la sève des racines, au niveau du collet. Dès apparition, pulvériser un insecticide végétal bio ET du purin d'ortie.



Fiche rapide :



Soleil

Sol :
Tout sol, pas trop lourd, humifère,
voire léger.

Arrosage :
régulier

Taille (H x L) :
Jusque 1 x 2 m



Profondeur semis :

2-3 centimètres



Semis :
avril (châssis)
Mai (pleine terre)



Plantation :
après les dernières gelées



Floraison :
Juin à début août selon semis

Résumé



Nom de l'article

Le potiron au potager, toutes les infos pour le cultiver avec jaime-jardiner.com

Description

Le potiron, plante potagère herbacée, fait partie de la famille des cucurbitacées. Les fruits sont généralement de grande taille. Les feuilles sont rugueuses, découpées et les fleurs quant à elles sont assez grandes, belles, jaunes orangées, en forme de calice et comestibles.

Auteur

Daniel de jaime-jardiner.com

Nom de l'éditeur

[Jaime-jardiner.com](http://jaime-jardiner.com)

Logo de l'éditeur



Tags: anthracnose, calcium, courge, cucurbitaceae, feuille tachetée, légume d'automne, légume d'hiver, légume riche en vitamine, magnésium, manganèse, mouche grise, oidium, plante dépurative, plante nutritive, plante rafraichissante, plante vermifuge, puceron racine, riche en oligo-élément, semis en mai, semis en poquet, semis sous abri avril mai, semis sur place, sol humifère, vitamine A, vitamine B, vitamine C, vitamine E



E-mail *

Prénom

Jeux, offres des partenaires

oui

non

Je ne suis pas un robot

reCAPTCHA
Confidentialité - Conditions

Je m'abonne !

UN JARDIN AU TOP !

Elles sont parmi vos fleurs, légumes ou herbes aromatiques préférées, comme l'**arum** et son superbe calice, aussi le **pois de senteur** cette belle annuelle, encore le **giroflée** buissonnant, le **glaieul** ou le **gardenia** rustique, et les **pétunias** classique au jardin d'ornement. Dans les grimpantes, vous appréciez la **glycine** ou encore l'**ipomée**, dans les originales, l'**oeillet de poete**, le **platycodon**, ou l'**agapanthe** le magnifique **coeur de Marie** Et bien sûr ces superbes **Roses trémières**... Dans les herbes aromatiques la **verveine citronnelle** l'emporte et au potager, vous réservez une place de choix la **citrouille** et vous testez le **gombo**. Sans oublier les fruits rouges comme les **groseilles**...Et vous avez raison ! Et bientôt, les **bulbes d'automne** à planter au jardin

EN AUTOMNE SUR JAIME-JARDINER

Cet Automne, nettoyez et préparez le jardin d'ornement...



Travaux et légumes du potager !



Des nouvelles recettes apparaissent !



JAIME-JARDINER.COM SUR FACEBOOK !

Daniel de Jaime-j...
726 mentions 'J'aime'

J'aime cette Page

Soyez le premier de vos amis à aimer ça.

ÉTIQUETTES

exposition mi-ombre
 exposition soleil feuillage
 caduc feuillage persistant fleur
 blanche fleur jaune fleur rose fleur
 rouge fleur violette floraison aout
 floraison avril floraison juillet
 floraison juin floraison longue
 floraison mai floraison octobre
 floraison septembre plantation
 automne plantation avril plantation
 juin plantation mai plantation mars
 plantation octobre plantation
 printemps plante annuelle plante
 bulbeuse plante de massif plante gélive plante
 mellifère plante rustique
 plante vivace port érigé
 recette facile recette rapide semis avril
 semis février semis mai semis mars semis
 sous abri sol drainé sol frais sol
 humifère sol léger sol profond sol riche

