



Récolter au bon moment

Quand une tomate devient bien rouge, aucun doute, c'est le moment de la cueillir. Mais ce n'est pas aussi évident avec tous les légumes. Voici quelques repères pour savoir quand récolter.

Texte : Denis Pépin ; photos : Jean-Jacques Raynal

Levons tout de suite le doute : la plupart des légumes peuvent être consommés jeunes, avant complète maturité. Moins gros, avec un rendement plus faible, un peu moins nutritifs ils devront être consommés rapidement car, gorgés d'eau et d'azote, ils ne se conserveront pas longtemps.

Haricots verts

Les haricots verts, qui peuvent aussi être pourpres ou jaunes (haricot beurre), se consomment jeunes avant que leur peau ne durcisse (le parchemin) et ne devienne fibreuse (avec un fil). Les variétés anciennes à gousses fines prennent vite le fil ('Rocancourt', 'Triomphe de Farcy'...). Leurs gousses doivent donc être récoltées régulièrement, tous les deux à trois jours. Les haricots mangetouts ne prennent ni fil ni parchemin – on peut donc les récolter plus tardivement – et leur rendement est important. Mais les gousses deviennent molles à la cuisson et surtout en conserve. De nouvelles variétés de haricots à filet sans fil, intermédiaires entre

mangetouts et filets classiques, prennent le fil lentement et peuvent être récoltées de manière plus espacée. Ils restent fermes à la cuisson et bons en conserve. Si vous n'avez pas calé votre production de haricots sur vos vacances en semant fin juin pour une récolte à la rentrée, rien n'est perdu. La plupart peuvent aussi être consommés en grains, frais ou secs. Attendez que les gousses sèchent un peu pour les récolter. Les grains peuvent être conservés au congélateur et sont vraiment bons. Pour une conservation en sec, coupez les tiges et suspendez-les sous un abri sec pour un séchage complet.

Ail, oignons ou échalotes

Pour une consommation en frais, on peut arracher ail, oignon ou échalote bien avant que le feuillage ne se dessèche. Pour une bonne conservation d'hiver, il faut attendre que le feuillage se dessèche naturellement. En région humide et fraîche, il peut être utile de coucher les tiges avec le dos du râteau pour hâter la maturation des bulbes.

Si la terre n'est pas suffisamment meuble, les carottes ont tendance à rester courtes ou à devenir fourchues.

Prolonger les récoltes

Certaines variétés sont plus précoces que d'autres. Une pomme de terre précoce peut se récolter en primeur à 80 jours contre 130 à 150 jours pour une tardive à pleine maturité. Une carotte précoce comme 'Touchon' se récolte plusieurs semaines avant une tardive comme la 'Colmar' semée au même moment. Un poireau d'été 'Géant Suisse' sera récolté deux mois avant un poireau d'hiver 'Bleu de Solaize'. Une laitue beurre (classique) est plus précoce de deux semaines qu'une batavia. Pour récolter des salades toute l'année, semez et plantez une petite quantité de salades (10 à 15 pour une récolte échelonnée sur un mois) tous les trois à quatre semaines. Commencez par des laitues de printemps qui supportent bien le froid, continuez par des laitues d'été qui résistent à la montée à graine et au mildiou, les salades plantées en automne ('Reine des glaces', 'Pain de sucre') se récoltent au printemps. Finissez par des scaroles, la mâche et des laitues d'hiver. Pour les petits radis, semez tous les 10 jours un rang de deux à trois mètres de longueur, de février à mai, puis d'août à fin septembre. Semez des petites quantités de haricot vert toutes les 3 semaines environ, de début mai (sous protection) à début août. Pour obtenir des courgettes vigoureuses, semez ou plantez deux pieds en mai (elles fatiguent dès la mi-août), puis un autre mi-juin et un dernier en juillet pour les récoltes de septembre-octobre. Avec les artichauts, n'hésitez pas à cueillir les premiers encore jeunes afin de stimuler la production de nouvelles têtes. Encore tendre et sans foin, ils sont délicieux, en vinaigrette ou avec une tranche de pain et du beurre salé !

Courgettes

Les courgettes se consomment jeunes avant maturité, mais dans ce cas, leur durée de conservation est assez courte (une à deux semaines). En grossissant, elles deviennent plus fermes, plus fibreuses, et se conserveront plus longtemps (deux mois). Mais cela inhibe la formation de nouvelles courgettes: la production se ralentit et peut même s'arrêter.

Potirons et courges

Le bon moment de la récolte des potirons

et courges d'hiver est un peu délicat: s'ils sont cueillis trop tôt, leur goût n'est pas affiné et leur conservation est médiocre. À maturité, quand les feuilles se dessèchent ou s'abîment et que le pédoncule des potirons (*Cucurbita moschata*) devient liégeux, c'est mieux, mais il faut les ramasser avant l'apparition de pourritures sur la peau et avant le premier gel. En Bretagne, je les ramasse le plus souvent début octobre. Cueillez-les avec leur pédoncule mais ne vous en servez pas de poignée. Pour la plupart, la qualité gustative est meilleure à partir de décembre et la conservation peut dépasser six mois.

Aubergines

Il est tentant de laisser grossir les aubergines le plus possible pour une ratatouille ou une moussaka maison. Mais à trop attendre, elles deviennent plus amères et spongieuses. Cueillez-les encore jeunes, fermes, avec une peau brillante, avant que leur couleur ne vire du violet vers le brun. L'aubergine blanche se consomme très jeune en ratatouille.

Navets et radis

Jeunes, navets et radis sont tendres, juteux, fermes. En vieillissant, les premiers deviennent un peu fibreux (surtout semés au printemps) et les seconds se creusent et piquent. Le choix des variétés de navets et de radis est important, certaines restent bien fermes et ne creusent pas. Parmi les navets qu'on récolte à l'automne, le 'Jaune Boule d'or' est l'un des meilleurs. Les radis d'hiver ('Rose de Chine', 'Radis noir', 'Radis Green Meat'), peuvent attendre plusieurs semaines en pleine terre avant de se creuser et de devenir piquants. Il faut seulement les protéger du gel (cartons, voiles) et des



rongeurs (pièges). En cas de rongeurs, rentrez-les en cave, dans du sable.

Pommes de terre

Pour les conserver, récoltez les pommes de terre quand le feuillage sèche. Mais en cas d'attaque de mildiou, ramassez-les le plus vite possible, avant que les tubercules ne soient contaminés par les spores (sortes de graines) du mildiou qui descendent en terre avec les pluies.

Carottes et panais

Les carottes et le panais se récoltent jeunes. Dégagez légèrement le collet à la base des feuilles pour voir le haut de la racine et savoir si elle est assez grosse. Le grossissement des racines cesse quand le feuillage s'arrête de pousser et commence à faner avant l'hiver. Carottes et panais peuvent rester en terre tout l'hiver en région douce. Les carottes ont tendance à se fendre en automne lorsque pluie et douceur se conjuguent et favorisent une

croissance trop rapide des racines. Les limaces en profitent et il s'avère utile de les ramasser avant qu'elles ne pourrissent.

Épinards et arroche

Les jeunes feuilles d'épinards peuvent être cueillies très tôt pour être consommées crues en salade ou cuites. Les épi-

La malédiction de la carotte fourchée

Pour qu'une carotte soit longue et bien droite, sa racine, qui est d'abord un fil étroit, doit descendre le plus vite possible en profondeur sans se ramifier, avant de commencer à grossir dans sa partie supérieure. Il faut donc que la terre soit bien ameublie en profondeur (30 cm), bien émietée. Si la racine rencontre une zone tassée et compacte, une motte trop grosse, elle cesse de s'allonger, reste courte ou devient fourchée. Le travail du sol est donc essentiel: le vôtre, en l'émiettant, comme celui des vers de terre. Il faut aussi éviter d'arroser après la levée des graines pour forcer la racine à descendre chercher l'eau en profondeur. Si vous arrosez, les racines vont rester en surface et se ramifier dans la zone humidifiée.

Étalez les navets

Après leur levée, au stade 2 à 3 feuilles, arrachez les navets en surnombre (parfaits en potage) pour en laisser un tous les 4 cm environ. Quand ils auront un peu grossi, récoltez un navet sur deux au stade jeune et laissez les autres grossir pour une récolte plus tardive. Pensez à garder les jeunes feuilles pour un potage ou une purée.

nards d'automne poussent lentement et sont récoltés au fur et à mesure de la croissance des feuilles en épargnant les jeunes feuilles du centre. En région clémente, vous pourrez faire deux à trois coupes en automne puis, s'ils sont protégés du gel, deux à trois autres au printemps suivant jusqu'à la montée à graine en avril. Les feuilles d'arroche se consomment comme celles des épinards, mais leur récolte s'étale sur plusieurs mois au fur et à mesure de la croissance de la tige florale qui peut monter à 1,5

Pour les haricots à grains, mieux vaut attendre que les gousses aient séché un peu avant de les récolter.

mètres. Si le temps est doux et humide, elles deviennent larges tout en restant tendres et fondantes.

Blettes

Il est possible de couper les jeunes feuilles, des blettes en épargnant le bourgeon central, et les cuisiner comme des épinards. Les pétioles des feuilles plus âgées sont prélevés jusqu'à la montée à graine ce qui, en région peu gélive, permet des récoltes pendant plus de neuf mois.

Scaroles

N'attendez pas trop pour manger les scaroles plates. Le froid altère vite le pourtour des feuilles ce qui entraîne un épluchage fastidieux pour éliminer les parties nécrosées. Couvrez-les avec un voile de forçage pour les protéger du froid nocturne. 🌸

