

plantes et champignons pour l'amateur d'ethnobotanique

# MYCOFLOR

**CATALOGUE 2024**

*La saison 2023 a été marquée à la ferme par des pluies abondantes et des nuits plus chaudes que la normale. Une saison excellente pour nous de par les caractéristiques de nos sols... La pertinence de jardiner dans un objectif d'auto-suffisance se perpétue en fonction de la crise économique qui est à notre porte. C'est le temps d'être résilient.*

*Dans cette vingt-septième édition du catalogue MYCOFLOR nous vous offrons des semences non traitées de variétés anciennes (la date indiquée suivant le nom du cultivar indique l'année d'introduction sur le marché) et non hybrides de légumes, de fines herbes, de plantes médicinales et de fleurs, bien entendu sans O.G.M. (organismes génétiquement modifiés). Veuillez noter que l'abréviation «gr.» signifie graines et non grammes. Ex.: AGV-01 (±400gr.) plus ou moins 400 graines.*

*Nous commencerons l'expédition des commandes en janvier, ceci nous donnant suffisamment de temps pour pouvoir terminer les tests de germination et l'ensachage de nos semences.*

*Merci pour le soutien que vous nous donnez année après année. Nous vous souhaitons une bonne saison de jardinage 2024.*



*Richard O'Breham*

*p.s.: Le chou-fleur n'est pas autre chose qu'un chou qui est passé par l'université. Avoir goûté de la pastèque, c'est savoir ce que mange les anges. Consommé avec modération, l'eau ne peut pas faire de mal. Il est très facile de décider de ne plus fumer. Je le fais chaque jour. Le lit est l'endroit le plus dangereux du monde: 99% des gens y meurent. Mettez tous vos oeufs dans le même panier et surveillez le panier. La vérité est la chose la plus précieuse que nous ayons. Economisons-la. Aphorismes de Mark Twain, 1835-1910.*

**Souvenez-vous que certaines semences sont difficiles à faire germer et demandent des conditions environnementales particulières. Donc soyez patient, méticuleux. Expérimentez et informez-nous des difficultés rencontrées.**

### **CONDITIONS DE VENTE**

**L**e soin que nous mettons à sélectionner les meilleures semences, à en assurer la pureté et à en contrôler la germination nous permet d'offrir une garantie de remboursement en cas d'insatisfaction en autant que celle-ci soit attribuable directement à la semence. Cependant notre responsabilité contractuelle ou autre se limite en toutes circonstances au prix d'achat de nos produits. Nous ne donnons aucune autre garantie spéciale ou tacite.

**Toutes les informations concernant les vertus médicinales ou alimentaires des plantes sont données à titre indicatif seulement.**

# PLANTES MÉDICINALES

*ACHILLEA MILLEFOLIUM* (Composées)

**Achillée, Yang shi cao**

Hauteur: 50-60cm., zone 2-9

Vivace à rhizome et à fleurs blanches. Vertus: tonique, décongestionnante, provoque la sudation. Régularise le cycle menstruel, déconseillée durant la grossesse.

**ACV-01 sachet (±1000gr.) 3.00\$**

*AGASTACHE RUGOSA* (Lamiacées)

**Hysope géante, Huo xiang.**

Hauteur: 60-90cm., zone 6-9

Vivace tendre originaire de Chine et du Japon donne des fleurs en épis de couleur violacée, feuillage dégageant un parfum de menthe. Vertus: en MTC est utilisée en tisane pour certains problèmes d'estomac et nausées; «réchauffante».

**AGV-01 sachet (±200gr.) 3.00\$**

*ALTHAEA OFFICINALIS* (Malvacées)

**Guimauve officinale**

Hauteur: 120-190cm, zone 4

Vivace à feuille veloutée, floraison en fin d'été de fleurs roses groupées à l'aisselle des feuilles. Vertus: utilisée pour les irritations de la peau, combat certains troubles des intestins et voies urinaires. Culture: germination; 14-20 jours à 18°C, semis intérieur en février ou direct au jardin en juin. Bisannuelle zonée 4, fleurit de juillet à septembre. Plante de plein soleil.

**ALV-02 Erfurter sachet (±100gr.) 4.00\$**

*ALTHAEA ROSEA* (Malvacées)

**Rose trémière, Shu kui hua**

Hauteur: 150cm., zone 4

Plante bisannuelle majestueuse, originaire d'Asie, à grandes hampes florales à fleurs doubles de 10-15cm de différents coloris. Vertus: en tisane les fleurs sont un excellent gargarisme pour soulager les ulcérations buccales.

**ALB-01 sachet (±100gr.) 3.00\$**

*ANCHUSA OFFICINALIS* (Boraginacées)

**Buglosse officinale**

Hauteur: 30-80cm, zone 4

Originaire d'Europe à tige dressée portant des fleurs bleues à racine pivotante tubéreuse, plante mellifère. Vertus: cicatrisante, diurétique et émolliente, la racine est utilisée dans la fabrication de fond de teint.

**ANV-20 sachet (±50gr.) 3.00\$**

*ANDROGRAPHIS PANICULATA* (Acanthacée)

**Kiryat, Chuanxilian**

Hauteur: 30-110cm

Originaire de l'Inde et de la Chine à feuille lancéolée, fleurs en extrémité en panicules, blanches mouchetées de rose pourpre. Vertus: stimule le système immunitaire, adaptogène et antibactérienne.

**ANA-50 sachet (±300gr) 3.00\$**

*ANGELICA ARCHANGELICA* (Apiacées)

**Angélique,**

Hauteur: 100-150cm, zone 4

Bisannuelle originaire de l'hémisphère nord, à racine pivotante et feuilles divisées, produit des ombelles sphériques blanc-vert la 2e année. Vertus; racines, graines et feuilles apaisent rhumes, indigestion et rhumatisme, les racines stimuleraient le foie et l'utérus.

**ANB-01 sachet (±190gr.) 4.00\$**

*ARNICA CHAMISSONIS* (Composées)

**Arnica**

Hauteur : 60cm, zone 3

Vivace aromatique à feuilles lancéolées et duveteuses, fleurs jaune orange en juillet août. Vertus : anti-inflammatoire. Culture: germination ; 14-21 jours à 15-21°C, semis intérieur en mars ou direct au jardin en mai dans un sol riche en matière organique et légèrement alcalin, plein soleil.

**ARV-10 sachet (±50gr.) 5.00\$**

*ARCTIUM LAPPA* (Composées)

**Bardane majeur, Niu Bang Zi**

Hauteur: 30-60cm., zone 4

Vivace d'origine eurasienne à capitules piquants rouge pourpre. Vertus: stimule et nettoie le système urinaire.

**ARB-01 sachet 3.00\$**

*ARTEMISIA ABSINTHIUM* (Composées)

**Absinthe**

Hauteur: 120cm, zone 3

Vivace au feuillage très découpé, poilu, vert-gris. floraison en grappe. Vertus: l'infusion de feuilles et de sommités florales tonifie le système digestif, le foie, la vésicule biliaire et le sang. Culture: germination; 7-10 jours à 18°C, semis intérieur en mars ou direct au jardin en été, dans un sol riche et meuble, plein soleil ou ombre partielle. Laisser 75 à 100cm entre chaque plant.

**ARV-02 sachet (±250gr.) 4.00\$**

*ARTEMISIA ANNUA* (Composées)

**Absinthe chinoise, Qinghao**

Hauteur : 120-180cm

Annuelle originaire d'Eurasie à tiges de couleur vert foncé, à feuilles découpées et à petites fleurs jaunes. Vertus; riche en artémisine (feuilles et tiges) qui contrôlerait certaine forme de cancer, les feuilles ont une action antibactérienne. [https://www.lemonde.fr/afrique/video/2020/06/18/artemisia-contre-le-covid-19-que-disent-les-scientifiques\\_6043262\\_3212.html](https://www.lemonde.fr/afrique/video/2020/06/18/artemisia-contre-le-covid-19-que-disent-les-scientifiques_6043262_3212.html)

**ARA-01 sachet (±500gr.) 5.00\$**



*ARTEMISIA VULGARIS* (Composées)

**Armoise commune, Ai ye**

Hauteur: 60-180cm., zone 3-10

Vivace à tiges de couleur vert foncé, feuillage bicolore (dessus vert et dessous blanc velouté) et à petites fleurs jaunes. Vertus: une tisane faible est utilisée comme diurétique et emménagogue.

**ARV-01 sachet (±1000gr.) 3.00\$**

*ASCLEPIAS CURASSAVICA* (Asclépiadacées)

**Asclépiade**

Hauteur: 120cm

Annuelle à fleurs rouges parfumées réunies en ombelles. La fleur attire les Monarques. Vertus: utilisée comme vermifuge et tonique cardiaque.

**ASV-01 sachet (±45gr.) 3.00\$**

*ASTRAGALUS MEMBRANACEUS*

(Légumineuses)

**Astragale, Huang Qi**

Hauteur: 50-75 cm., zone 5-8

Vivace originaire de Chine et Mongolie, à tige pubescentes et à feuilles composées de 12 à 18 folioles. Vertus: excellente pour stimuler le système immunitaire; améliore les fonctions du foie, des poumons et de la rate. Particulièrement appréciée pour récupérer d'une maladie débilitante et pour protéger le corps contre les effets secondaires de la chimiothérapie. **Culture:** semis intérieur en mars/avril ou direct au jardin en juillet (la semence demande à être scarifié avant le semis), dans un sol riche et meuble, plein soleil. Laisser 20-50cm entre chaque plant. Récolter les racines après 4 ou 5 ans.



**ASV-02 sachet (±50gr.) 4.00\$**

*CALENDULA OFFICINALIS* (Composées)

**Calendula, Jin zhan ju**

Hauteur: 40-45cm.

Annuelle originaire d'Europe méridionale à tige longue et droite, fleurs de grosseur moyenne, majoritairement jaune (75%) ou orange (25%) à coeur plus foncé, haute teneur de résine.

Fleurs comestibles pouvant être utilisée comme colorant dans le riz. Vertus: utilisée en teinture antiseptique et onguent pour soins de la peau. Culture: germination optimale à 21°C pendant 10 jours. Semis direct au jardin en avril/mai (fleurit 8-10 semaines après le semis), dans un sol meuble et nettoyé. S'accommode d'une exposition ensoleillée ou ombre partielle. Résiste aux premiers gels.



**CAA-02 sachet (150gr.) 3.00\$**

*CAMELINA SATIVA* (Brassicacées)

**Cameline**

Hauteur: 90-120cm

Annuelle originaire d'Europe du Nord où elle est cultivé depuis 3000 ans pour son huile. Vertus: la graine produit une huile très riche en Omega-3 et en vitamine E.

**CAA-30 sachet (±300gr.) 4.00\$**

*CHELIDONIUM MAJUS* (Papaveracées)

**Chélidoine**

Hauteur : 60cm, zone 4

Vivace herbacée originaire d'Europe et d'Asie à racine pivotante, feuillage jaune-vert lobé fleurissant en fin de printemps, fleurs jaunes à 4 pétales. Vertus : la sève orangée (latex) est utilisée pour guérir les verrues, cors et teigne.

**CHV-10 sachet (±50gr.) 4.00\$**

*CHENOPODIUM AMBROSIOIDES*

(chénopodiacés) **Thé du Mexique, Epazote**

Hauteur: 100-120cm

Annuelle originaire d'Amérique tropicale, naturalisée dans les régions tempérées. Feuillage lancéolé vert-tendre et très denté. Vertus: les feuilles employées en infusion combattent asthme et bronchite, toutes les parties renferment un vermifuge.

**CHA-01 sachet (±150gr.) 3.00\$**

*CIMICIFUGA RACEMOSA* (Renonculacées)

**Actée à grappes noires, Sheng Ma**

Hauteur: 90-180cm., zone 4-9

Vivace aux fleurs blanc crème en épis, originaire d'Amérique du Nord et partageant l'écosystème du ginseng et de l'hydraste du Canada. Les racines se récoltent après 5 ans. Vertus: la racine est utilisée principalement pour ses propriétés oestrogéniques. Soulage les bouffées de chaleur et autres problèmes liés à la ménopause. Emménagogue, tonique utérin. Ne pas prendre durant la grossesse.

**CIV-01 sachet (±25gr.) 5.00\$**

*CODONOPSIS PILOSULA* (Campanulacées)

**Codonopsis, Dang Shen**

Hauteur: 180cm., zone 4-9

Vivace volubile originaire des zones montagneuses de l'Asie, à feuilles ovales et fleurs solitaires en clochettes, vertes et striées de violet. Vertus: plante tonique améliorant la digestion et l'énergie en général. Surnommée le «ginseng du pauvre».

**COV-01 sachet (±100gr.) 4.00\$**

*ECHINACEA ANGUSTIFOLIA* (Astéracées)

**Echinacée Angustifolia**

Hauteur: 20-45 cm., zone 4

Vivace à feuilles étroites et à pétales rose pourpre.

**ECV-03 sachet (±65gr.) 5.00\$**

*ECHINICEA PALLIDA* (Astéracées)

**Echinacée Pallida**

Hauteur: 30-90 cm., zone 4

Vivace à feuille longue et mince.

**ECV-02 sachet (±60gr.) 3.50\$**

*ECHINACEA PURPUREA* (Astéracées)

**Echinacée pourpre**

Hauteur: 60-90 cm., zone 3

Vivace originaire d'Amérique du Nord, à fleurs pourpres en forme de marguerites. Les papillons et les colibris sont attirés par cette plante. Vertus: stimule le système immunitaire.

**ECV-01 sachet (±125gr.) 3.00\$**

*ELEUTHEROCOCCUS SENTICOSUS* (Araliacées)

**Ginseng Sibérien,**

Hauteur: 300cm., zone 4

Arbuste originaire de Sibérie, à tige épineuse produisant des grappes de baies bleu-noir. Vertus: aide à mieux supporter le stress physique et psychologique, améliore les performances physiques et intellectuelles.

**Culture:** difficile, semis en contenants en sous-bois humide, germination sporadique pendant les 3 prochaines années. Mettre en pleine terre après la 1<sup>er</sup> année de croissance.

**ELV-01 sachet 10.00\$**

*EPHEDRA SINICA* (Éphédracées)

**Ephedra, Ma huang**

Hauteur: 90cm, zone 4

Arbuste originaire de Chine, à longues tiges cylindriques jointées à feuilles écailleuses ayant l'aspect de la prêle. Vertus: diurétique, hypertenseur artériel et stimulant. La plante entière est utilisée pour la dilatation des bronches et accroître la circulation capillaire.

**EPV-01 sachet (±30gr.) 5.50\$**

*EUPATORIUM MACULATUM* (Composées)

**Eupatoire**

Hauteur: 100-150cm, zone 3

Vivace à feuilles oblongues dégageant une faible odeur de vanille et à fleurs roses en juillet. Vertus: particulièrement efficace en cas de troubles urinaires.

**EUV-01 sachet (±250gr.) 3.00\$**

*FILIPENDULA ULMARIA* (Rosacées)

**Reine-des-prés**

Hauteur: 125-175cm, zone 3

Vivace originaire d'Europe, à feuilles divisées en folioles dentées, fleurs en corymbes blanches très odorantes. Vertus: anti-inflammatoire, antirhumastismal, astringent, diurétique et réduit les douleurs gastriques. **Culture:** semis intérieur en mars/avril, germe en 10-15 jours. Mettre au jardin à la fin mai dans un sol humide et frais, bien drainé et riche en matière organique, plein soleil à ombre partielle. Récolter les sommités fleuries avant le plein épanouissement (juin-juillet).

**FIV-01 sachet (±50gr.) 5.00\$**

*FOENICULUM VULGARE* (Ombellifères)

**Fenouil, Hui-xiang**

Hauteur: 90-120cm

Annuelle originaire du bassin méditerranéen à feuillage vert foncé et fleurs jaunes. Vertus: en MTC utilisée pour faciliter la digestion, diminue le ballonnement et traite les calculs biliaires, galactogène.

**FEA-10 sachet (±95gr.) 3.00\$**

*GEUM URBANUM* (Rosacées)

**Benoîte**

Hauteur: 60cm, zone 5

Vivace originaire d'Europe au feuillage duveteux, à tiges filiformes produisant des fleurs jaunes. Vertus: surtout utilisée pour traiter les affections buccales, de la gorge et pour raffermir les gencives.

**GEV-01 sachet 3.00\$**

*GLYCYRRHIZA GLABRA* (Fabacées)

**Réglisse**

Hauteur: 100-125cm, zone 7

Vivace tendre à rhizome long brunâtre, feuilles alternes vert foncé à fleurs violettes en grappes en juillet. Vertus: anti-inflammatoire, expectorant et laxatif doux.

**GLV-05 Sachet (±30gr.) 4.00\$**

*GLYCYRRHIZA URALENSIS* (Légumineuses)

**Réglisse chinoise, Gan-cao**

Hauteur: 50-130cm., zone 7-10

Vivace tendre originaire d'Asie, à racine fibreuse, tige laineuse et fleurs pourpres. Vertus: en MTC sert à harmoniser les préparations des herboristes.

**GLV-01 sachet (±28gr.) 4.00\$**

*HYPERICUM PERFORATUM* (Guttifères)

**Millepertuis**

Hauteur: 30-80cm, zone 3-8

Vivace originaire d'Europe, feuilles fortement ponctuées, fleurs jaunes à pétales ponctués de noir, floraison estivale. Vertus: sédative, anti-inflammatoire, relaxante. **Culture:** semis intérieur en mars ou directement au jardin après les derniers gels. Requiert un sol léger, bien drainé et ensoleillé.

**HYV-02 sachet (±500gr.) 3.00\$,**

*INULA HELENIUM* (astéracées)

**Inule aunée**

Hauteur: 1-2m, zone 3

Vivace originaire des Balkans à tiges et feuilles pubescentes, racine noire, profonde et aromatique. Vertus: expectorant, tonique.

**INV-01 sachet (±100gr.) 3.00\$**

*ISATIS TINCTORIA* (Brassicacées)

**Isatis, Da Qing ye**

Hauteur: 60-120cm., zone 4-8

Originaire d'Europe, au feuillage gris-vert fleurissant la 2<sup>e</sup> année (jaune) en épis de 3-8cm. Vertus: rafraîchit le sang et fait disparaître les éruptions.

**ISA-01 sachet (70gr.) 3.75\$**

*LEPIDIUM MEYENII* (Brassicacées)

**Maca jaune**

Bisannuelle originaire du Pérou au feuillage très découpé poussant en rosette et produisant un tubercule d'environ 5cm de diamètre (navet). Vertus : antioxydant, énergisant et stimulant sexuel (testostérone).

**LEB-01 sachet récolte manquée**

*LEONURUS CARDIACA* (Lamiacées)

**Agripaume**

Hauteur: 150cm, zone 5-8

Vivace originaire d'Asie à feuilles opposées légèrement palmées, épis floraux rose pâle ou blancs à l'aiselle des feuilles. Vertus: anti-spasmodique et sédative, prescrite en cas de palpitations cardiaques. Aussi, stimule les muscles de l'utérus et convient en cas de retard des règles.

**LEV-01 sachet (±100gr.) 3.00\$**



*LEUZEA CARTHAMOIDES* (Astéracées)

**Leuzea**

Hauteur: 80-170cm, zone 2-7  
Vivace originaire de la Sibérie possédant des effets métaboliques et toniques remarquables. Un adaptogène efficace qui aide les athlètes à augmenter leur résistance, les réflexes, la concentration et le rétablissement plus rapide après des efforts intenses, l'extrait de racines augmente la capacité de travail des muscles, améliore la mémoire et favorise l'apprentissage.



**LEV-10 sachet (±25gr.) 5.00\$**

*LOBELIA INFLATA* (Lobéliacées)

**Lobélie enflée**

Hauteur: 30-90cm  
Annuelle originaire d'Amérique du Nord à feuille lancéolée de 5cm, fleurs blanche nuancées de bleu à la base enflée. Vertus: antispasmodique, expectorant et stimulant respiratoire (asthme et emphysème).

**LOA-01 sachet (500gr.) 3.00\$**

*LYCIUM CHINENSE* (Solanacées)

**Lyciet, Gou-gi-zi**

Hauteur : 1-3m, zone 4-9  
Arbuste originaire de Chine à feuilles caduques vert brillant à fleur pourpre violacée produisant un fruit (goji) rouge cramoisi. Vertus : fruit riche en vitamine C et en antioxydant, les fruits séchés tonifient le yin du rein et du foie. **Culture:** pousse dans un sol normal bien drainé, plein soleil. Peut drageonner dans un sol riche.

**LYV-01 sachet (±25gr.) 4.00\$**

*LUFFA CYLINDRICA* (Cucurbitacées)

**Éponge végétale, Si gua luo**

Hauteur: 3-10m  
Grimpante annuelle originaire des zones tropicales d'Asie, à larges feuilles lobées, à fleurs femelles jaunes produisant un fruit (courage) de 30-45cm, doit être séché. On les fait tremper dans l'eau et la pelure s'enlève facilement sans endommager les fibres. Vertus: en MTC le fruit séché calme les douleurs musculaires et articulaires. Soulage les seins douloureux.



**LUA-01 sachet (±15gr.) 4.00\$**

*MALVA MAURITIANA* (Malvacées)



**Mauve d'Alger**

Hauteur: 80-100cm, zone 4. Vivace à fleur rose violacé à rouge sang de 5cm, fleurit de juillet à septembre, demande une bonne terre à jardin et le plein soleil. Vertus: émolliente, combat certains troubles des intestins et voies urinaires.

**MAV-10 sachet (±100gr.) 3.00\$**

*MALVA SYLVESTRIS* (Malvacées)

**Mauve**

Hauteur: 60cm, zone 4  
Vivace à fleur rose pourpre striée de 5cm, fleurit de juillet à septembre. Feuilles vert moyen découpées à odeur musquée si on les froisse. Vertus: émolliente, anti-inflammatoire, calmante, digestive et laxative.



**MAV-01 sachet (±100gr.) 3.00\$**

*MELALEUCA ALTERNIFOLIA* (Myrtacées)

**Melaleuca**

Hauteur : 600cm, zone 11  
À cultiver en pot dans la maison ou en serre, facile à réussir comme plante d'intérieur. Remède traditionnel aborigène australien utilisé pour des problèmes dermatologique. Vertus : antiseptique, antibactérien, fongicide et stimulant immunitaire. **Culture:** semence dormante et diurne, germination lente, semis au jardin l'automne en utilisant un plateau à semis et terreau à semis, mettre semences sur le terreau, ne pas enterrer, presser fermement et arroser, couvrir avec des feuilles.

**MEV-10 sachet (±300gr.) 7.00\$**

*MENTHA PULEGIUM* (Labiées)

**Menthe Pouliot**

Hauteur: 15-40cm, zone 6  
**Culture:** germination; 14-21 jours à 15-21°C, semis intérieur en mars, mettre au jardin en mai dans un sol riche en matière organique, humide et frais, plein soleil ou ombre partielle. Laisser 20 à 30cm entre chaque plant. Vertus: en tisane; combat les maux de têtes nerveux et favorise l'apparition des règles.

**MEV-05. Sachet (±300gr.) 3.00\$**

*OCIMUM TENUIFLORUM* (Lamiacées)

**Basilic sacré**

Annuelle originaire de Thaïlande poussant dans un sol riche et bien drainé, plein soleil. Vertus: antispasmodique et tonique. Culture: germination; 10 jours à 20°C, semis intérieur au printemps, utiliser un substrat si possible y déposer la semence et presser légèrement, ne pas enterrer, tenir humide à la pleine lumière (semence diurne). Mettre au jardin début juin dans une bonne terre à jardin, plein soleil.

**OCA-02 Kapoor: 70 jours, variété à tige et feuille verte. Sachet (±100gr.) 4.00\$**

*OENOTHERA BIENNIS* (Onagracées)

**Onagre**

Hauteur: 140cm  
Bisannuelle d'Amérique du Nord, à feuilles lancéolées et à fleurs jaunes. Vertus: on en fait un onguent pour soulager certains problèmes de peau. **Culture:** germination optimale à 18-24°C pendant 15-20 jours, croissance à 12°C. Semis intérieur en mars, mettre au jardin en juin dans un sol riche et bien drainé, sur un site ensoleillé.

**OEB-01 sachet (±1000gr.) 3.00\$,**

*PHYSALIS FRANCHETTI* (Solanacées)

**Lanterne Chinoise,**

Hauteur: 80cm., zone 3-7, Vivace originaire de Chine cultivée pour son fruit orangé ayant l'aspect d'une lanterne en papier. Vertus: en MTC est utilisée comme diurétique.

**PHV-01 sachet (±150gr.) 3.00\$**

*PLATYCODON GRANDIFLORA* (Campanulacées)

**Platycodon, Jie Geng**

Hauteur: 45-60cm., zone 4

Vivace originaire de l'est asiatique, aux boutons floraux en forme de ballons qui s'ouvrent en clochettes étoilées de 6-7cm, feuilles ovales et bleutées. Vertus: en MTC utilisée pour soulager les maux de gorges. Antibactérien.

**PLV-01 sachet (±200gr.) 4.00\$**

*POLYGALA TENUIFOLIA* (Polygalacées)

**Polygale, Yuan Zhi**

Hauteur: 25cm, zone 2

Vivace originaire de Manchourie à tige grêle, feuillage étroit d'un beau vert. C'est la racine qui est utilisée. Vertus: améliore la mémoire, antidépresseur, antipsychotique et expectorante.

**POV-30 sachet (±80gr.) 5.00\$**

*RUTA GRAVEOLENS* (Rutacées)

**Rue**

Hauteur: 60cm

Sous-arbrisseau semper virens; feuilles aromatiques bleuâtres, profondément lobées, fleurs jaunes en été. Vertus: stimulante mais abortive, elle fortifierait les capillaires. Antispasmodique, combattrait l'hypertension, l'épilepsie et les coliques. Avec les feuilles séchées, l'on en fait un puissant insecticide et un germicide utile pour les blessures.

**RUV-01 sachet (±150gr.) 3.00\$**

*SALVIA APIANA* (Labiées)

**Sauge blanche**

Hauteur: 90-240cm, zone 7

Vivace originaire du désert de Baja, Californie au feuillage gris à odeur très intense, floraison blanche. Encens amérindiens. **Culture:** germination; 6-10 jours à 21°C, semis intérieur en mars

avril dans un substrat, mettre au jardin à la fin mai début juin dans un sol riche et plein soleil.

**SAV-30 sachet (±50gr.) 4.00\$**

*SALVIA HISPANICA* (Labiées)

**Chia**

Hauteur: 100cm

Originaire du Mexique où elle était cultivé pour ses graines alimentaires. Les Aztèques considéraient cette graine comme très énergétique et en donnaient comme ration aux chasseurs et soldats en déplacements. Vertus; riche en oméga 3, calcium, fer, fibre alimentaire, phosphore et anti-oxidante.

**SAA-32 Sachet (±500gr.) 3.00\$**

*SALVIA SCLAREA* (Labiées)

**Sauge sclarée**

Bisannuelle odorante originaire du Moyen-Orient de 70-150cm à tige angulaire, feuille ovale pubescente grisâtre. Fleur bleu pâle à lilas en panicule, fleurit en juin. Vertus : antispasmodique, relaxante et tonique, le mucilage des graines permet de nettoyer les yeux.

**SAB-35 sachet (±50gr.) 3.00\$**

*SCHIZANDRA CHINENSIS* (Schisandracées)

**Schizandra, Wu wei zi**

Hauteur: 8m, zone 5

Arbuste sarmenteux originaire de la Mandchourie à fleurs roses pâles, donnant des fruits rouges écarlates très persistants. Vertus: stimulant sexuel, tonique et protège le foie.

**SCV-01 sachet (±10gr.) 3.00\$**

*SCUTELLARIA BAICALENSIS* (Lamiacées)

**Scutellaire, Huang qin**

Hauteur: 45cm., zone 4

Vivace originaire de l'Asie tempérée, à feuilles lancéolées et fleurs bleu-violet. Vertus: antiallergique, antibiotique, anti-inflammatoire et sédatif. En Occident, on apprécie son action calmante au niveau du système nerveux. **Culture:** semis intérieur en février, germe en 3 semaines, mettre au jardin en mai/juin dans un sol riche et bien drainé sur un site ensoleillé. Les racines peuvent se récolter après la 2e année.

**SCV-10 sachet (±100gr.) 5.00\$**

*SILYBUM MARIANUM* (Astéracées)

**Chardon Marie**

Hauteur: 100-130cm.

Annuelle épineuse originaire du bassin méditerranéen, à feuilles veinées de blanc et fleurs violet-mauve. Vertus: les semences contiennent de la silymarine, reconnue pour son action régénatrice du foie.

**SIA-01 sachet (±30gr.) 3.00\$,**

*STEVIA REBAUDIANA* (Composées)

**Stevia**

Hauteur: 45-60cm

Originaire du Paraguay, où elle est utilisée depuis plus de 1500 ans pour sucrer les liqueurs médicinales. Feuille alterne et dentelée sur une tige légèrement boisée, fleur blanche à l'automne. Vertus: l'élément actif de cette plante, le stevioside, est 100 à 250 fois plus sucré que le saccharose, mais sans les calories!!! **Culture:** germination; 7-14 jours à 25°C, semis intérieur février/mars, craint le froid, donc ne pas mettre au jardin tant que la température de nuit descend sous les 7°C. Demande une bonne terre à jardin plein soleil ou ombre partielle. Atteint la pleine maturité en 100-120 jours.

**STA-01 sachet (20gr.) 5.00\$**





**TANACETUM PARTHENIUM** (Composées)

**Grande Camomille**

Hauteur: 60-90cm, zone 4-9  
Vivace originaire du Sud-est de l'Europe dont les fleurs rappellent la marguerite. Vertus: soulage les crampes menstruelles, la fièvre et les migraines. Ne pas utiliser durant la grossesse. **Culture:** germination; 7-21 jours à 20-24°C, semis intérieur en avril, germe en 5-10 jours, mettre au jardin en mai/juin dans un sol riche et humide sur un site ensoleillé.

**TAV-01 sachet (±75gr.) 3.00\$**

**URTICA DIOICA** (Urticacées)

**Ortie**

Hauteur: 1,5-2,5m., zone 3  
Vivace à feuilles dentées, tiges et feuilles sont couverts de poils urticants. Vertus: diurétique, digestive, élimine l'acide urique, soulage arthrite, anémie et eczéma. Riche en fer et en vitamine C. **Culture:** semis intérieur en mars/avril ou direct au jardin au printemps, germe en 10-15 jours. Demande une bonne terre à jardin, plein soleil ou ombre partielle.



**URV-01 sachet (±100gr.) 3.00\$**

**VALERIANA OFFICINALIS** (Valérianacées)

**Valériane**

Hauteur: 150cm, zone 3  
Vivace originaire d'Europe à feuillage décoratif poussant dans toutes conditions, fleurs blanches en juillet, bonnes fleurs coupées. Vertus: apaise l'anxiété, relaxante, sédative. **Culture:** germination; 7-21 jours à 19°C, semis intérieur en mars ou direct au jardin en été dans une bonne terre à jardin, plein soleil ou ombre partielle. L'on récolte la racine au bout de 2 ans en automne.



**VAV-01 sachet (±50gr.) 3.00\$**

**VERBASCUM THAPSUS** (Scrofulariacées)

**Molène**

Hauteur: 150cm.  
Bisannuelle à feuilles laineuses et longue tige épaisse, couronnée de fleurs jaune. Vertus: mucilage, flavonoïde. **Culture:** germination; 12-15 jours à 18°C, semis intérieur en avril ou direct au jardin en été dans une bonne terre à jardin, plein soleil ou ombre partielle.

**VEV-10 sachet (±200gr.) 3.00\$**

**VERBENA HASTATA** (Verbénacées)

Hauteur : 100-160cm, zone 3  
Vivace originaire d'Amérique du Nord produisant des fleurs bleues violacées en août. Pour une bonne germination, stratifier les graines, semer dans un sol riche et bien drainé, plein soleil. Vertus: analgésique, antispasmodique, relaxant, sédatif et tonique nerveux.

**VEV-02 sachet (±50gr.) 3.00\$**

**VERBENA OFFICINALIS** (Verbénacées)

**Verveine, Ma bian cao**

Hauteur: 50-60cm., zone 4-8  
Vivace aux tiges minces et raides et aux petites fleurs lilas disposées en épis. Vertus: agit sur le système nerveux parasympathique et stimule l'utérus. **Culture:** stratifier la semence dans le sable humide au réfrigérateur 1 semaine avant le semis intérieur en mars/avril, germe en 20-25 jours, mettre au jardin en mai/juin dans un sol riche sur un site ensoleillé.

**VEV-01 sachet (±50gr.) 5.00\$**

**WITHANIA SOMNIFERA** (Solanacées)

**Ashwagandha**

Hauteur: 75-125cm  
Originaire du Moyen-Orient (Irak) et aujourd'hui produite en Inde, pousse comme un gros buisson à feuille ovale et à fleur jaune cuivre. Vertus: adaptogène, anti-stress, aphrodisiaque, sédative et tonique. **Culture:** germination 7-15 jours à 20°C. Semis intérieur en février mars dans un substrat, ne pas enterrer (semence diurne), mettre au jardin en fin mai ou juin dans une bonne terre à jardin se drainant bien. Récolter les racines en octobre, bien nettoyer et sécher avant utilisation en décoction ou en gélule.

**WIA-10 sachet(±100gr.) 4.00\$**

**LASAGNE VÉGÉ**

**Ingrédients:** 2 oignons émincés, 4 gousses d'ail, 2 branches de céleri coupées, ½ brocoli défait en bouquets, ½ chou-fleur défait en bouquets, 3-4 tomates fraîches en cubes ou 1 boîte de tomates en conserve, 2 carottes en rondelles, 4 c. à soupe de pâte de tomate, fromage cottage, fromage râpé, fines herbes au goût (origan, thym, persil, basilic), sel et poivre.

**Préparation:** Cuire le brocoli, le chou-fleur et les carottes à la vapeur. Dans une grande poêle ou un faitout, faire revenir les oignons, l'ail, le céleri et les tomates. Ajouter les légumes préalablement cuits à la vapeur, les tomates, la pâte de tomate et les aromates. Faire mijoter quelques minutes à feu doux. Saler et poivrer au goût.

Dans un plat allant au four, déposer d'abord une partie des légumes dans le fond, ajouter une rangée de lasagnes cuites puis mettre du fromage cottage. Répéter (légumes + lasagne + cottage). Terminer avec une rangée de lasagne et couvrir de fromage râpé. Mettre au four 40 minutes à 350°F.

**Velouté de radis noir pour 4 personnes**

**Ingrédients:** 3 radis noir, 2 pommes de terre, 30g de beurre, 1L de bouillon, 50g de fromage, 30ml de crème, sel.

**Préparation:** peler 2 radis, bien laver le 3ième qui conservera sa peau et les couper en dés, éplucher les pommes de terre et mettre en dés. Faire revenir 2 minutes à feu moyen les radis et les pommes de terre ensuite ajouter le bouillon et laisser cuire à couvert ½ heure. À la fin de la cuisson, ajouter le fromage, la crème et le sel puis mixer pour obtenir un velouté.



# CHAMPIGNONS

## Blanc de champignons

*Ganoderma lucidum* (Wm. Curtis: Fries) Karsten  
**Ganoderme luisant, Ling Chi (chinois), Reishi (japonais)**

Aussi appelé «champignon de l'immortalité» en Asie, le ganoderme est utilisé en médecine traditionnelle chinoise (MTC) depuis des millénaires pour son effet positif sur le système immunitaire. Le champignon mature entre dans la préparation de tisanes et de soupes médicinales. De plus, il atténuerait les effets secondaires de la chimiothérapie et soulagerait les douleurs arthritiques.

**GAN-03 Non disponible pour 2024**

*Hericium ericaeus* (Bulliard: Fries) Quélet  
**Hydne hérisson, Yamabushitake**

Espèce d'hydne de couleur blanche et présentant en surface des aiguillons flexibles, bon comestible, pousse sur des bûches d'érables, d'ormes et de peupliers.

**HER-03 Non disponible pour 2024**

*Lentinula edodes* (Berkeley) Pegler  
**Shiitake**

Champignon originaire des régions montagneuses de la Chine, du Japon et de la Corée. Il est utilisé depuis plus de 2000 ans dans l'art culinaire de ces pays. Il possède des propriétés antivirales et semble être en mesure de diminuer le taux de cholestérol du sang. Le *lentinan* contenu dans ce champignon amplifierait les réactions immunologiques du corps contre le cancer.

**LEN-03 Douilles en paquet de 100, 25.00\$**

*Pleurotus ostreatus* (Jacq.: Fries) Kummer

**Pleurote en forme d'huître, Hiratake**

Espèce de pleurotes des forêts tempérés et tropicales bien appréciée des gourmets et de culture facile. De conservation moyenne, il est donc avantageux de le cultiver chez soi.

**PLO-03 Douilles en paquet de 100, 25.00\$**

### Livraison

Allouer un délai de 6 à 8 semaines pour la livraison des douilles.

### Garantie

On comprendra facilement que les ventes sont finales, les douilles ne sont pas retournables.

### Sauce minute aux pleurotes pour pâtes

Faire dorer les pleurotes en gros morceaux à feu moyen fort dans du beurre et un peu d'huile d'olive. Baisser le feu, ajouter une gousse d'ail taillée en tout petits dés et cuire encore 2 minutes en remuant. Ajouter du vin blanc et laisser réduire de moitié, terminer avec de la crème 35%.

Mettre sur les pâtes et garnir avec du persil, de la ciboulette ou du poireau chinois.

# HERBORISTERIE

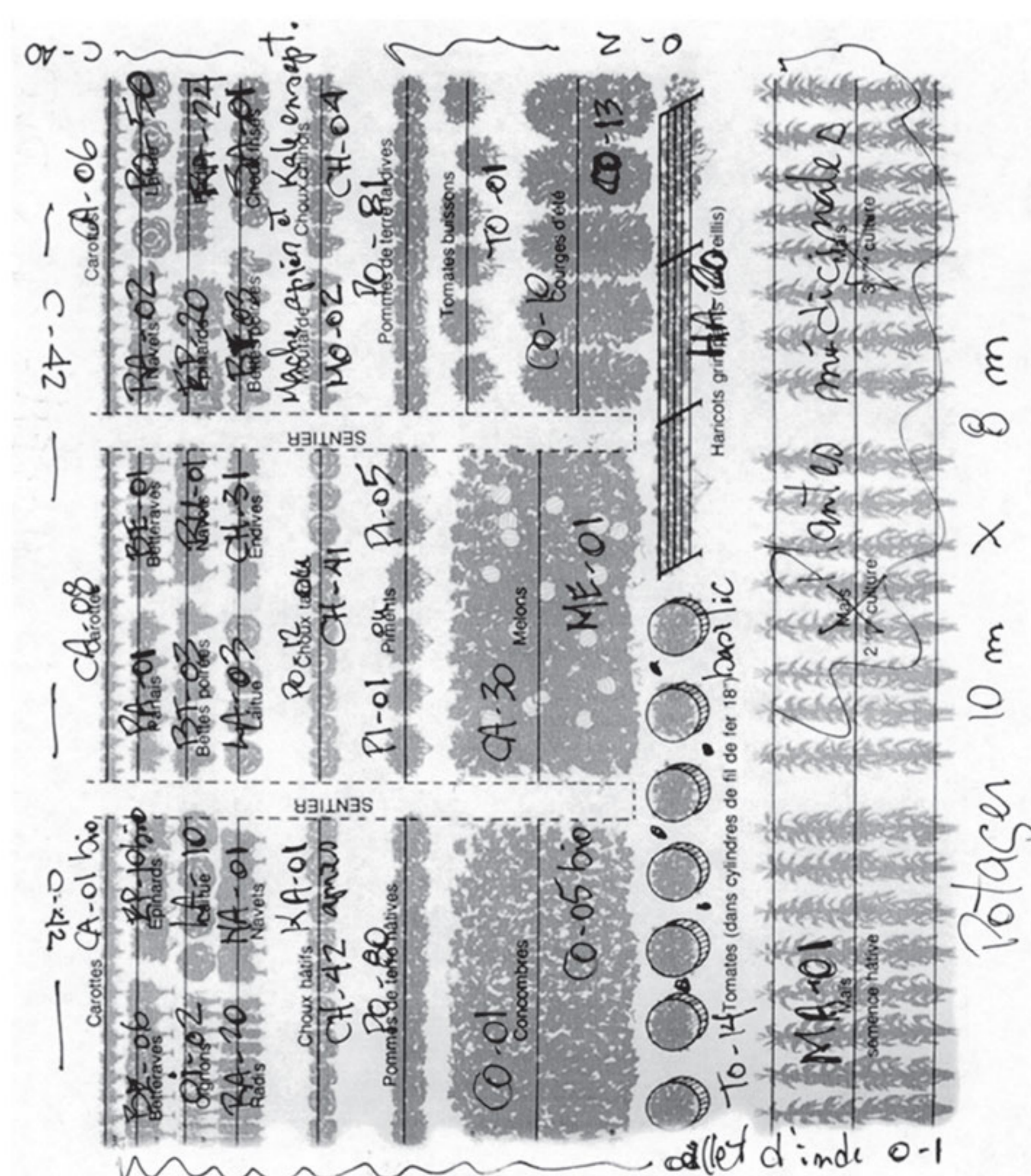


**Gélulier 00:** outil pratique pour encapsuler vos herbes ou algues, vous pourrez ainsi faire 24 gélules en moins de 5 minutes! **13-255 29.00\$**

**Gélules 00:** certifiées végétales. **13-100 7.\$ pour 100, 13-1000 45.\$ pour 1000.**

Bouteilles ambrées de 50ml. avec compte-gouttes, idéales pour teintures et huiles.

**BOUT-50: 10 pour 25.00\$**



# FINES HERBES

## **ANETH** *Anethum graveolens*

Vertus: soulage les flatulences et facilite la digestion.

**Culture** : germination; 8 jours à 15 °C, semis direct au jardin en mai dans un sol fertile et bien drainé, demande un site ensoleillé et chaud.

**ANA-01 Bouquet. Sachet (±500gr.) 3.00\$**

## **ANIS** *Pimpinella Anisum*

Vertus: mâcher les graines rafraîchit l'haleine.

**ANA-02. Sachet (±160 gr.) 3.00\$**

## **BASILICS** *Ocimum Basilicum*

Vertus: utiliser pour soulager nausée et vomissement, antibactérien. **Culture**: germination; 5-8 jours à 21°C, semis intérieur en avril, mettre au jardin en mai dans un sol riche en matière organique, humide et bien drainé, demande un site ensoleillé.

**BAA-01 Pistou**: 85 jrs, 45cm de haut, variété à feuille large, lisse et de très bon goût. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

**BAA-02 Red Leaf**: 80 jrs, 40cm de haut, feuillage pourpre au goût très agréable, très ornemental. **Sachet (±175gr.) 3.00\$**

**BAA-03 Thai**: 70 jrs, 75cm de haut, variété thaïlandaise à feuille étroite de 10cm, au goût d'anis. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

**BAA-04 Spicy Globe**: 70 jrs, 15-20cm de haut, à petite feuille, plant arrondi, bon pour production en pot de 10/15cm. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**BAA-05 Cannelle**: 80 jrs, 70cm de haut, variété au feuillage étroit et court (2.5cm), appréciée en tisane. **Sachet (±185gr.) 3.00\$**

**BAA-06 Citron**: 80 jrs, 45cm de haut, variété à petite feuille pointue, ayant un goût distinct de citron. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

**BAA-07 Lime**: 75 jrs, 60cm de haut, variété à feuille pointue au goût distinct de lime. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

**BAA-08 Feuille de laitue**: 85 jrs, 45cm, variété à feuille crispée au goût légèrement poivré. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

**BAA-09 Gourmet**: 70-85 jrs, mélange de tous les basilics mentionnées plus haut. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

## **BAUME MÉLISSE** *Melissa officinalis*

Vertus: relaxant efficace en cas d'anxiété.

**Culture**: germination; 12 jours à 21°C, semis intérieur en mars, mettre au jardin en mai dans un sol riche en matière organique, léger et bien drainé, plein soleil ou mi-ombre.

**BAV-01. Sachet (±500 gr.) 3.00\$**

## **BOURRACHE** *Borago officinalis*

Vertus: plante émolliente, soulage les troubles respiratoires; en infusion; pour certaines irritations cutanées.

**BOA-01. Sachet (±85 gr.) 3.00\$**

## **CAMOMILLE** *Matricaria recutita*

Vertus: efficace contre la tension nerveuse, favorise le sommeil.

**Culture**: germination; 10-14 jours à 14 °C, semis direct au jardin en mai, dans un sol silicieux, non-argileux, meuble et bien drainé, demande un site ensoleillé ou semi-ombragé.

**CAA-01. Sachet (±1000 gr.) 3.00\$**

## **CARVI** *Carum carvi*

Vertus: agit sur les spasmes intestinaux et les flatulences.

**Culture**: germination; 7-13 jours à 20-24°C, semis direct au jardin en mai, dans un sol meuble, léger et plein soleil. Bisannuelle, la racine s'emploie comme la carotte, les feuilles se mangent en salade et les graines comme condiment ou pour la préparation de liqueurs.

**CAB-01. Récolte manquée**

## **CERFEUIL** *Anthriscus cerefolium*

Vertus: efficace pour abaisser la tension artérielle.

**Culture**: germination; 8-14 jours à 15-20 °C, site légèrement ombragé, à l'abri des vents, sol bien drainé et riche en humus.

**CEA-01. Sachet (±450 gr.) 3.00\$**

## **CIBOULE** *Allium fistulosum*

Vivace originaire de Chine, introduit en Europe fin moyen âge, plante robuste à bulbe peu marqué, feuillage cylindrique creux sans renflement, récolte des feuilles 3-4 mois après semis. **Culture**; même que la ciboulette.

**CIV-09 sachet (±250gr.) 3.00\$**

## **CIBOULETTE** *Allium schoenoprasum*

Vertus: en MTC (Xi xiang gong); en application externe elle traite les oedèmes et les rougeurs.

**Culture**: germination; 14 jours à 20 °C, semis intérieur en avril, transplanter au jardin en mai, ou semis direct au jardin tôt le printemps. Demande une bonne terre à jardin, humide, chaude et bien drainée, plein soleil.

**CIV-10. Sachet (±300 gr.) 3.00\$**

## **CITRONELLE** *Melissa off. Citronella*

Oui! Oui! Je sais, ce n'est pas vraiment de la citronelle (*Cytopogon citratus*) mais cette mélisse contient 2 fois plus d'huile essentielle, le pourquoi de son nom (cultivar).

**CIV-20 Sachet récolte manquée.**

## **CORIANDRE** *Coriandrum sativum*

Vertus: en usage externe (lotion), aide à calmer les douleurs rhumatismales.

**Culture**: germination; 14-18 jours à 15°C, semis direct au jardin en mai, dans un sol meuble, sablonneux, léger et plein soleil. Inhibe le fenouil et favorise l'anis. Peut attirer plusieurs insectes utiles au jardin, plante mellifère.

**COA-01. Sachet (±180 gr.) 3.00\$**



**CRESSON ALÉNOIS** *Lepidium sativum*

Vertus : peut être utilisé comme purgatif.

**CRA-01. Sachet (±800 gr.) 3.00\$****CRESSON DE JARDIN** *Barbarea verna***Culture:** semer dans un endroit ombragé et frais car le cresson craint la sécheresse. Demande un sol riche en matière organique retenant bien l'humidité et se drainant bien.**CRA-02. Sachet (±800 gr.) 3.00\$****CRESSON DE FONTAINE** *Nasturtium officinale*Vertus: plante stimulante et diurétique, riche en fer, phosphate et iode, combat les affections du foie et la bronchite chronique. **Culture:** plante aquatique vivace, semis en fosse dont le fond est humide mais non recouvert d'eau, élever le niveau au fur et à mesure du développement des plantes ou dans un plan d'eau calme. Peut aussi se faire en pots dans un mélange à part égale de substrat et de compost en gardant ce milieu humide tout en renouvelant l'eau quotidiennement.**CRV-01. Sachet (±500gr.) 3.00\$****CUMINS** *Cuminum cyminum*Vertus: les fruits facilitent la digestion, soulagent flatulences, coliques et diarrhées. **Culture:** semis intérieur en mars/avril, mettre au jardin dans une partie chaude, sol riche et plein soleil.**CUA-01. Sachet (±375 gr.) 3.00\$****CUA-05 Cumin noir** (*Nigella sativa*) Vertus: adaptogène, interviendrait comme régulateur du système immunitaire et combattrait l'asthme et les allergies **Culture:** semis direct au jardin lorsque le sol est bien réchauffé. **Sachet (±200gr.) 3.00\$****ESTRAGON de Russie** *Artemisia dracunculus*

Vertus: tonique, la tisane de feuilles ouvre l'appétit, la racine soulagerait les maux de dents.

**Culture:** germination; 7-10 jours à 22°C, semis intérieur en mars, mettre au jardin en mai dans un sol riche, plein soleil.**ESV-01. Sachet (±800 gr.) 3.00\$****ESTRAGON du Mexique** *Tagetes lucida*

Vertus : diurétique et stimule la digestion.

**Culture:** germination; 5-15 jours à 21°C, semis intérieur en mars/avril, mettre au jardin en juin dans une bonne terre à jardin, plein soleil, fleurs jaunes. Fleurs et feuilles comestibles, un alternatif à l'estragon français!**ESA-01. Sachet (±100 gr.) 4.00\$****FENUGREC** *Trigonella foenum graecum*Vertus : on le dit émoullent, diurétique, tonique et anti-hypertensif. **Culture:** germination 4-10 jours à 19 °C, semis direct en place au jardin en mai. La plante atteint 30 à 55cm de haut, produit des gousses de 7 à 14cm pouvant contenir 10 à 20 graines.**FEA-01. Sachet (±150 gr.) 3.00\$****HERBE AUX CHATS** *Nepeta cataria*Vertus : facilite la digestion et la sudation. La teinture soulage les rhumatismes et l'arthrite; en onguent, atténue les hémorroïdes. **Culture:** germination; 4-15 jours à 20°C, semis intérieur en mars/avril, mettre au jardin

en mai dans un sol riche et fertile, demande un site ensoleillé et frais. Plante dégageant une très forte odeur, envahissante.

**HEV-01. Sachet (±200 gr.) 3.00\$****HYSOPE** *Hyssopus officinalis*Vertus : en infusion, efficace contre les affections respiratoires, surtout en cas de sécrétions abondantes. **Culture:**

germination; 7-10 jours à 15-20°C, semis intérieur en avril, mettre au jardin en mai dans un sol sablonneux, léger, calcaire et plein soleil. Inhibe le radis et favorise la vigne. Peut attirer la piéride du chou, plante mellifère.

**HYV-01. Sachet (±250 gr.) 3.00\$****LAVANDE** *Lavendula angustifolia vera*Vertus: antiseptique, carminative, antidépressante et relaxante. **Culture:** germination; 18°C pendant 14-20 jours, semis intérieur en mars/avril, mettre au jardin en mai, demande un site ensoleillé, une terre calcaire caillouteuse, drainée.**LAV-01. Sachet (±200gr.) 3.00\$****LIVECHE** *Levisticum officinalis*Vertus: diurétique et antimicrobienne, elle est utilisée dans le traitement des douleurs de l'appareil urinaire; soulage les douleurs menstruelles. **Culture:** germination; 10-14 jours à 10-20 °C, semis intérieur en mars, mettre au jardin en mai dans un sol riche, frais et bien drainé, demande un site semi-ombragé.**LIV-01. Sachet (±130gr.) 3.00\$****MARJOLAINE** *Origanum Majorana*Vertus: fortifiant général, efficace contre les maux de tête et l'insomnie. Stimulerait la libido. **Culture:** germination; 4-8 jours à 21°C, semis intérieur en avril, mettre au jardin à la mi-mai dans un sol riche, humide et bien drainé, demande un site ensoleillé. Plante ayant un effet bénéfique sur toutes les plantes poussant près d'elle, sa teneur en huile augmente quand elle est près de l'ortie.**MAA-01 Sachet (±750gr.) 3.00\$****MENTHE CITRON** *Monarda citriodora*Vertus: les feuilles font d'excellentes tisanes qui favorisent la digestion. Fleurs et feuilles sont utilisées pour les salades. **Culture:** germination; 4-15 jours à 20°C, semis direct au jardin en mai, dans un sol riche en humus, meuble, fertile, demande un site ensoleillé et frais.**MEA-01. Sachet (±500gr.) 3.00\$****MENTHE POIVRÉE** *Mentha piperita*

Vertus: antiseptique, décontracte les muscles, stimule la sécrétion biliaire.

**Culture:** germination 12-15 jours à 20°C, semis intérieur en mars ou direct au jardin en été, demande une bonne terre à jardin, plein soleil ou ombre partielle.**MEV-02 sachet (±250gr.) 3.00\$****MENTHE VERTE** *Mentha spicata*

Vertus: aide la digestion et l'insuffisance biliaire.

**Culture:** germination; 12 jours à 21°C, semis direct au jardin en mai, dans un sol humide, meuble, fertile, demande un site ensoleillé ou semi-ombragé.**MEV-01. Sachet (±225gr.) 3.00\$**

**ORIGAN** *Origanum Vulgare s. hirtum*

Vertus: excellent antiseptique, utilisé pour soigner les affections respiratoires.

**Culture:** germination; 4-8 jours à 21°C, semis direct au jardin en avril-mai dans un sol fertile, chaud et sec, au pH élevé (6,5 à 7,5), demande un site ensoleillé. Repousse les parasites de la vigne, du concombre et du melon, plante mellifère

**ORV-02 Origan Grec. Sachet (±600gr.) 3.00\$**

**OSEILLE** *Rumex Acetosa*

Vertus: en MTC est utilisé comme diurétique.

**Culture:** germination; 4-8 jours à 21 °C, semis direct au jardin en mai, dans un sol riche, profond, frais et acide (pH 4./6.), demande un site ensoleillé ou ombragé.

**OSA-01. Sachet (±600gr.) 3.00\$**

**PERSILS** *Petroselinum Crispum*

Vertus: les graines facilitent l'évacuation des toxines dans les articulations enflammées.

**Culture:** germination; 15-20 jours à 20 °C, semis direct au jardin en mai, dans un sol riche en humus, léger, frais et humide, demande un site ensoleillé ou mi-ombragé. Aide mutuelle; rosier, tomate et asperge.

**PEA-01 Champion frisé:** 75 jours, plant compact de 25cm à feuille finement frisée, vert très foncé. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**PEA-02 Italien à feuille de céleri:** 85 jours, variété à feuilles non-frisées, vert foncé, au goût plus prononcé. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**PEA-03 Hambourg à racine** (*P. Tuberosum*): 90 jours, produit une racine de 20/25cm semblable au panais, employé dans les soupes. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**PEA-04 Mélange 3 types:** mélange à 55% frisé, 40% plat et 5% à racine. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**PIMPRENELLE** *Poterium Sanguisorba*

Vertus: les feuilles fraîches renferment de la vitamine C, elles facilitent la digestion et donnent un goût de concombre aux salades. **Culture:** germination; 8 jours à 21°C, semis intérieur en mars, mettre au jardin en mai dans une terre riche et bien drainée, plein soleil.

**PIV-01 sachet (±250gr.) 3.00\$**

**POIREAU CHINOIS - ciboulette à l'ail**

*Allium tuberosum*

Vertus: les graines sont utilisée comme tonique.

**Culture:** germination; 7-14 jours à 21°C, semis intérieur en mars ou direct au jardin tôt le printemps, demande un sol riche en matière organique, meuble et frais.

**POV-02 sachet (±230gr.) 3.00\$**

**ROMARIN** *Rosmarinum Officinale*

Vertus: améliore la concentration et la mémoire; favoriserait la pousse des cheveux. **Culture:** germination; 10-15 jours à 21°C, semis intérieur en mars/avril dans un terreau calcaire (chaux), mettre au jardin en mai dans un sol riche et sec, demande un site ensoleillé à l'abri du vent. Aide mutuelle; la sauge, éloigne la mouche de la carotte.

**ROV-01. Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**SARRIETTE D'ÉTÉ** *Satureia Hortensis*

Vertus: effet «réchauffant», stimule la digestion.

**Culture:** germination; 12-15 jours à 21°C, semis direct au jardin en mai, dans un sol riche, léger et sec, demande un site ensoleillé. Favorise le haricot vert et l'oignon.

**SAA-01. Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**SARRIETTE D'HIVER** *Satureia Montana*

Vertus: combat les flatulences, stimule la digestion, traite les coliques.

**Culture:** germination 10-15 jours à 20°C, semis intérieur en mars, mettre au jardin en mai dans un sol riche et bien drainé, plein soleil.

**SAV-05 Sachet (±100gr) 3.00\$**

**SAUGE** *Salvia Officinalis*

Vertus: régularise le cycle menstruel, efficace contre les bouffées de chaleur.

**Culture:** germination; 6-10 jours à 21°C, semis direct au jardin en mai, dans un sol riche, léger, sec et un peu calcaire, demande un site ensoleillé. Aide mutuelle; le romarin, éloigne la piéride du chou. A noter l'incompatibilité de la sauge avec le métal, on doit la conserver dans le verre teint ou le papier!

**SAV-01. Sachet (±120gr.) 3.00\$**

**TANAISIE** *Tanacetum vulgare*

Usages: les sommités florales assaisonnent les viandes (sauge), on place le feuillage dans le panier d'animaux pour les préserver des puces. **Culture:** semis intérieur en mars, mettre au jardin en mai-juin dans une bonne terre à jardin, plein soleil.

**TAV-10 sachet (±250gr.) 3.00\$**

**THYMS** *Thymus Vulgaris*

Vertus: en infusion, soigne les infections de la gorges et des bronches. **Culture:** germination; 3-6 jours à 21°C, semis direct au jardin en mai, dans un sol riche, léger, bien drainé et chaud, demande un site ensoleillé.

**THV-01 d'hiver:** 85 jours, 25/30cm de haut, vivace à saveur piquante. **Sachet (±800gr.) 3.00\$**

**THV-02 de Provence:** 80 jours, annuelle de 20cm de haut au goût plus prononcé que le thym d'hiver. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**CHIPS DE KALE**

- avec des ciseaux, couper en lanières 3-4 feuilles de kale en évitant la nervure centrale
- mettre les lanières dans un bol, y verser un peu d'huile d'olive (1 à 2 c. à soupe) et saler légèrement
- répartir également sur une tôle à biscuits
- mettre la tôle dans un four préchauffé à 175°C; cuire de 12 à 17 minutes ou jusqu'à ce que le kale soit bien croustillant
- se conserve dans un contenant fermé pendant une semaine.

# LÉGUMES

## **AMARANTHE** *Amaranthus cruentus*

**Culture:** germination; 14-21 jours à 21°C, semis intérieur en mi-avril, repiqué au stade de 2 feuilles en godet, mettre au jardin dans un sol bien réchauffé en laissant 15-25cm entre chaque plant. Il est impératif de mettre au jardin les plants avant qu'ils atteignent 12cm ou semis direct en place en juin.

**Vertus:** les feuilles sont d'excellente source de carotène, fer, calcium, protéine, lysine et vitamine C. Les graines contiennent deux fois plus de fer et quatre fois plus de calcium que le blé dur.

**AM-10 Red garnet:** plante au feuillage très ornemental rouge marron et à fleur rouge fuschia atteignant plus de 180cm. **Sachet (±1500gr.) 3.00\$**

## **ARTICHAUT** *Cynara scolymus*

**Culture:** germination; 15-20 jours à 22°C, semis intérieur en mars, vernaliser la semence pendant 25 jours à 2°C, nécessite 2 repiquages avant de mettre au jardin en mai, dans un sol très riche en matière organique, drainé et plein soleil.

**AR-01 Green Globe (1863):** 120 jours. Cultivar d'une hauteur de 120cm, donne entre 5 à 8 capitules. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

## **ASPERGES** *Asparagus officinalis*

**Culture:** tremper la semence 48 heures dans de l'eau à 30°C avant de semer, semis direct au jardin en mai dans un sol riche, profond et bien drainé, plein soleil. Au printemps suivant, transplanter à tous les 45cm sur des rangs espacés de 90cm. A chaque automne vous devez ajouter une bonne couche de fumier, l'asperge demande beaucoup d'engrais. Vous aurez une première récolte la 3e année et s'échelonne sur 12 à 20 ans. **Vertus:** l'asperge est un diurétique qui soigne des affections urinaires dont la cystite.

**AS-01 Mary Washington(1945):** 60 jours. Variété hâtive et fiable produisant des turions vigoureux, vert moyen excellents frais et adaptée à la congélation. Résistante à la rouille et au flétrissement. **Sachet (±75gr.) 3.00\$**

## **AUBERGINES** *Solanum melongena*

**Culture:** germination; 5-9 jours à 30°C, semis intérieur 8-10 semaines avant de mettre au jardin en juin dans un sol riche en humus, profond, meuble et chaud, demande un site ensoleillé. Bons voisins; tomates et piments. Ne pas mettre à côté des pommes de terre, peut attirer le doryphore!

**AU-01 Italian long purple:** 75-80 jours. Fruit long et cylindrique de couleur violacée, environ 20cm x 8cm sur un plant de 45/80cm de haut, excellente variété. **Sachet (±50gr.)3.00\$**

**AU-02 Casper:** 70 jours, variété produisant des fruits de 15cm de long, de couleur blanc ivoire. Les jeunes fruits peuvent être consommés sans peler la peau. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**AU-04 Black Beauty (1902):** 83 jours, variété produisant de 4 à 6 fruits ovales de 15cm x 12cm, violet foncé presque noir, sur un plant de 45cm de haut, sans épine. **Sachet (±50gr.)3.00\$**

## **BETTES À CARDE - POIRÉES** *Beta vul. var. cicla*

**Culture:** germination; 15 jours à 22°C, semis direct au jardin d'avril à juin dans un sol riche en humus, profond, léger, meuble et non-acide (pH: 7.7.5), demande un site ensoleillé à demi-ombre. Bons voisins; choux-rave, oignons et betteraves. **Vertus:** très riche en  $\beta$ -carotène; cuite et réduite en bouillie, est utilisé en cataplasme sur les hémorroïdes et les furoncles.

**BT-01 Fordhook giant (1750):** 55 jours, feuillage vert foncé et frisé à côtes blanches. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**BT-02 Rhubarb (1857):** 54 jours, feuillage frisé rouge foncé à côtes cramoisies. **Sachet 3.00\$**

**BT-03 Arc-en-ciel:** 58 jours, variété multicolore à tige blanche, jaune, orange, rose foncé ou rouge, feuillage vert moyen. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**BT-04 Fantaisie Orange:** 60 jours, magnifique coloris résistant à la cuisson à feuillage vert foncé. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BT-05 Pink Lipstick:** 60 jours, côte d'un beau rose magenta légèrement fluo au feuillage vert franc légèrement cloqué. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BT-06 Jaune canari:** 62 jours, côte d'un superbe jaune accentuant le contraste du feuillage vert émeraude, cloqué. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BT-07 Perpetual spinach:** 34-64 jours, cultivar à grandes feuilles vert foncé légèrement cloquées et très tendres sur fines tiges vertes. Résiste à la chaleur et au gel hâtif, peut être cueillies en continu. **Sachets (±200gr.) 3.00\$**

## **BETTERAVES** *Beta vulgaris*

**Culture:** semis direct au jardin en mai-juin dans un sol riche en humus, profond, léger et non-acide, plein soleil ou demi-ombre. **Vertus:** riche en  $\beta$ -carotène; laxatif, idéal pour un balayage intestinal.

**BE-01 Cylindra (1880):** 55 jours, betterave de grande qualité, racine cylindrique de 15cm par 5cm de diamètre. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BE-02 Chioggia (1840):** 60 jours, racine ronde bicolore (blanche à cerne rose), peau écarlate, feuillage vert strié rose. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BE-03 Détroit rouge foncé (1892):** 58 jours, racine ronde, lisse et uniforme, rouge foncé et sans zone, feuillage moyen vert teinté de rouge. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BE-04 Ruby Queen (1957):** 52 jours, type DÉTROIT de couleur sang, racine ronde à feuillage moyen et droit. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BE-05 Winter keeper:** 70-80 jours, grosses racines de 15-20cm, de très longue conservation et apprécié pour la saveur de ses feuilles. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BE-06 Jaune (1828):** 50-55 jours, racine très tendre de couleur jaune-or tachant moins les autres aliments dans une salade, feuille au goût d'épinard. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BE-07 Bull's Blood:** 35-58 jours, cultivée pour son feuillage rouge, racine ronde à cernes blancs. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BE-08 Blanche:** 55-60 jours, racine ronde légèrement pointue ne tachant pas! **Sachet 3.00\$**

**BE-09 Mélange 5 couleurs:** mélange préparé par nous contenant les différentes betteraves mentionnées plus haut. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**BLEUET DE JARDIN** *Solanum melanoecerasum*

**Culture:** germe en 7-10 jours à 19°C, semis intérieur 6 semaines avant de mettre au jardin dans une bonne terre riche en humus, chaude et plein soleil. Doivent être consommés cuits (tartes confitures ou gelées).



**BL-10 Aramis:** 75 jours, plant de 75cm de haut produisant une abondance de fruits très noirs à maturité. **Sachet (±40gr.) 3.00\$**

**BROCOLIS** *Brassica oleracea var. italica*

**Culture:** germination; 10 jours à 21°C, semis intérieur en avril, mettre au jardin en mai dans un sol riche en humus et fumier, profond légèrement argileux et non acide (pH7/7,5), plein soleil et frais. Des sarclages et binages fréquents lui sont bénéfiques, le brocoli est à son meilleur à l'automne. Vertus: puissant anti-oxydant, riche en acide folique (pour l'équilibre hormonal). Effet stimulant sur le métabolisme des oestrogènes, recommandé dans les régimes anti-cancer.

**BR-01 Waltham 29 (1954):** 70 jours, variété compacte de 45cm de hauteur, vert-bleuté, adapté à la culture d'été et d'automne pour sa résistance au froid et à la sécheresse. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**BR-02 De Cicco (1890):** 60 jours, variété précoce et tendre de 45-60cm de haut, abondance de rejets sur longue tige. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**BR-03 Romanesco:** 95 jours, cultivar italien à tête florale en rosettes spirales de couleur vert brillant. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**



**BR-04 Green Sprouting Calabrese:** 60-90 jours, grand plant de 90cm produisant une fleur centrale de 13cm seulement, mais donnant de nombreuses repousses, et cela sur plusieurs semaines! **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**CANTALOUPS** *Cucumis melo*

**Culture:** germination; 4 jours à 32°C, semis intérieur 3-4 semaines avant de mettre au jardin, demande un sol riche en matières organiques et très chaud, utiliser un paillis de plastique noir pour chauffer le sol, tailler les vignes et garder 3-4 fruits par plant. Vertus: riche en  $\beta$ -carotène et en vitamine B et C, diurétique, laxatif et stomachique.

**CA-30 Delicious-51 (1953):** 75 jours, variété mi-saison à saveur très sucrée de forme ovale (16cm x 13cm) pesant 2kg. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**CA-33 Casaba Golden Beauty:** 105 jours, un cantaloup différent de saison longue, donc semis intérieur en avril. Chair blanche et très sucrée avec un épiderme jaune. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**CA-35 Minnesota Midget (1948):** 75 jours, cultiver à vigne courte (1m) adaptée pour petit jardin ou contenant, produisant des fruits de 10cm de diamètre, chair épaisse de couleur orange et très sucrée. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**CARDON** *Cynara cardunculus*

**CA-25 Large Smooth:** 75 jours. Dans la famille de l'artichaut mais pousse comme le céleri, feuillage découpé, verdâtre, à côtes larges. **Sachet 3.00\$**

**CAROTTES** *Daucus carota var. sativus*

**Culture:** germination; 6-14 jours à 18°C, semis direct au jardin fin mai début juin, dans un sol profond, meuble, riche en humus (éviter le fumier frais qui déforme la racine), sur un site ensoleillé. Demande un sarclage et un arrosage fréquent. Vertus: recommandée dans les régimes anti-cancer, riche en  $\beta$ -carotène et aussi en pectine (agent inhibant les tumeurs côlo-rectales).

**CA-01 Petit doigt:** 50 jours. Variété miniature (10cm) se colorant et développant son sucre rapidement ce qui permet de les consommer lorsqu'elles sont à 3-5cm. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-02 Touchon:** 62 jours. Une sélection spéciale importée de France semblable à la Nantaise mais plus longue et plus tendre, racine orange écarlate de 18cm, cylindrique, croustillante et de saveur insurpassable. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-03 Nantaise (1870):** 65 jours. Racine cylindrique orange brillant de 15-18cm à bout rond au goût sucré. **Sachet (±1500gr.) 3.00\$**

**CA-04 Parisienne:** 50-55 jours. Cultivar rond de 3cm, s'adaptant à tous types de sols. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

**CA-05 Chantenay Royale:** 68 jours. Racines de 16cm x 5cm au collet, variété uniforme et sans coeur. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-06 Danvers 126 (1871):** 75 jours. Variété s'adaptant à tous types de sols, racines de 20cm x 4cm. **Sachet (±1500gr.) 3.00\$**

**CA-07 Amarillo:** 70 jours. Variété à racine jaune de 23cm x 4cm au goût délicat légèrement sucré. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

**CA-08 Brillance:** 75 jours. Variété de type Nantais de 20cm de long de couleur magenta et à haute teneur en  $\beta$ -carotène. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-10 St-Valery (1885):** 80 jours, grosse racine conique effilée et lisse de 25-30cm de long x 6cm au collet à chair orangée et tendre. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-11 Dragon Pourpre:** 70 jours, racine violette et intérieur orangé au goût sucré légèrement épicé. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

**CA-12 Rouge:** 70 jours, racine de 20cm rouge rosé devenant rouge foncé à la cuisson, développant ainsi le lycopène et le sucre. **Sachet 3.00\$**

**CA-13 Mélange 5 couleurs:** mélange préparé par nous contenant les différentes carottes mentionnées plus haut. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-14 Nantes Mini-core:** 55 jours, une lignée supérieure de carotte miniature (3-13cm) de couleur orange vif et croustillante. Goût supérieur sur sols sablonneux. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-15 Tendersweet (1928):** 65-75 jours, racine de 25-30cm à bout arrondi (type nantais) orange, sucrée et juteuse de conservation longue **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CA-16 Kuroda longue:** 75 jours, cultivar japonais délicatement sucré, racine de 20cm orange foncé, tendre, excellente pour le jus et se conservant bien. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

### **CÉLERIS** *Apium graveolens dulce*

Vertus: abaisserait la tension artérielle et préviendrait le cancer de l'estomac, diurétique.

**CE-05 Utah géant vert:** 100 jours. Variété à croissance vigoureuse, feuillage vert foncé, côtes longues et charnues. **Sachet (±800gr.) 3.00\$**

**CE-06 Golden Self Blanching (1867):** 90 jours. Cultivar hatif à côtes charnues de 20cm au coeur jaune tendre. **Sachet (±800gr.) 3.00\$**

### **CELERI-RAVE** *Apium graveolens*

**Culture:** germination; 15-25 jours à 21°C, semer 10 semaines avant de mettre au jardin, demande un sol très riche en humus, humide et profond, plein soleil. Vertus: dépuratif, comme tous les céleris, excellent pour soigner l'arthrite et l'hypertension.



**CE-01 Prague (1871):** 115 jours. Racine ronde de 10cm à chair blanche. **Sachet (±800gr.) 3.00\$**



**CERISES DE TERRE** *Physalis pruinosa*  
**Culture:** germination; 14 jours à 18-24°C, semis intérieur en avril, mettre au jardin en juin dans un sol meuble, léger et riche en humus, plein soleil.

**CE-11 Petits fruits:** 70 jours. Fruit de la grosseur d'une cerise (1cm) de couleur jaune recouvert d'une enveloppe jaune, excellent en confiture. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**CE-14 Cape Gooseberry (1774) :** 120 jours, plant de 150cm produisant des fruits de 2cm de diamètre d'un beau orange brillant au goût exquis se mariant bien avec le gibier, le porc et le chocolat noir. **Récolte manquée**

### **CHICORÉES** *Cichorium endivia*

**Culture:** semer aussitôt que le sol est réchauffé, demande un sol riche en matière organique et bien drainé, craint la sécheresse et les grandes chaleurs (amertume). Pour une récolte automnale, semer fin juin. Vertus: dépurative, digestive et tonique, un bienfait pour le foie.

**CH-30 Verte frisée (1863):** 85-95 jours. Feuille très découpée, coeur serré blanchissant facilement. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CH-31 Scarole maraîchère (1860):** 85-90 jours. Feuillage large, rond et ondulé, pomme compacte et blanchissant facilement. **Sachet 3.00\$**

**CH-32 Catalogna:** 65 jours, aussi appelée Radichetta, feuilles longues et découpées formant une rosette au goût d'asperge. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CH-33 Pain de sucre:** 70 jours, forme une grosse pomme longue vert tendre, c'est le coeur à feuilles blanches très douces qui se consomme. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**CH-34 Très fine:** 85 jours, de type Louviers aux feuilles très finement découpées et frisées. Liez les feuilles 12 jours avant la récolte pour blanchir le coeur. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

### **CHOUX** *Brassica oleracea capitata*

**Culture:** germination; 4 jours à 26°C, semis intérieur 3 semaines avant de mettre au jardin, ou directement en place en juin, demande un sol frais, humide, riche en humus et le plein soleil. Craint la sécheresse et la chaleur, pour éviter les maladies il est important de faire une rotation d'au moins 3 ans, ceci incluant tous le genre brassica. Vertus: préviendrait le cancer du côlon.

**CH-40 Danish Ballhead 1887 (hiver):** 105 jours. De couleur bleutée, pomme de 20cm pesant 2-3kg, se conservant bien. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-41 Rouge Mammouth (1889):** 100-105 jours. Pomme légèrement aplatie pesant environ 3kg, se conservant bien. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-42 Golden Acre (été):** 70 jours. Variété hâtive de couleur gris vert pesant 1,5kg, plant vigoureux et compact. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-43 Savoie Perfection:** 85-90 jours. Pomme ferme de 2,5kg à feuilles bien frisées se conservant bien l'hiver. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-45 Red Acre:** 65 jours, variété hâtive qui produit des pommes rouges de 1 à 2kg en moyenne. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-46 Brunswick (1885):** 100 jours, grosse pomme aplatie pesant 3-5kg, variété employée pour la choucroute. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-47 Jersey Wakefield (1840):** 65 jours, cultivar hâtif à pomme conique de 20cm, vert foncé pesant 1kg. **Sachet (220gr.) 3.00\$**

**CH-49 Mélange toutes saisons:** 65-105 jours, mélange de toutes les variétés indiqués plus haut. **Sachets (±220gr.) 3.00\$**

### **CHOU DE BRUXELLES** *Brassica ol. gemmifera*

**Culture:** voir «chou», tolère bien le froid (jusqu'à -15°). Vertus: voir chou et brocoli.

**CH-50 Catskill (1941):** 85 jours. Tige de 50cm environ, couverte de petites pommes de 2,5 à 5cm. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

### **CHOUX CHINOIS** *Brassica rapa pekinensis*

**Culture:** germination; 10 jours à 21°C, semis direct au jardin en mai pour une récolte hâtive ou en août pour une récolte automnale (culture préférable car craint les jours longs et très chauds de l'été, monte en graines), dans un sol riche, meuble et humide, demande un site ensoleillé et frais. Bons voisins: pommes de terre, romarin, aneth et sauge. Vertus: anti-bactérien riche en fibre: serait un puissant antidote au cancer du côlon.

**CH-01 Chi-hi-li:** 75 jours. Pomme longue, cylindrique vert moyen à nervures blanches. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-02 Pak Choi:** 50 jours. Type Napa, pousse rapidement au feuillage vert à côtes blanches. Idéal pour votre Chow Mein. **Sachet (±220gr.) 3.00\$**

**CH-04 Shanghai Chiang:** 45 jours. Bok Choi miniature (20cm) et plus savoureux que les variétés standard. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**CH-05 Tatsoï:** 40-50 jours. Feuilles vertes cireuses en forme de cuillère à pétioles blancs, très riche en vitamines. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

### **CHOUX FLEURS** *Brassica ol. botrytis*

**Culture:** germination; 5 jours à 27°C, semis direct au jardin en juin, demande un sol frais, humide, riche en humus et le plein soleil. Craint la sécheresse et la chaleur, l'utilisation d'un paillis est souhaitée. *Vertus:* voir chou.

**CH-60 White self blanching:** 65-70 jours. Le feuillage recouvre la pomme et vous évite de l'attacher pour la blanchir. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**CH-62 Snowball Y imp.:** 70 jours. Qualité exceptionnelle, variété tardive produisant un chou-fleur plus gros et plus lourd. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

### **CHOUX-RAVE** *Brassica oleracea gongy*

**CH-10 Blanc hâtif de Vienne (1850):** 50 jours. Pomme vert pâle, doit être cueillie dès que les pommes ont atteint 5-6cm. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**CH-11 Pourpre de Vienne (1850):** 60 jours. Pomme rouge à chair blanche. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

### **CITROUILLES** *Cucurbita pepo*

**Culture:** germination; 7 jours à 25°C, semis direct au jardin en juin, dans un sol riche, bien fumé, léger, chaud et bien drainé, demande un site ensoleillé. *Vertus:* riche en  $\beta$ -carotène; les graines sont vermifuges et souvent prescrites pour traiter les troubles prostatiques.

**CI-01 Jack O'Lantern:** 105 jours. Fruit pesant environ 5kg de couleur orange à pelure lisse et ferme. **Sachet (±15gr.) 3.00\$**

**CI-02 Big max:** 120 jours. Fruit pesant 45kg et plus, chair jaune-orangé de 7/10cm d'épaisseur, écorce rouge-orange. **Sachet (±13gr.) 3.00\$**

**CI-03 Atlantic Super Géante (1978):** 125 jours. GIGANTESQUE, comme défi ou compétition, des fruits pouvant atteindre plus de 300kg! **Sachet (±8gr.) 5.00\$**

**CI-04 Petite sucrée (1860):** 100 jours. Excellente variété pour cuire, fruit de qualité pesant 3kg, chair orange brillant. **Sachet (±15gr.) 3.00\$**

**CI-05 Jack Be Little (1987):** 85 jours. Curiosité, une citrouille miniature de forme parfaite de 8-10cm., pouvant servir de décoration, se conservant 8 mois. **Sachet (±15gr.) 3.00\$**

**CI-06 Lumina:** 100 jours, citrouille blanche à chair orangée clair et savoureuse d'environ 5kg se conservant bien. **Sachet (±10gr.) 5.00\$**

**COLLARD** *Brassica oleracea aceph*  
*Vertus:* très riche en  $\beta$ -carotène, vitamine B et C, contient autant de vitamine C que le poivron.

**CO-20 Champion:** 60 jours. Plant érigé et vert foncé. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

### **CONCOMBRES** *Cucumis sativus*

**Culture:** germination; 4 jours à 35°C, supportant mal la transplantation, semis direct au jardin en juin dans un sol très riche en fumier, chaud, léger et bien drainé, demande un site ensoleillé. Bons voisins; radis, laitues, aneth, chou et maïs. *Vertus:* diurétique, dépuratif et calmant, les graines soulageraient l'hypertrophie de la prostate.

**CO-01 English Telegraph (1885):** 60 jours, concombre fin vert foncé de 40-50cm, se cultive en serre ou au jardin. **Sachet (18gr.) 3.00\$**

**CO-02 Citron (1894):** 58 jours. Concombre de forme ovale ressemblant au citron, d'un goût distinct et facile à digérer. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**



**CO-03 Armenian (C.melo flexuosus)** 60 jours. Variété introduite d'Arménie en Italie vers l'an 1400, concombre de couleur vert-pomme de 60-90cm à nervures striées et peu profondes, très croustillant. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**

**CO-04 Long de Chine (1862):** 70 jours, fruit de 50cm de long et pouvant atteindre 1m si suspendu, fin et côtelé, peu de graines, de saveur douce et croquante. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**

**CO-05 Marketmore 76:** 58 jours, fruit vert foncé de 23cm de long à vigne longue ±3m, résistant à plusieurs maladies (mildiou, gale, etc.). **Sachet (±70gr.) 3.00\$**

**CO-06 Spacemaster:** 60 jours. Fruit vert foncé de 18-20cm de long sur une vigne courte de 1m. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**

**CO-07 Achgabat (Libanais):** 70 jours. Variété de type «beit-alpha», fruit de 10-15cm de long, à peau lisse vert tendre non-épineuse, croustillant, sans amertume, très productif. **Sachet (±70gr) 3.00\$**



**CO-08 Merveille blanche (1890):** 60 jours. Fruits de 18cm à chair croquante et de saveur douce, peau blanche-ivoire. Se digère plus facilement que les verts. **Récolte manquée**

**CO-09 Crystal apple:** 65 jours, originaire de Chine et introduit en Australie dans les années 1920, fruit de couleur blanc-crème de la grosseur d'une pomme à saveur très douce et croquante. **Sachet (±35gr.) 3.00\$**



### **CORNICHONS** *Cucumis sativus*

**Culture:** germination; 4 jours à 35°C, supportant mal la transplantation, semer directement au jardin en juin dans un sol réchauffé (18-20°C), très riche en fumier bien décomposé, léger et bien drainé, plein soleil.

**CO-50 Wisconsin SMR-58 (1959):** 55-58 jours. Fruit uniforme vert moyen à épine noire de 10-15cm de long. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**



**CO-51 Homemade pickle:** 55 jours. Variété à vigne courte, fruit de 12cm à épine blanche peau verte tendre. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**

**CO-53 Petit de Paris:** 50 jours, fruit à peau fine et blanche, épine noire, chair blanche sans amertume sur vigne de 90cm. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**CO-54 Melon souris (*Melothria Scabra*):** 60 jours, fruit ovale de 2-5cm ressemblant au melon d'eau sur vigne de 180cm au goût de concombre. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

---

### **COURGES** *Cucurbita pepo*

**Culture:** germination; 7 jours à 25°C, faites tremper les graines 12-24 heures avant de semer, semis direct au jardin en juin dans un sol réchauffé (18°C), riche, chaud, léger et bien drainé, demande un site ensoleillé mais gardé humide. Bons voisins: citrouille et maïs. Vertus (des zucchini): action antivirale (quercétine), les graines sont riches en zinc.

#### D'été

**CO-10 Zucchini noire (1957):** 50 jours, remarquable pour la qualité de son fruit et le rendement. Produit des courgettes longues et fines, de couleur vert foncé. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-11 Zucchini ronde:** 45 jours, variété hâtive et productive à vigne courte au feuillage découpé, fruit de forme globe gris-vert tacheté de points crème. Chair fine, tendre, fondante. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-12 Zucchini jaune (1973):** 49-55 jours, cueillir les courges jeunes (10-15cm) pour un meilleur goût. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-13 Sayda (type Couza):** 45 jours, fruits vert pâle de 8-12cm à chair blanche et douce, très prolifique. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**



**CO-14 Romanesco:** 52 jours, une sélection de courge à FLEURS COMESTIBLES, plant nain qui produit beaucoup de fleurs mâles, fruits gris-vert striés de vert clair, savoureux cuits ou crus. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-15 Crookneck jaune (1828):** 60 jours, fruit jaune à cou courbé de 25cm de long légèrement verruqueux à maturité, meilleur si cueilli jeune (15cm). **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-16 Early Prolific (1900):** 50 jours, fruit jaune crème à cou droit en forme de massue, chair jaune pâle de riche saveur de beurre et de noisette. **Sachet (18gr.) 3.00\$**

**CO-17 Caserta (1949):** 41 jours. Fruit cylindrique vert grisâtre à rayure vert foncé d'apparence distincte sur plant nain. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-18 Zucchini en mélange:** un mélange pour jardinier aventurier ayant un très grand potager. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

#### D'hiver

**CO-30 Spaghetti (1890):** 90 jours, vigne coureuse, 8-10 courges par plant. Notre recette: cuire au four et servir avec huile d'olive, ail et basilic; garnir de tomates. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-31 Golden Hubbard (*C. maxima*):** 95 jours, gros fruits de 4kg à écorce rouge orangée, dure et côtelée. Chair orange foncée et fine se conservant bien. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-32 Buttercup (1925) (*C. maxima*):** 100 jours, fruit vert foncé de 15 à 20cm de diamètre pesant 1,5 à 2,5kg, chair orange vif très sucrée et texture fine. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**



**CO-33 Butternut (1944) (*C. moschata*):** 85-95 jours, fruit de couleur ocre de 25cm pesant environ 1,5 à 3kg, chair jaune-orange au goût de noisette, bonne conservation. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-34 Delicata (1894):** 100 jours, fruit oblong crème rayé vert d'environ 20cm x 8cm au goût sucré. **Sachet (±15gr.) 3.00\$**



**CO-35 Sweet Dumpling:** 100 jours, même couleur que Delicata, mais en forme de gland de 10cm. Chair orange sucrée. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-36 Hubbard (1798) (*C. maxima*):** 110 jours, gros fruits (5 à 7kg) à écorce vert foncé, dure et côtelée. Chair épaisse jaune foncé et très fine, se conservant tout l'hiver. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-37 Hubbard en mélange (*C. maxima*):** un mélange de 6 cultivars, toujours pour jardinier aventurier ayant beaucoup d'espace. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-38 Reine de la table (1913):** 90 jours, type Acorn fruit dur vert foncé à chair orange, sèche, parfumée à saveur de noix. La saveur se bonifie avec la conservation. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**CO-41 Courge d'hiver en mélange:** un mélange de 8 variétés conçu pour l'aventurier ou pour le jardinier disposant d'un très grand potager. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

---

### **DAIKON** *Raphanus sativus*

**Culture:** germination; 5-6 jours à 21°C, semis direct au jardin en juin, dans un sol profond, riche en humus et frais, demande un site ensoleillé.

**DA-10 Nagano:** 60 jours, racine cylindrique de 40cm x 6cm, garde sa peau lisse, texture fine. **Sachet (±120gr.) 3.00\$**

---

### **ENDIVE** *Cichorium intybus*

**Culture:** germination; 7-10 jours à 21°C, semis intérieur en mai ou direct au jardin en début juin, dans un sol riche et frais, demande un site ensoleillé. Pour le forçage, déterrer la racine après avoir enlevé les feuilles et couper à 20cm de longueur, puis on plante les racines dans un sol sablonneux et frais à l'obscurité à 16°C, maintenir humide.

**EN-01 Whitloof doré (1885):** 140 jours. Gros chicons denses et bien formés, culture traditionnelle. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

---

## ÉPINARDS *Spinacia oleracea*

**Culture:** germination; 5-7 jours à 4-6°C, semis direct au jardin en avril ou en mi-août, demande un sol frais, humide, riche en humus, ne pas semer entre le 10 juin et le 31 juillet. Craint la sécheresse et la chaleur, monte facilement en graines en été (jour long). On peut cueillir dès la 6e feuille. Vertus: préviendrait et/ou freinerait le cancer du poumon.

**EP-10 Bloomsdale (1925):** 45 jours. Plant compact, feuillage épais, vert foncé, tendre et crépu. **Sachet (±300gr.) 3.00\$**

**EP-11 Viroflay (1885):** 45 jours, l'ancêtre de nos variétés modernes, plant de 50cm de haut par 20cm de large, vert foncé. **Sachet (±300gr.) 3.00\$**

## ÉPINARD FRAISE *Chenopodium capitatum*

**EP-20 Hurlevent:** 60 jours, à la fois légume et fruit, cette plante originale s'utilise comme l'épinard, après la floraison apparaissent des fruits rouges et juteux, rappelant la fraise, dont on en fait une confiture. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

## ÉPINARD DE MALABAR *Basella rubra*

**EP-30 Deccan:** plante grimpante à croissance rapide, les feuilles sont consommées crues, cuites légèrement ou sautées. Demande le plein soleil, les endroits chauds et humides dans un sol riche et bien drainé. Peut atteindre 2 mètres. Arroser quotidiennement en cas de forte chaleur ou de sécheresse. Semis : faire tremper les graines dans l'eau tiède pendant 24 heures. Semer en godet de tourbe 8 semaines avant transplantation au jardin dans un sol réchauffé. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

## FENOUIL *Foeniculum vulgare azoricum*

**Culture:** semis intérieur en avril (pot de tourbe ou Jiffy-7) ou direct au jardin en juin, dans un sol riche, profond et frais, plein soleil, craint la sécheresse. Ne pas déranger les racines car cela provoque la montée en graines. Lorsque les pommes se forment, butter les plants en 2 ou 3 fois, avec ±20cm de terre. Bons voisins: tomate et chou-rave.

**FE-01 Florence:** 65 jours, la base forme une pomme sucrée, aromatique à saveur d'anis. **Sachet (±95gr.) 3.00\$**

## FEVE DE LIMA *Phaseolus lunatus*

**FE-20 Fordhook (1917):** 65 jours, plant de 40cm de haut, gousse de 7cm contenant environ 3-4 semences blanches. **Sachet (±20gr.) 3.00\$**

## FRAISE DES BOIS *Fragaria vesca*

**Culture:** semis intérieur en février-mars dans un substrat et tenir humide. Mettre au jardin après les dernières gelées dans un sol riche, frais et plutôt acide. Demande le plein soleil ou la demie ombre.

**FR-10 Rügen (1920):** floraison continue, donc produisant de gros fruits bien sucrés tout l'été et ne produit pas de stolons. **Sachet (±100gr.) 4.00\$**

## GOURGANE *Vicia faba major*

**Culture:** semis direct au jardin tôt le printemps (avril mai) dans un sol frais et riche en matière organique, plein soleil. Enfouir à 5cm et laisser 15cm entre chaque graine et 50cm entre les rangs. Vertus: diurétique, énergétique, expectorante,

nutritive et tonique.

**GO-01 Windsor (1863):** 65-70 jours, plant de 60-70cm de haut, gousse de 15-18cm de long contenant 4-6 semences. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

## HARICOTS *Phaseolus vulgaris*

**Culture:** sensible au froid, doit être semé dans un sol bien chaud pour une meilleure germination (entre 18 et 24°C). Semis direct au jardin en juin dans un sol riche en humus, calcaire, non-acide (pH 7.-7.5) et bien drainé, demande un site ensoleillé. Bons voisins: carotte, concombre, laitue, pois. Vertus: dépuratif, anti-infectieux. Tonique pour le foie et le pancréas.

### NAIN JAUNE

**HA-01 Brittle Wax (1900):** 53 jours. Gousse jaune de 15/18cm de long, ronde, légèrement recourbée production prolongée, semence blanche à oeil noir. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**

**HA-02 Golden Wax (1871):** 50 jours. Gousse jaune de 15cm de long, plate, tendre et goûteuse sur un gros plant de 45cm facilitant la cueillette. **Sachet (±75gr.) 3.00\$**

**HA-03 Flagiolo dorato:** 55 jours. Gousse de 13-15cm de long, jaune doré à chair épaisse et charnue, sans fil et droite. **Sachet (±80gr.) 3.00\$**

**HA-09 Minidor:** 52 jours, haricot fin jaune (français) de 12cm de long au goût unique et sans fibre. Semence blanche. **Sachet (50gr.) 4.00\$**

### NAIN VERT

**HA-10 Blue lake 274:** 55 jours. Plant de 40cm résistant à la mosaïque, gousse de 15cm vert foncé, d'excellente saveur. **Sachet (±70gr.) 3.00\$**

**HA-11 Jade:** 57 jours. Gousse de 17cm ronde et vert foncé au goût raffiné. Tolérance aux maladies, semence vert pâle. **Sachet (±75gr.) 3.00\$**

**HA-12 Contender (1949):** 48 jours. Variété hâtive à cosse de 16cm vert foncé sans fil, semence couleur chamois. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**HA-13 Tendergreen (1933):** 53 jours. Plant de 40cm, gousse de 15cm vert foncé, ronde sans fil, bonne tolérance à la chaleur, semence noire mouchetée. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**HA-14 Maxibel:** 50 jours, haricot de type filet français, gousse fine de 17cm droite vert foncé au goût exceptionnel. **Sachet (50gr.) 4.00\$**

**HA-15 Camille:** 54 jours, haricot de type «filet», gousse très fine de 12-14cm droite et vert foncé au goût délicat. **Sachet (50gr.) 4.00\$**

**HA-16 Tricolore (français):** 52 jours, mélange extra fin d'haricot jaune, vert et violet dans le même sachet. **Sachet (±60gr.) 4.50\$**

**HA-17 Tricolore :** 52-55 jours, nous vous offrons un mélange d'haricot jaune, vert et pourpre dans le même sachet. **Sachet (±80gr.) 3.00\$**

### NAIN VIOLET

**HA-18 Velours (français):** 51 jours, gousse ronde extra-fine de 13cm de couleur violet devenant vert à la cuisson. **Sachet (±75gr.) 3.00\$**

**HA-19 Royal Burgundy:** 52 jours. Haricot rond de couleur violet de 15cm devenant vert foncé à la cuisson (2 minutes). **Sachet (±90gr.) 3.00\$**

### GRIMPANT

**HA-20 Kentucky bleu:** 55 jours, haricot vert foncé, rond, 15-17cm, saveur veloutée. **Sachet (±80gr.) 3.00\$**

**HA-21 Wonder wax (1901):** 65-70 jours. Gousse de 15-18cm de long, jaune, ronde et sans fil. Semence brune. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**HA-22 Fortex:** 70 jours, haricot français vert de 15-25cm de long, sans fil même si cueilli à 25cm de long et goûteux. **Sachet (±40gr.) 6.00\$**

**HA-23 Peacock pourpre:** 70 jours, haricot de couleur pourpre, cosse de 15-20cm pourpre passant au vert à la cuisson. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

### À ÉCOSSER

**HA-30 Naine horticole (1800):** 70 jours, cosse de 15-18cm vert pâle devenant tacheté rouge à maturité, plant de 45cm. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**HA-31 Red Kidney:** 100 jours, gros haricot de couleur rouge en forme de rein sur plant buissonnant. **Sachet (±55gr.) 3.00\$**

**HA-32 Cassoulet:** 90 jours, cosse de 13cm contenant 5-6 grains blancs facile à écosser sur un plant de 60cm. **Sachet (±45gr.) 3.00\$**

**HA-40 Flageolet:** 76 jours, cosse contenant 8-10 graines vert tendre facile à écosser et pouvant aussi se manger en haricot. **Sachet (±85gr.) 4.00\$**

### KALES *Brassica oleracea acephala*

**Culture:** germination; 10 jours à 21°C, semis direct au jardin en mai pour une récolte hâtive et en août pour une récolte automnale dans un sol riche, humide et bien drainé, plein soleil et frais. Vertus: c'est un des légumes les plus riches en  $\beta$ -carotène et en vitamine C. **Voir recette page 12**

**KA-01 Blue Scotch nain (1863):** 60 jours. Légume très riche en vitamines, feuilles larges, vert bleuté et frisées. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**KA-02 Red Russian (1863):** 50 jours. Grande feuille vert-gris à tige pourpre rougissant aux premiers gels. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**KA-03 Lacinato:** 65 jours, cultivar souvent nommé «kale dinosaure» aux feuilles cloquées vert bleuté atteignant 1m. **Sachet (200gr.) 3.00\$**

**KA-04 Nain de Sibérie:** 55 jours, plant de 30cm donnant des feuilles large, vert brillant et très frisées. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**KA-05 Premium:** 55 jours, belle grande feuille de 45cm vert tendre non frisée, plant compact idéal pour culture en contenant. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**KA-06 Scarlet:** 60 jours, nouvelle variété issue de la sélection britannique. Produit des plants hauts à feuilles écarlates très frisées, savoureux. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

### LAITUES *Lactuca sativa*

**Culture:** germination; 7 jours à 20°C, semis direct au jardin d'avril à la mi-juin, en août pour une récolte automnale, dans un sol riche, humide et bien drainé, plein soleil et frais. Bons voisins: carotte et fraise. Vertus: antioxydant; étant un des rares légumes verts que l'on consomme majoritairement crus; préviendrait le cancer de l'estomac.

### Feuille

**LA-01 Oakleaf (1880):** 46 jours, croissance rapide, feuillage en forme de feuille de chêne de couleur vert tendre, lente à monter à la graine. **Sachet (±1200gr.) 3.00\$**

**LA-02 Ruby:** 50 jours, feuillage vert brillant frisé à revers rouge intense, bonne résistance à la chaleur. **Sachet (±1300gr.) 3.00\$**

**LA-03 Prizehead (1881):** 47 jours, feuillage frisé bicolore vert et rouge vin en extrémité, tendre, sucré et croustillant. Grande résistance à la montée à la graine. **Sachet (±1200gr.) 3.00\$**

**LA-04 Grand Rapids TBR:** 45-55 jours, reconnue pour son uniformité, feuille large et longue vert pâle, tendre, douce et savoureuse. **Sachet 3.00\$**

**LA-05 Simpson à graine noire (1850):** 43-46 jours. Adaptée pour culture de printemps, feuillage vert tendre et croustillant. **Sachet (±1200gr.) 3.00\$**

**LA-06 Lollo Rossa Darki:** 53 jours, magnifique laitue à feuillage vert brun finement frisé de rouge vif, très bonne saveur. **Sachet (±1200gr.) 3.00\$**

**LA-07 Salad bowl rouge (1955):** 51 jours, feuilles très lobées de couleur bronze, bonne capacité de conservation. **Sachet (±1400gr.) 3.00\$**

**LA-09 Lollo Bionda:** 50 jours, laitue à couper finement frisée et volumineuse, récolter au fur et à mesure tout l'été, peu sensible à la montaison. **Sachet (1300gr.) 3.00\$**

### Romaine

**LA-10 Cimmaron (rouge):** 60 jours. Magnifique par sa coloration, feuillage rouge-vert à veine rouge, le coloris (rouge) s'accroît par temps frais. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**LA-11 Paris Island Cos (1952):** 70 jours. Pomme de 25cm de hauteur de couleur vert moyen, feuillage large et fin. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**LA-12 Little Gem (1880):** 35-50 jours, variété miniature produisant une pomme de 10cm de haut au goût fin pour gourmet! Pour production en pot, balcon et mini jardin. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**LA-13 Freckles:** 30-60 jours, magnifique laitue au feuillage vert moucheté rouge vin rehaussant ainsi la présentation. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**LA-15 Super rouge:** 40 jours, feuille rouge intense contenant beaucoup d'antioxydants! Résiste bien au froid et à la chaleur. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

### Boston

**LA-20 Buttercrunch (1963):** 68 jours. Feuillage vert foncé, tendre et savoureux, bonne résistance à la sécheresse, reste en bonne condition longtemps avant de monter en graine. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**LA-21 Merveille des Quatre Saisons (1880):** 65 jours, pomme arrondie à feuille rouge bronzé en extrémité, goût délicat. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**LA-22 Tom Pouce (1885):** 55 jours, cultivar le plus hâtif et petit, plant compact à feuilles intérieures serrées, croustillantes et dorées, feuillage extérieur vert moyen. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

**LA-23 Grosse Blonde Paresseuse:** 70 jours, cultivar ancien à grosse pomme (30cm) d'un vert blond légèrement aplatie d'un bon goût, résistante aux fortes chaleurs. **Sachet (±700gr.) 3.00\$**

### Mesclun

**LA-30 Misculare:** 24-46 jours. Mélange de différents types de laitues. **Sachet (±1300gr.) 3.00\$**

**LA-31 Provençal:** 32 jours, délicieux mélange de 3 laitues avec de la roquette, mache, 2 chicorées et du cerfeuil. **Sachet (±1200gr.) 3.00\$**

**LA-32 Niçois:** 28 jours, mélange de 3 chicorées avec du cresson frisé, roquette et tige blanche, un délice. **Sachet (±1150gr.) 3.00\$**

**LA-33 Milano:** 30 jours, mélange de 2 laitues, 3 chicorées avec de la roquette et du cresson de jardin, excitant! **Sachet (±1200gr.) 3.00\$**

**LA-34 Nordique:** 30 jours, un assortiment de kale, bette à carde, rapini, collard et de chicorée qui peut être cuit à la vapeur, mijoté, braisé ou sauté. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**LA-35 Micro Allegro:** 10-15 jours assortiment de 8 cultivars différents et de couleur différente à texture tendre car vous devez cueillir à un stade très hâtif (à la formation des 3<sup>èmes</sup> et 4<sup>èmes</sup> feuilles suivant les cotylédons). **Sachet (±2100gr.) 4.00\$**

**LA-36 Micro Largo:** 16-25 jours même type d'assortiment mais à pousse lente et d'un goût différent. Pour des récoltes continues, vous semez toutes les semaines. **Sachet (±1750gr.) 4.00\$**

---

### **MÂCHE** *Valerianella olitoria*

**Culture:** germination; 10 jours, un simple binnage superficiel suffit à la préparation du sol avant le semis, entretenir la terre fraîche pour une bonne levée, semer direct au jardin en août. **Vertus:** riche en vitamine C,  $\beta$ -carotène et omega 3.

**MA-01 Verte: 45 jours.** Variété précoce à feuilles larges, rondes et épaisses d'excellente qualité gustative. Résiste bien au froid. **Sachet 3.00\$**

---

### **MAÏS** *Zea mays*

**Culture:** germination; 7-10 jours dans un sol réchauffé (16°C), semis direct au jardin en juin dans un sol riche et bien drainé. Semer à une profondeur de 3-4cm sur rang espacé de 20cm et laisser 50-75cm entre les rangs, ou en poquet de 5/7 grains distant de 50cm. Bons voisins; concombres, courges d'hiver, pois et citrouilles (les 3 soeurs).

**MA-10 Golden Bantam (1902):** 72 jours, épi bien rempli de 8 rangs de grains larges sur un plant de 165cm. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

### **MELONS D'EAU** *Citrullus lanatus*

**Culture:** germination; 6-10 jours à 30°C, semis intérieur 3-4 semaines dans des pots de tourbe (2-3 graines par pot) avant de mettre au jardin en juin, demande un sol riche en matières organiques et très chaud, utiliser un paillis de plastique noir pour chauffer le sol. Il est préférable de tailler les vignes et garder 3 à 4 fruits par plant. **Vertus:** le melon d'eau contient un composé appelé citrulline qui peut stimuler l'activité de l'enzyme responsable de la dilatation des vaisseaux sanguins dans le pénis et qui se traduit par une érection. Des chercheurs Italien\* ont trouvé qu'en consommant 5 portions de melon d'eau rouge chaque jour améliore la dureté de l'érection chez l'homme affecté de dysfonction érectile légère. Le melon d'eau jaune contient 4 fois plus de citrulline! \*Cormio L., De Siati M., Lorusso F. et Al. *Urology* 2011.

**ME-01 Sugar baby (1900): 70-72 jours.** Fruit rond de 15-20cm pesant environ 3kg, écorce verte avec stries, chair rouge sucrée et juteuse. **Sachet (±20gr.) 3.00\$**

**ME-03 Crimson sweet (1964):** 85 jours, fruit ovale vert foncé à stries vert tendre pesant 9kg, chair rouge sucrée et savoureuse. **Sachet (±20gr.) 3.00\$**

**ME-04 Tendersweet Orange:** 85 jours, gros fruit allongé de couleur vert pâle avec petites veines vert foncé pesant 8kg et plus, chair orangé sucré et goûteuse. **Sachet (±20gr.) 3.00\$**

**ME-06 Cream of Saskatchewan:** 80 jours, variété totalement adaptée pour les climats frais, fruit rond vert rayé de 30cm pesant 2-5kg à chair de couleur crème de saveur sucrée et douce. Fruits délicats à manipuler avec soin. **Sachet (10gr.) 5.00\$**

**ME-07 Petit jaune:** 65-75 jours, fruit rond vert strié de 15cm pesant 1-2kg à chair jaune pâle au goût délicieusement sucré. **Sachet (10gr.) 5.00\$**

---

### **MOUTARDES** *Brassica juncea*

**Culture:** germination; 10 jours à 21°C, semis direct au jardin à la mi-août pour une récolte automnale, dans un sol riche, humide et bien drainé, demande un site ensoleillé et frais.

**MO-01 Verte d'antan:** 40-42 jours. Grandes feuilles crépues à saveur piquante se mangeant comme l'épinard. **Sachet (±600gr.) 3.00\$**

**MO-02 Géante rouge:** 45 jours, feuille rouge bourgogne à veine verte, goût doux jeune mais plus prononcé à pleine maturité. **Sachet (±600gr.) 3.00\$**

**MO-03 Mizuna:** 40 jours, feuilles vertes larges finement découpées à nervures blanches tolérant très bien le froid. **Sachet (±600gr.) 3.00\$**

**MO-04 Mizuna rouge DS:** 40 jours, feuille rouge-pourpre jeune ou à maturité, large et découpée, de saveur douce. **Sachet (500gr.) 3.00\$**

**MO-05 Green Wave:** 50 jours, grandes feuilles crépues de 60cm au goût rappelant le «wasabi». **Sachet (±600gr.) 3.00\$**

**MO-07 Southern Giant curled:** 50 jours, grande feuille de 50cm vert brillant, crépue à bordure très frisée, goût léger. **Sachet (±600gr.) 3.00\$**

## NAVETS - RABIOLE *Brassica rapa*

Vertus: antiscorbutique, diurétique et pectoral.

**NA-01 Blanc à collet violet (1885):** 57-60 jours. Chair blanche à grain fin de saveur délicate. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**NA-02 Boule d'or (1859):** 58 jours, rond à pelure et à chair d'un beau jaune-or au grain fin et savoureux. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

**NA-03 Boule de neige (1893):** 45-55 jours, petit navet rond blanc de 5 à 7cm de diamètre, d'un goût fin. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

## OIGNONS *Allium cepa*

**Culture:** germination; 5 jours à 24°C, semis intérieur en février/mars, mettre au jardin à la fin avril, dans un sol riche en humus, argilo-sablonneux, léger et bien drainé, demande le plein soleil ou demi-ombre. Pour hâter la maturation, coucher les tiges en fin d'été. Vertus: diurétique, antibiotique, anti-inflammatoire, expectorant et antirhumatismal. Forte action antioxydante.

**OI-01 Géant jaune d'Espagne:** 110-115 jours. Gros bulbes (500g et +) à pelure jaune paille et chair blanche croustillante, juteuse et à saveur douce. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**OI-03 Blanc Sweet Spanish:** 65-120 jours. Semblable à OI-01, mais à pelure blanche, sert aussi comme oignon vert (tige blanche). **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**OI-04 Southport Red Globe (1873):** 100-120 jours. Oignon de forme globulaire à pelure rouge à chair blanche piquante et croustillante. Productif et se conserve bien. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**OI-10 Tige blanche du printemps:** 65-80 jours. Semer tôt au printemps en semis successifs jusqu'en juillet, vous assurant ainsi d'une récolte prolongée d'échalotes. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**OI-11 Crimson Forest:** 60-70 jours, produit de belles tiges rouges (échalote), variété produisant un petit bulbe à la base. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**OI-20 Barletta:** 70 jours. Petit oignon de forme globulaire utilisé pour la marinade. Semer serrés sur le rang. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**OI-21 Red Creole (1962):** 70 jours, de forme globulaire au goût épicé utilisé en salade ou en marinade. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

## OKRA *Hibiscus esculentus*

**Culture:** germination; 10 jours à 21°C, semis direct au jardin à la fin-mai, dans un sol léger, bien drainé et profond, plein soleil.

**OK-02 Red Burgundy (1983):** 75 jours, plant de 1m et donne des fruits de 10cm. **Sachet 3.00\$**

## PANAIS *Pastinaca sativa*

**Culture:** demande un sol meuble et profond, germe lentement et doit être semé tôt. Vertus: très bonne source de glutathion (agent anticancéreux).

**PA-01 All American:** 95-110 jours. Racine de 30cm x 7cm, blanche, tendre et sans fibre. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

## PATISSONS *Cucurbita pepo*

**PA-10 Scallopini bianco:** 50 jours. Variété hâtive à vigne courte, fruit vert pâle légèrement aplati, bordé de côtes arrondies, écorce devenant blanc crème. **Sachet 3.00\$**



**PA-11 Scallopini verde:** 52 jours, variété à vigne coureuse, fruit vert tendre à chair blanche-verte. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**PA-12 Scallopini dorato:** 53 jours, variété à vigne coureuse, fruit jaune doré à chair blanche-verte. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

**PA-13 Scallopini mix:** mélange des 3 cultivars précédents... si vous hésitez à choisir la couleur que vous désirez produire. **Sachet (±18gr.) 3.00\$**

## POIVRONS - PIMENTS DOUX *Capsicum annuum*

**Culture:** germination; 15 jours à 30°C semis intérieur 8 semaines avant de repiquer au jardin dans un sol réchauffé, riche en compost et en potasse, meuble et profond, plein soleil. Pour une meilleure récolte, cultiver en planche regroupée. Vertus: très riche en vitamine C (antioxydant), aide à prévenir l'oxydation du cholestérol LDL.

**PI-01 Calcom A (1952):** 75 jours. Poivron carré à 4 divisions à paroi épaisse, résistant à la maladie et très productif. **Sachet (±140gr.) 3.00\$**

**PI-02 Red giant:** 80 jours. Poivron de 10 x 13cm, vert foncé devenant rouge à maturité, sur plant de 60cm, très prolifique. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**PI-03 Golden Cal Wonder (1928):** 65-70 jours. Gros poivron carré à 4 divisions vert tendre devenant jaune à maturité. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**PI-04 Cubanelle (1958):** 65 jours. Fruit allongé 15cm, 5cm au collet, de couleur vert-jaune devenant rouge-orange à maturité, production continue. **Sachet (±140gr.) 3.00\$**

**PI-05 Bell mix:** 65-80 jours, mélange de poivrons carrés incluant; blanc, chocolat, jaune, orange, pourpre et rouge. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**PI-06 Beauté Pourpre:** 70-75 jours, fruit carré de 8cm de longueur et de largeur, couleur passant de vert à pourpre à rouge sur plant compact de 50cm. **Sachet (±30gr.) 3.00\$**

**PI-07 Mini Bell mix:** 60 jours, cultivar produisant des fruits de 3cm carré, passant du vert au rouge, jaune et chocolat. **Sachet (60gr.) 3.00\$**

**PI-08 Horizon:** 73 jours, cultivar produisant un gros fruit carré (12cm) à chair épaisse, de couleur vert foncé passant au orange à maturité, sur un plant de 70cm. **Récolte manquée**

## PIMENTS FORTS *Capsicum annuum*

**Culture:** même que le poivron. Vertus: analgésique, antibiotique, antithrombotique, décongestionnant, stimule la circulation du sang vers les mains, les pieds et les organes centraux.

**PI-10 Cayenne long (1828):** 70 jours. Saveur piquante, fruit long de 13cm vert foncé devenant rouge à maturité. **Sachet (±140gr.) 3.00\$**

**PI-11 Jalapeño:** 65 jours. Parfait piment pour vos «Salsas», fruit de forme cornet ovale de 7cm. **Sachet (±140gr.) 3.00\$**

**PI-12 Habanero** (*C. chinense*): 100 jours. Le plus fort des piments, fruit vert tendre devenant rouge à maturité, 5cm x 2cm. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**PI-13 Hungarian hot wax:** 58-80 jours. Fruit allongé jaune moyen de 13cm x 3cm, idéal pour les climats frais. **Sachet (±140gr.) 3.00\$**

**PI-17 Poblano:** 75-100 jours, fruit en forme de cœur de 7 à 10cm vert foncé, rouge foncé à maturité sur un plant de 60cm. **Sachet 3.00\$**

**PI-18 Serrano Tampiqueno:** 80 jours, fruit allongé de 3,5cm vert devenant rouge à maturité, très fort, excellent en conserve au vinaigre. **Sachet (±120gr.) 3.00\$**

**PI-19 Mélange mexicain:** 65-80 jours, un mélange de Anaheim Chili, Ancho Grande, Big Jim, Cayenne, Jalapeño, Nu Mex, Poblano, Santa Fe, Serrano et Tabasco. **Sachet (±120gr.) 3.00\$**

### **POIREAUX** *Allium porrum*



**Culture:** germination; 10 jours à 25°C, semis intérieur en mars (Musselburgh) ou direct au jardin d'avril à juin (King Richard) dans des sillons de 13cm de profondeur, remplir au fur et à mesure que les plants poussent, demande un sol riche en humus, profond et frais, plein soleil. A la transplantation, couper l'extrémité des feuilles et des racines, laisser 10cm entre chaque plant. Vertus: antiseptique, digestif, diurétique, laxatif et expectorant.

**PO-80 Musselburgh (1834):** 110 jours, cultivar à long fût de bonne grosseur, qui se conserve longtemps. **Sachet (±350gr.) 3.00\$**

**PO-81 King Richard:** 75 jours, cultivar hatif à fût long (35cm) et mince pouvant servir à la production de mini-poireau. **Sachet (±175gr.) 3.00\$**

### **POIS** *Pisum sativum*

**Culture:** poussant mieux en température fraîche, semis direct au jardin en mai dans un sol riche en humus, frais, calcaire et meuble, demande un site ensoleillé à demi-ombre. Bons voisins: carotte, radis, concombre, fèves, pomme de terre. Mauvais voisins: ail et oignons. Vertus: énergétique, favorise l'évacuation intestinale.

**PO-10 Mange-tout nain (1773):** 65 jours. Vigne courte de 70cm, gousse plate de 7cm., sucrée et tendre. **Sachet (±110gr.) 3.00\$**

**PO-11 Mange-tout Oregon Giant:** 69 jrs. Vigne de 120cm, gousse plate de 13cm de long et très large. Peut être tuteuré. **Sachet (±75gr.) 3.00\$**

**PO-12 Petite merveille(1908):** 62 jours. Toujours très en demande à cause de sa qualité et de sa forte production, vigne courte, gousse de 6 à 7 pois tendres très sucrés. **Sachet (±80gr.) 3.00\$**

**PO-13 Tomifobia:** 60-68 jours. Vigne courte (80cm.), gousse de 7-8 pois, excellent pour la congélation. **Sachet (±90gr.) 3.00\$**

**PO-14 Flèche verte:** 62-65 jours. Vigne de 60-75cm, gousse de 8-12cm contenant 9-11 pois sucrés. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**PO-17 Téléphone géant:** 75 jours, vigne de 150cm donc doit être tuteurée, cosse de 10 pois de qualité supérieure et très productif. **Sachet (±80gr.) 3.00\$**

**PO-15 Sugar Ann:** 65 jours. Type mange-tout rond, vigne de 60-75cm, gousse de 5-7cm, contenant 7 pois. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**PO-16 Sugar snap:** 70 jours. Type mange-tout rond, vigne de 2m, gousse de 7-9cm contenant 5-7 pois. **Sachet (±95gr.) 3.00\$**

### **POTIMARRON** *Cucurbita maxima*

**Culture:** germination; 7 jours à 25 °C, semis intérieur en mai ou direct au jardin en juin, dans un sol riche en compost, léger, chaud et bien drainé, demande un site ensoleillé. Vertus: très riche en vitamine A et B et en oligo-éléments, un formidable aliment anti-carences.



**PO-20 Châtaigne:** 110 jours, une amélioration de Red Kuri, courge à écorce orange rouge à chair jaune foncé au goût de châtaigne, acquiert davantage de goût en vieillissant. **Sachet (10gr.) 4.00\$**

### **POTIRON** *Cucurbita maxima*

**Culture:** germination; 7 jours à 25°C, semis intérieur en mai ou direct au jardin en juin, dans un sol riche, bien fumé, léger, chaud et bien drainé, demande un site ensoleillé. L'utilisation d'un paillis de plastique noir est souhaité. Bons voisins: courge et maïs.



**PO-30 Rouge vif d'Etampes (1820):** 115 jours. Citrouille aplatie à côtes larges devenant rouge-orange à maturité. Excellente pour potage. **Sachet (10gr) 4.00\$**

### **POURPIER** *Portulaca oleracea sativa*

Vertus: riche en fer et vitamines A et C, calcium, acides, magnésium, mucilage et omega 3.

**PO-50 Pourpier vert:** 60 jours, plant de 15cm de haut pouvant être cueillis tout l'été. **Sachet (±750gr.) 3.00\$**

### **RADICCHIO** *Chicorium intybus*

**Culture:** germination; 7-10 jours à 21°C, semis direct au jardin entre avril et juin, dans un sol riche, drainé, demande un site ensoleillé mais frais. Note: seulement 60% produiront des pommes fermes, 20% des pommes plus ouvertes et la balance uniquement des feuilles. Vertus: recommandé aux diabétiques.



**RA-01 Rouge de Vérone:** 85 jours. Petite pomme ronde d'un rouge très attrayant, pour salade. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

**RA-02 Treviso:** 65 jours, type Vérone allongé, feuillage rouge veiné de blanc, très tendre et résistant bien au froid. **Sachet (±500gr) 3.00\$**



**RADIS** *Raphanus sativus*

**Culture:** le radis est un légume de climat froid à croissance rapide, ne pas semer entre le 15 juin et le 15 août, semis direct au jardin entre fin avril et mai et en août dans un sol profond, riche en humus et frais, plein soleil. **Vertus:** antiscorbutique; stimulant pour le foie; anti-allergique. Favorise la production de bile. Les radis noirs sont riches en minéraux: calcium, phosphore, potassium.

**RA-11 Rond Espagnol noir (1824):** 55 jours, racine globulaire de 10-13cm de diamètre, peau noire à chair blanche. **Sachet (±400gr.) 3.00\$ (voir recette à la page 8)**

**RA-12 Rose de Chine (1850):** 52 jours. Racine cylindrique de 10 à 15cm de longueur, de couleur rose. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-13 Melon d'eau:** 60 jours, racine de 9cm de diamètre à chair rouge, racine blanche à collet vert. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**RA-20 Cherry Belle (1949):** 23 jours. Radis rouge cerise et rond, feuillage court, chair solide et croustillante. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-21 Déjeuner français (1879):** 25 jours. Racine cylindrique, rose écarlate à bout blanc, d'une saveur distincte. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**



**RA-22 Rond rouge à bout blanc:** 25 jours, reconnu pour sa chair de qualité, ferme et savoureuse. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-23 Balle de neige:** 30 jours, radis rond à peau et chair blanche de belle apparence au goût vif. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-24 Mélange gourmet:** 28-35 jours. Mélange de radis de couleur: blanc, rouge, rose et pourpre. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-25 Purple Plum (1680):** 30 jours, radis à peau pourpre et à chair blanche croquante et douce. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-26 German Giant:** 30 jours, racine ronde de 3 à 5 cm de diamètre. De couleur rouge cramoisie, la chair est blanche, ferme, tendre, croquante et douce. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-27 Beauté Rose:** 26 jours, belle racine ronde d'un beau rose brillant à chair blanche et croustillante. **Sachet (±450gr.) 3.00\$**

**RA-28 Helios (jaune) (1548):** 30-35 jours, surprenante racine jaune rappelant l'olive par sa forme, à chair blanche au goût vif. **Sachet (450gr.) 3.00\$**

**RAPA** *Brassica rapa ruvo*

**RA-30 Rapini:** 60 jours, curiosité combinant brocoli et moutarde, port rappelant la moutarde sans pomme centrale mais à pousses latérales. Se consomme comme l'épinard. **Sachet 3.00\$**

**RHUBARBE** *Rheum rhabonticum*

**Culture:** semer en sillon à 2-3cm de profondeur au printemps, en été éclaircir à 15cm et à l'automne choisir les beaux plants et mettre en place en laissant 130cm entre les plants.

**RH-10 Victoria:** sachet (±25gr.) 3.00\$

**ROQUETTES** *Eruca sativa*

**Culture:** semis direct au jardin dans un sol riche et bien drainé. Peut être semée en fin août pour une récolte printanière. Goût poivré et piquant.

**RO-01 Arugula:** 40 jours. Se consomme jeune en salade ou comme aromate. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

**RO-02 Sauvage (*Diplotaxis tenuifolia*):** 40 jours, goût plus piquant que l'arugula et à feuille étroite, plus résistante au froid. Cette plante attire de nombreux insectes bénéfiques. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

**RUTABAGA** *Brassica napus*

**Culture:** germination; 10 jours à 18°C, plante de culture peu exigeante, semis direct au jardin en avril/mai dans tous types de sol, plein soleil ou ombre partielle. Les jeunes feuilles se consomment comme les épinards. **Vertus:** diurétique et laxatif.



**RU-01 Laurentien (1860):** 85-90 jours. Belle racine uniforme de première qualité et d'un goût excellent. **Sachet (±600gr.) 3.00\$**

**SOJA VERT - EDAMAME** *Glycine hispida*

**Culture:** germination 7-10 jours à 25°C, semis direct au jardin entre le 1er et le 15 juin dans un sol bien réchauffé, léger, profond et frais, riche en potasse et en phosphore. Semer à 15cm sur le rang à ±3cm de profondeur.

Récolter les cosses vertes ou lorsqu'elles pâlissent un peu, écosser et mettre dans l'eau salé et bouillir quelques minutes ou cuire comme les arachides (en cosse au four). **Vertus:** protéines, lécithine, vitamines et sels minéraux.

**SO-02 Tohya:** 78 jours, variété la plus hâtive pour saison courte, plant de 60cm à cosses et grains verts, les cosses ont en moyenne 3 grains et sont regroupés en tête du plant. **Sachet (±40gr.) 6.00\$**

**TABACS** *Nicotiana tabacum*

**Culture:** germination; 10 jours à 21°C, semis intérieur en mi-avril, la semence étant très fine, la recouvrir d'un peu de terreau ou de vermiculite, dès que les plants ont quelques feuilles repiquer à 5 ou 7cm de distance, au jardin laisser 90cm entre les plants.

**TA-03 Hopi (*N. rustica*):** le cultivar le plus nordique des tabac, feuille ronde et épaisse et à haute teneur en nicotine. Fleur jaune vert. **Sachet (±200gr.) 3.\$**

**TA-05 Virginia:** cultivar mûrissant rapidement même si l'été est frais, atteint 2m incluant la fleur de couleur lavande. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**TÉTRAGONE** *Tetragonia*

**Culture:** faire tremper la semence durant 24 heures avant le semis, germe en 10-25 jours, semis direct au jardin en mai lorsque le sol est réchauffé dans un sol riche et bien drainé, demande un site ensoleillé et frais. **Vertus:** puissant antioxydant, excellent pour prévenir les accidents cérébraux-vasculaires; préviendrait et freinerait le cancer du poumon; à consommer cru de préférence.

**TE-01 New Zealand:** 50 jours, se consomment comme l'épinard. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**



## TOMATES *Lycopersicon esculentum*

**Culture:** germination ; 7-14 jours à 21-24°C, semis intérieur en avril, mettre au jardin en juin dans un sol meuble, léger et riche en humus, demande un site ensoleillé. Bons voisins persil, choux, poireau, radis et asperge. Mauvais voisins concombre, chou-rave et haricots. Vertus: excellente source de lycopène développé par la cuisson; certains considèrent le lycopène plus puissant que le  $\beta$ -carotène, préviendrait le cancer du pancréas et les maladies de la prostate.

**TO-01 Beefsteak naine:** 62 jours. PLANT DÉTERMINÉ, à fruits rouges d'environ 250g, jusqu'à 10kg par plant. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-02 Manitoba VF (1956):** 60 jours. PLANT DÉTERMINÉ, hâtive donnant des fruits rouge vif d'environ 180g. Développée à Morden au Manitoba. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**TO-03 Roma VF:** 74 jours. Variété italienne plant DÉTERMINÉ, compact et vigoureux donnant des fruits rouges de 50-75g, idéale pour la transformation. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**



**TO-04 Tiny Tim (1945):** 53 jours. PLANT DÉTERMINÉ pour la culture en pot ou le jardin. Fruit rouge brillant de 4cm. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-05 Jubilé:** 72-75 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, fruit jaune orangé d'environ 175g, peu acide et de saveur douce. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**



**TO-06 Poire jaune (1805):** 65 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, petit fruit jaune de 30g, de saveur douce, peu acide, en forme de poire. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**

**TO-07 Beefsteak Rainbow:** 70 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, fruit multicolore rose, rouge et jaune pesant 400g au goût fin et délicat. **Sachet (±120gr.) 3.00\$**

**TO-08 Noire de Crimée:** 70-80 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, variété à fruit très sombre et bien rond, chair de couleur rouge-brun foncé, peu acide, pesant entre 250-400g. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**



**TO-09 Oregon Spring (1984):** 55-70 jours. PLANT DÉTERMINÉ, variété bien adaptée aux climats frais, fruits de bonne taille (150-220g), juteux, de couleur rouge vif. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-11 Coeur de boeuf (1925):** 95 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, curiosité, gros fruit rose (350g) en forme de coeur à chair épaisse, ferme et peu acide. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**

**TO-12 Ponderosa Rose (1891):** 75 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, grosse tomate de 280/350g de saveur douce, contenant peu de graines, de forme légèrement aplatie. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**

**TO-13 Scotia:** 60-65 jours. PLANT DÉTERMINÉ et compact de production abondante, fruit de 150-200g de saveur douce. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-14 St-Pierre:** 70 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, gros fruit rouge vif, ne fend pas, variété originaire de France. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-15 Super Marmande VF (1926):** 75 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, fruit rouge vif de 200-250g, chair dense et délicieuse. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**

**TO-16 San Marzano (1926):** 80 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, fruit allongé de 8,5 X 2,5cm à chair solide et douce. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**



**TO-17 Gardener's delight:** 65 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, fruit sucré, ferme et juteux de 5cm de diamètre. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-18 Green Zebra (1985):** 75 jours. PLANT INDÉTERMINÉ magnifique variété aux fruits verts zébrés de jaune-vert clair, chair vert émeraude. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**TO-20 Stupice:** 55-60 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, variété remarquable à fruit rouge en grappe de 90-120g, goûteux, très productif et réussit très bien sous serre. **Sachet (±45gr.) 3.50\$**



**TO-22 Striped German:** 78 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, variété bicolore; peau jaune et rouge et intérieur jaune avec coeur rouge d'excellente saveur pouvant atteindre 500g. **Sachet (±40gr.) 4.00\$**



**TO-23 Pépite d'or (1950):** 56 jours, PLANT DÉTERMINÉ tomate cerise (2,5cm) de couleur or à saveur douce sur plant de 1m, peut aussi se faire en contenant. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**TO-25 Le Voyageur 76:** 72 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, produisant des fruits roses de 160g fermes ne fendillant pas. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-27 Groseille jaune (1885) (*L. Pimpinellifolium*):** 65 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, fruit de la grosseur d'un bleuet, saveur acidulée sur un plant de 180cm, très résistant au mildiou et à l'oïdium. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**TO-28 Groseille rouge (1885) (*L. Pimpinellifolium*):** comme TO-27 mais à fruit rouge. **Sachet 3.00\$**

**TO-29 Bonny Best (1900):** 75 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, fruit rouge vif à chair ferme et gouteuse pesant 150 à 250g sur un plant vigoureux, très productive particulièrement en région froide. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**



**TO-30 Mélange Arc-en-ciel :** 72-75 jours. PLANT INDÉTERMINÉ, nous vous avons préparé un mélange pour avoir des fruits jaunes, noirs, pourpres, roses, rouges et verts. **Sachet (±30gr.) 4.00\$**



**TO-31 Cherokee pourpre:** 75-85 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, fruit juteux et goûteux dont l'intérieur du fruit est nuancé de brun, violet et rose, pesant 250-400g. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

**TO-32 Hellfrucht (1909):** 75 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, fruit rouge de 125g en grappe de 5 à 8 fruits, bonne productivité en condition climatique difficile, adapté pour la culture en serre. **Sachet (±120gr.) 3.00\$**



**TO-33 Sub-artic plenty (1940):** 50 jours, PLANT DÉTERMINÉ, fruit rouge de 4cm pesant 35-85g, chair juteuse et un peu acide. Particularité; fructifie même si les nuits sont fraîches. **Sachet**

**(±65gr.) 3.00\$**

**TO-34 Cerise mélange 6 couleurs:** 65 jours, plant INDÉTERMINÉ, fruit de 3cm de diamètre sucré, ferme et juteux. **Sachet (±65gr.) 4.00\$**

**TO-35 German Johnson:** 75-85 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, fruit rose rougeâtre rond sensiblement aplati de 350 à 500g. Chair charnue d'excellente saveur. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**TO-36 Old German:** 80 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, cultivar venant du 19e siècle de la communauté Mennonite de Virginie, gros fruit (400g) bicolore rouge et jaune, côtelé et goûteux. **Sachet (65gr.) 3.00\$**



**TO-37 Rutgers VF (1943):** 75 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, fruit rouge de 180g très bonne résistance, variété idéale pour les conserves. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**TO-38 Thessaloniki:** 68 jours, PLANT INDÉTERMINÉ, fruit rouge de 150g ferme et juteux, résistance à l'éclatement, idéale en salade. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

---

#### **TOMATILLO** *Physalis ixocarpa*

**Culture:** germination; 14 jours à 18-24°C, semis intérieur en avril, mettre au jardin en juin dans un sol meuble, léger et riche en humus, plein soleil.

**TO-50 Verde (1840):** 62 jours. Se cultive comme la tomate, fruit de 5cm recouvert d'une enveloppe, à cueillir avant pleine maturité pour profiter du goût acidulé. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**TO-51 Mauve:** même caractéristique que TO-50 mais à fruit mauve. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

---



**ME-06 Melon d'eau Cream of Saskatchewan**



# FLEURS

a: annuelle, b: bisannuelle, v: vivace

**ALYSSE** *Alyssum maritimum*

**A-20a Tapis de neige:** hauteur 10cm, floraison blanche recouvrant le feuillage comme un tapis. **Sachet 3.00\$**

**AMARANTE** *Amaranthus caudatus*

**A-30a Queue de renard:** hauteur 90cm, feuillage vert velouté, fleur retombante rouge feu. **Sachet 3.00\$**

**ANCOLIE** *Aquilegia hybrida*

**A-40v Géante McKana mix:** hauteur 80cm, grande fleur de 10cm. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**CALENDULA** *Calendula officinalis*

**C-20a Fancy mix:** hauteur 35-45cm, grande fleur semi-double orange ou jaune sur une longue tige bien droite. **Sachet (±150gr.) 3.00\$**

**CAPUCINES** *Tropaeolum majus*

**C-40a Naine simple mix:** hauteur 30cm, fleur simple de couleur jaune, rouge, orange, rose, chamois et quelques bicolores. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**C-41a Géante grimpante mix:** hauteur 90-180cm, fleur simple de différents coloris (voir C-40), demande un treillis. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**C-42a Mélange Alaska:** hauteur 30cm, mélange au feuillage panaché de blanc de coloris jaune, écarlate, orange, saumon et rose cerise. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**C-44a Peach Melba:** hauteur 25cm, fleur jaune pastel mouchetée de points rouge. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**C-45a Impératrice des Indes:** hauteur 30cm, fleur simple rouge écarlate sur un feuillage vert bleuté. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**C-46a Glorious Gleam:** hauteur 100cm, fleur double à semi-double de couleur variée, idéale pour corbeille et balconnière. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

**CENTAURÉE** *Centaurea cyanus*

**C-60a Polka dot mix:** hauteur 40cm, fleur de 5cm, coloris de blanc, bleu, lavande, rose et rouge. Excellente fleur coupée. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

**CLÉOME** *Cleome hasslerana*

**Culture:** germination à 20-29°C pendant 7 jours, réfrigérer la semence au frigo 5 jours avant le semis intérieur en avril ou direct au jardin en mai dans une bonne terre à jardin, plein soleil. Attire les oiseaux mouches.

**C-265a Rose Queen:** hauteur 90cm, fleur rose à étamine de 10cm au feuillage palmé. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**CHRYSANTHEME** *Chrysanthemum leucanthemum*

**C-75v Alaska:** hauteur; 120cm, grande fleur simple de 15-18cm, fleurit en juin-juillet. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

**COLEUS** *Coleus*

**C-280a Mélange Arc-en-ciel:** hauteur 50cm, un des beaux Coleus à feuilles larges et veloutées. **Sachet (±100gr.) 4.00\$**

**COREOPSIS** *Coreopsis lanceolata*

**C-100v Sunburst:** hauteur 70-85cm, fleur jaune vif double et semi-double. **Sachet (±125gr.) 3.00\$**

**COSMOS** *Cosmos bipinnatus*

**C-110a Sensation mix:** hauteur 120cm, variété spectaculaire par la taille de la fleur (10cm) et ses coloris. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**C-111a Bright Lights:** hauteur 60cm, fleur simple et semi-double sur plant compact, coloris brillant. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**C-112a Sea Shells mix:** hauteur 90cm, les pétales de forme tubulaire de couleur rose, lavande, crème et rouge. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**C-114a Sensation nain:** hauteur 70cm, grande fleur rouge, cramoisi et rose avec zone plus foncée à blanc pur. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**DIGITALE** *Digitalis purpurea*

**D-10b Excelsior mix:** hauteur 150cm, mélange de blanc, crème, pourpre et rose. **Sachet (±1500gr.) 3.00\$**

**ESCHSCHOLZIA** *Eschscholzia californica*

**E-1a Mélange superbe:** hauteur 35-40cm, fleur simple de teintes jaune, rouge et orangée, feuillage gris-vert. **Sachet (±1200gr.) 3.00\$**

**FEVE GRIMPANTE (haricot d'Espagne)**

*Phaseolus coccineus*

**F-1a Scarlet runner (1750):** hauteur 180-240cm, fleurs rouge-écarlate en grappes, les gousses sont comestibles jeunes, la fève séchée l'est également. **Sachet 3.00\$**

**GAILLARDE** *Gaillardia aristata*

**G-3v Simple mix:** hauteur 45-60cm, mélange de fleurs rouge bordé jaune à coeur brun. **Sachet (±110gr.) 3.00\$**

**GIROFLÉE** *Mathiola incana*

**G-15a Ten weeks mix:** hauteur 30cm, variété compacte produisant des fleurs doubles en 10 semaines. **Sachet (±310gr.) 3.00\$**

**GLOIRE DU MATIN** *Ipomoea*

**G-25a Grand-père Ott:** hauteur 350cm, fleur de 7cm de diamètre d'un beau bleu foncé à gorge rouge en croix. Cultivar originaire de Bavière. **Sachet (±45gr.) 3.00\$**

**G-26a Heavenly blue:** hauteur 300cm, grande fleur (10-13cm) bleu ciel à gorge crème. **Sachet (±45gr.) 3.00\$**

**G-28a Scarlet O'Hara:** hauteur 200cm, fleur rouge cerise à gorge blanc crème. **Sachet (±45gr.) 3.00\$**

## GYPSOPHILES *Gypsophila elegans*

**G-40a Covent garden:** hauteur 40-55cm, une multitude de fleurs blanches, essentiel en fleuristerie. **Sachet (±800gr.) 3.00\$**

**G-45v Bouquet blanc:** hauteur 80cm, rameaux de fleurs blanches. **Épuisé**

## IMMORTELLE *Helichrysum bracteatum*

**I-10a Géante double:** hauteur 75-90cm, grosse fleur double, mélange de orange, cuivre, rose, écarlate, blanc, etc.. **Sachet (±400gr.) 3.00\$**

## IMPRESSIONNISTE

S'inspirant du courant impressionniste, ce mélange annuel offre une floraison progressive et continue. Mettant en valeur un coloris varié et évolutif, il invite à l'improvisation et recrée l'atmosphère de champs fleuris. Chaque sachet couvre 3-4 m<sup>2</sup>.

**IMA-10a sachet (±12000gr.) 6.95\$,**

## LAVATERE *Lavatera trimestris*

**L-3a Rose:** hauteur 50-60cm, feuillage vert foncé, légèrement duveté, fleur simple de 7cm de diamètre. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

## LINS *Linum grandiflorum spc*

**L-20a Écarlate:** hauteur 25-35cm, fleur de 3cm rouge vif, excellente en massif. **Sachet (±560gr.) 3.00\$**

**L-25v Perenne blue:** hauteur 60cm, innombrables fleurs bleu clair sur feuillage vert-bleu. **Sachet (±350gr.) 3.00\$**

## LOBÉLIES *Lobelia erinus*

**L-30a Saphir:** hauteur 20-45cm, type retombant à fleurs violettes avec oeil blanc. **Sachet (±250gr.) 3.00\$**

**L-31a Color Cascade mix:** hauteur 20-30cm, mélange de bleu, bleu pâle, blanc, mauve et rouge, pour panier suspendu. **Sachet (250gr.) 3.00\$**

## LUPIN *Lupinus polyphyllus*

**L-40v Russel mix:** hauteur 90cm, grandes fleurs en épis de teintes variées. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

## MONARDE *Monarda didyma*

**M-5v Mélange Pacifica:** hauteur 75cm, fleurs semi-doubles de 5cm dans les tons de rose, saumon, rouge et écarlate. **Sachet de 25gr. 3.00\$**

## MONNAIE DU PAPE *Lunaria biennis*

**M-10b Biennis mix:** hauteur 60cm, panicules de fleurs lilas, branches de fruits plats argentés. **Sachet (±20gr.) 3.00\$**

## MUFLIER *Antirrhinum majus*

**M-20a Magic Carpet:** hauteur 20cm, magnifique mélange de fleurs blanches, roses et rouges. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

## OEILLETS D'INDE *Tagete patula*

**O-2a Petite mixed:** hauteur 15cm, mélange de fleurs doubles de couleur jaune, tangerine, rouge et jaune. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**O-3a Sparky mix:** hauteur 30cm, mélange de fleurs doubles de couleur orange/rouge, rouille/rouge, doré/jaune et bicolore. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**O-5a Tangerine Gem (*t.tenuifolia*):** hauteur 25cm, fleur simple de couleur orange brillant sur feuillage dégageant un joli parfum de citron (fleur et feuille comestible). **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**O-6a Golden Gem (*t.tenuifolia*):** hauteur 40cm, fleur simple jaune citron sur feuillage dégageant un joli parfum de citron. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**O-7a Red Gem (*t.tenuifolia*):** même descriptif que O-6 mais à fleur rouge. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

## OEILLET DE FLEURISTE *Dianthus caryophyllus*

**O-30a Chabaud mix:** hauteur 45cm, belle grande tige rigide, grosses fleurs doubles frangées et très parfumées. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

## OEILLET DE POETE *Dianthus barbatus*

**O-40v Mélange à fleurs simples:** hauteur de 30-45cm à fleurs de couleur blanche, rose, rouge et bicolore. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

## PAVOTS *Papaver spc.*

**P-12a American legion:** hauteur 45cm, fleur simple rouge coquelicot. **Sachet (±7000gr.) 3.00\$**

**P-15a Shirley dbl. mix:** hauteur 40cm, de couleur pastel, fleur double. **Sachet (±7000gr.) 3.00\$**

**P-18v Islande mix:** hauteur 45cm, beau mélange de grandes fleurs. **Sachet (±300gr.) 3.00\$**

**P-19v Oriental mix:** hauteur 90cm, merveilleuse fleur de 15-20cm, comme de la soie aux coloris de rouge, orange et rose. **Sachet (±300gr.) 3.00\$**

## PENSÉE *Viola x wittrockiana*

**Culture:** germination; 10 jours à 18-21°C, semis intérieur en février pour une floraison la même année ou direct au jardin en été pour floraison l'année suivante, demandera une protection en hiver (zone 4).

**P-20b Swiss giant mix:** hauteur 15cm, mélange d'une beauté exceptionnelle par ces nombreux coloris et textures. **Sachet (±110gr.) 3.00\$**

## PIED D'ALOUETTE *Delphinium spc.*

**P-41a Géant Imperial mix:** hauteur 80-100cm fleur en grappe lâche, double, coloris variés (blanc, rose, rouge, violet). **Sachet (±185gr.) 3.00\$**

**P-45v Pacific giant mix:** hauteur 150cm, majestueux mélange de fleurs double de 7cm de différentes teintes. **Sachet (±25gr.) 4.00\$**

## POIS DE SENTEUR *Lathyrus spc.*

**P-50a Royal mix:** hauteur 180cm, variété idéale pour treillis ou clôture et potées fleuries, résistant à la chaleur. **Sachet (±40gr.) 3.00\$**

**P-51a Bijou mix:** hauteur 50cm, plant nain dans un grand choix de coloris, parfumé, intéressant pour la fleur coupée. **Sachet (40gr.) 3.00\$**

**P-59v Sunset mix:** hauteur 150-180cm, mélange de coloris différents. **Sachet (±25gr.) 3.00\$**

## **POURPIER** *Portulaca grandiflora*

**P-60a Double mélange:** hauteur 10cm, mélange de toute beauté de teintes satinées, riches et voyantes. **Sachet (±500gr.) 3.00\$**

---

## **PYRETHRE** *Pyrethrum roseum*

**P-565v Robinsons Giant mix:** hauteur 75cm, fleurs de type marguerite simple de couleur rouge ou rose sur de longues tiges, fleurit en juin-juillet. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

---

## **QUATRE-HEURES** *Mirabilis jalapa*

**Q-10a Merveille du Pérou :** hauteur 60cm, mélange de fleur blanche, blanc rosée, jaune, rose et rouge. **Sachet (±40gr.) 3.00\$**

---

## **REINE-MARGUERITE** *Callistephus chinensis*

**R-5a Crego mix:** hauteur 60cm, fleurs doubles (10cm), pétales découpés, mélange de bleu azur et marine, écarlate, rose foncé, rose, violet et blanc. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

**R-7a Rainbow mix:** hauteur 60cm, fleurs simples à oeil jaune, le plant peut être cueilli en entier pour en faire un bouquet. **Sachet (±200gr.) 3.00\$**

---

## **RICIN** *Ricinus communis*

**Culture:** germination; 15 jours à 20°C, semis intérieur en mars/avril, ou direct au jardin en avril/mai, tremper la semence dans l'eau pendant 24 heures avant de semer. Demande le plein soleil, un sol riche en matière organique et fertile. Emploi; massif et plante décorative au feuillage tropical.

**R-53a Mélange moyen:** hauteur 1,5-2m, variété à hauteur moyenne aux feuillages rouge, vert ou violacé. **Sachet (±10gr.) 3.00\$**

---

## **ROSE TRÉMIERE** *Althea rosea*

**Culture:** germination; 14-20 jours à 18°C, semis intérieur en février ou direct au jardin en juin. Bisannuelle zonée 4, fleurit de juillet à septembre. Plante de plein soleil, demandant un sol riche où l'air pourra circuler pour éviter le mildiou. Emploi; près d'un mur ou d'une clôture, arrière massif.

**R-81b Summer Carnival mix:** hauteur 150cm, grande hampe florale de 10-15cm, à fleurs doubles. Coloris; rouge, rose, jaune, blanc et pourpre. **Sachet (±45gr.) 3.00\$**

---

## **RUDBECKIA** *Rudbeckia hirta*

**R-90v Marmelade:** hauteur 50-60cm, fleur simple de 7cm, orange doré à centre foncé. **Sachet (±1000gr.) 3.00\$**

---

## **STATICES** *Limonium sinuatum*

**S-20a Mélange Sinuata:** hauteur 75cm, magnifique mélange de différents coloris. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

---

## **TOURNESOLS** *Helianthus annuus*

**Culture:** germination; 7-10 jours à 21°C, semis direct au jardin en fin avril/mai. Demande le plein soleil, un sol riche en matière organique et fertile. Emploi; arrière-plan de massif et pour attirer les oiseaux.

**T-1a Mammoth:** hauteur 250cm, variété immense à grande fleur (30cm), graines comestibles. **Sachet (±20gr.) 3.00\$**

**T-3a Velvet Queen:** hauteur 150cm, fleur rouge velouté avec des traces de jaune à la base, centre noir. **Sachet (±65gr.) 3.00\$**

---

**T-4a Teddy bear:** hauteur 60cm, variété naine et compacte, fleur double jaune-or. **Sachet 3.00\$**

**T-5a Beauté d'automne:** hauteur 150cm, mélange de couleur jaune doré, bronze, brun et violet, chaque plant porte plusieurs fleurs. **Sachet (±60gr.) 3.00\$**

**T-6a Sunspot:** hauteur 50cm, fleur de 15cm jaune or à coeur brun doré, peut être produit en pot de 15cm. **Sachet (±30gr.) 3.00\$**

**T-10a Reine citron:** hauteur 150-180cm, fleur de 25cm jaune citron, variété idéale pour la fleur coupée. **Sachet (±35gr.) 3.00\$**

**T-11a Mélange Surprise:** un mélange de tous nos cultivars en un sachet. **Sachet (±50gr.) 4.00\$**

**T-12a Chocolate Cherry:** hauteur 200cm, fleur de couleur rouge bourgogne au centre chocolat noir, tient bien en fleur coupée. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

**T-13a Evening Sun:** hauteur 180-220cm, grande fleur (25cm) de couleur cuivré tirant vers l'acajou. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

---

## **THUMBERGIE** *Thumbergia Alata*

**T-20a Susie:** hauteur 100cm, fleur de 5cm orange-jaune à coeur brun. **Sachet (±35gr.) 3.00\$**

---

## **VERVEINE** *Verbena x hybrida*

**V-1a Springtime mix:** hauteur 30cm, étalement 50cm, fleur de 5cm blanche, rouge, rose, mauve et violet généralement à oeil blanc. **Sachet (±50gr.) 3.00\$**

---

## **ZINNIAS** *Zinnia elegans*

**Culture:** germination; 5-10 jours à 24°C, semis intérieur mars/avril ou direct au jardin en juin (sol réchauffé). Demande le plein soleil, un sol riche en matière organique et fertile. **Emploi;** bordure, massif, plate-bande et fleur coupée.

**Z-1a Mélange fleurs de cactus géant:** hauteur 90cm, mélange de fleurs semi-doubles de 12-15cm de couleurs jaune, rose, orange, écarlate, pêche et blanc. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**Z-2a Lilliput mix:** hauteur 40cm, fleur double de 4cm aux pétales serrés. Mélange de blanc, jaune, or, orange, écarlate, rose et pourpre. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**Z-3a California giant mix:** hauteur 80cm, grande fleur double de 13cm de 5 couleurs différentes. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**Z-4a Pumila:** type fleur dahlia, hauteur 50cm, sélection bicolores dont jaune/cramoisi, blanc/rouge, blanc/rose et +, fleurs dbles de 10cm de diamètre. **Sachet (±100gr) 3.00\$**

**Z-5a Thumbellina:** hauteur 15cm, mélange de fleurs doubles et semi-doubles de 4cm de couleurs jaune, rose, lavande, orange, écarlate et blanc. **Sachet (±100gr.) 3.00\$**

**Z-6a Peppermint Stick:** hauteur 70cm, jolies fleurs doubles en forme de dahlia, toutes striées et picotées et beaucoup de bicolores, font de merveilleuses fleurs coupées. **Sachet (±80gr.) 3.00\$**

---

# POUSSES

Nous offrons des semences à germer pour salades ayant un haut taux de germination.

## Brocoli

BRO-100 100g 9.50\$

BRO-500 500g 28.50\$

---

## Daikon

DAI-100 100g 6.00\$

DAI-500 500g 18.00\$

---

## Énergisant à sandwich

Contient: canola, luzerne, radis et trèfle.

ENE-100 100g 8.50\$

ENE-500 500g 25.50\$

---

## Fenugrec

FEN-100 100g 5.00\$

FEN-500 500g 15.00\$

---

## Fève Mung

FEV-100 100g 4.00\$

FEV-500 500g 12.00\$

---

## Lentille verte

LEN-100 100g 4.00\$

LEN-500 500g 12.00\$

---

## Lin

LIN-100 100g 4.00\$

LIN-500 500g 12.00\$

---

## Luzerne

LUZ-100 100g 7.00\$

LUZ-500 500g 21.00\$

---

## Maïs

MAI-100 100g 4.00\$

MAI-500 500g 12.00\$

---

## Mélange légumineuse; garbanzo, lentille, pois

MEB-100 100g 5.00\$

MEB-500 500g 15.00\$

---

## Mélange Crucifère

Brocoli, moutarde, radis, rapa et roquette

MEC-100 100g 8.00\$

MEC-500 500g 24.00\$

---

## Mélange Mésopotamien

Contient: fenugrec, lentille, kamut et adzuki.

MEL-100 100g 6.00\$

MEL-500 500g 18.00\$

---

## Mélange Super Épicé

lentille, radis, luzerne, trèfle rouge et moutarde.

MES-100 100g 5.00\$

MES-500 500g 15.00\$

---

## Moutarde

MOU-100 100g 4.00\$

MOU-500 500g 12.00\$

---

## Salade printanière; brocoli, luzerne, radis, trèfle

SAL-100 7.00\$

SAL-500 21.00\$

---

## Tournesol

TOU-100 100g 5.00\$

TOU-500 500g 15.00\$

---

## Trèfle rouge

TRE-100 100g 7.00\$

TRE-500 500g 21.00\$

---

# PUBLICATIONS

## Le ginseng

Historique et méthodes de culture.

164-1 Prix 10.00\$

---

## Rotation des cultures au jardin... le pourquoi

Cette pratique aide à garder une bonne santé à notre sol et minimise les problèmes d'insectes et de maladies au jardin. Nous vous proposons une rotation en 4 étapes qui pourraient se faire comme suit: 1er année; les brassicas, épinards et laitues. La 2e année; les légumineuses (haricot, pois), oignons. La 3e année; poivrons, courges, tomates et pommes de terre. La 4e année; les légumes racines. Ne pas oublier qu'il faut ajouter du compost tous les ans et de la chaux aux 4 ans.

---

## VELOUTÉ DE POTIMARRON

**Ingrédients:** 2 oignons, 30ml huile d'olive, 2-3 gousses d'ail, 1,5kg de potimarron, 6 tasses bouillon de poulet, 2 pommes de terre, 1-2 pommes, 5g de cari, 5g de thym, sel et poivre.

**Préparation:** peler et émincer les oignons, préparer la chair du potimarron (cubes), émincer l'ail, peler et mettre en cubes les pommes de terre et les pommes.

2. dans une grande casserole, faire suer l'oignon dans l'huile chaude, ajouter le cari et le thym, cuire 3 minutes à feu moyen.

3. ajouter le reste des ingrédients, porter à ébullition, couvrir partiellement et cuire pendant 45 minutes à feux doux.

4. passer au mélangeur, rectifier l'assaisonnement, servir.

---

# MATÉRIEL DE CULTURE

## MARQUEURS

Étiquettes en bois de 5/8" x 6", idéales pour identifier semis et plantations.

**114-380 Prix: 4.00\$ pour 25**



Crayon Sharpie® à pointe fine, encre indélébile, imperméable et séchant rapidement.

**114-650 3.00\$ l'unité (noir)**

## TOILE FLOTTANTE TOUT-USAGE

Couverture de jardin vous permettant des semis plus hatifs au printemps (protège jusqu'à -2C°) et des récoltes plus tardives. Ne nécessitant pas de support, car très légère, laisse passer la lumière à 85% et l'eau. Vendu en lisière pratique de 190cm de large par 500cm de long.



**113-100 15.00\$ l'unité**

## PAILLIS CLIMAGRO NOIR

Aide indispensable en région froide pour la production des cucurbitacées car par sa couleur noire chauffant ainsi le sol plus rapidement au printemps, retient bien l'humidité et aide au contrôle des herbes non désirées. Vendu en format de 120cm par 500cm.

**113-200 8,\$ l'unité, 3 pour 20.25\$**

## FILET D'EXCLUSION ANTI-INSECTES

Filet souple et léger à mailles très fines qui protège vos plants contre les insectes, les oiseaux, les petits animaux, le vent, la pluie battante et la grêle. Installation directe sur les plants ou des arceaux. Contrôle ces insectes; altises, cécidomyies, chrysomèles, cicadelles, drosophiles à ailes tachetées, légionnaires, mouches de la carotte, du chou, des légumineuses et de l'oignon, nymphes, pucerons, punaises, teignes du poireau, tétranyques à 2 points, thrips.

**113-300 210cm x 500cm 40.00\$**

## SPAGHETTI AVEC SAUCE TOMATE RAPIDE

**Ingrédients:** 3 tomates très mûres blanchies et coupée en dés, 3 gousses d'ail hachées, 30ml d'huile d'olive, 1 pincée d'origan et 5-7 feuilles de basilic Pistou émincées, 2 portions de spaghettini al dente.

**Préparation:** chauffer l'huile dans un grand poêlon à feu moyen vif, ajouter l'ail et les tomates et cuire 8 minutes, puis ajouter les pâtes presque cuites avec un peu d'eau de cuisson ( $\pm 125$ ml.), l'origan et le basilic, mêler et laisser mijoter à feu doux 3 minutes, servir.

# ENGRAIS

## ENGRAIS VERTS

Cette pratique est connue depuis des millénaires et permet d'enrichir et d'améliorer le sol en y apportant une grande quantité de matières organiques, source d'humus et d'azote (légumineuses). Au potager, dès qu'une planche est libre, semer un engrais vert, que vous gyrobroyez avec une tondeuse dès sa maturité; le laisser sécher 8 jours et l'enfouir superficiellement avec du compost. Avec la montée des frais de poste nous devons ajuster les frais d'expédition des engrais. Alors pour l'achat de 1 à 5kg, les frais sont de 15\$ nonobstant l'achat de sachets de semences. Exemple: 5 sachets 15.\$ et 1kg d'avoine 13.\$ pour un total de 20.\$ en frais d'expédition.

## CÉRÉALES

### AVOINE *Avena sativa*

Céréale très rustique qui pousse rapidement, peut se semer tôt au printemps jusqu'à l'automne. Taux de semis: 2kg/100m<sup>2</sup>.

**Prix: AVOI-02 13.00\$/kg.**

### ORGE *Hordeum vulgare*

Graminée à croissance rapide à racines fibreuses pouvant atteindre 2m de profondeur contrôlant ainsi l'érosion et la rétention d'azote. Taux de semis : 1kg/80m<sup>2</sup>.

**ORGE-02 14.00\$/kg**

### SARRASIN *Fagopyrum esculentum*

Un super désherbant naturel, cette polygonacée se contente d'un sol pauvre et même sec, et améliore la texture des sols denses. Semer de la fin mai à juillet et enfouir dès le début de la floraison. Taux de semis: 1kg/100m<sup>2</sup>.

**Prix: SARR-02 16.00\$/kg.**

### SEIGLE D'AUTOMNE *Secale cereale*

Céréale idéale à semer l'automne car elle hiverne sans problème et reprend sa croissance au printemps. Taux de semis: 2kg/100m<sup>2</sup>.

**Prix: SEIG-02 14.00\$/kg.**

## LÉGUMINEUSES

### FÉVEROLE *Vicia faba*

Légumineuse de culture facile, tolérant le gel.  
Taux de semis: 2kg/100m<sup>2</sup>.

Prix: FEVE-02 14.00\$/kg.

---

### POIS *Pisum sativum*

Semer tôt le printemps ou tôt l'automne, pousse rapidement et fixe l'azote au sol. Taux de semis: 2kg/100m<sup>2</sup>.

Prix: POIS-02 13.00\$/kg.

---

### TREFLE BLANC *Trifolium repens*

Taux de semis: 150g/100m<sup>2</sup>.

Prix: TREF-01 5./25g, TREF-02 15./200g.

---

### VESCE COMMUNE *Vicia sativa*

Légumineuse pouvant être semée en tout temps, tolère les sols acides et l'ombre partielle. Fixe l'azote au sol. Taux de semis: 500g/100m<sup>2</sup>.

VESC-02 16.00\$/500g

---

### RADIS HUILEUX *Raphanus sativus*

Les racines très longues améliorent et aèrent la structure du sol tout en remontant à la surface des éléments nutritifs. Pour combattre le nématode, motoculter juste avant la floraison afin de libérer le bromure de méthyle des racines et détruire ainsi les nématodes.

Taux de semis: 1kg/100m<sup>2</sup>.

Prix: RAD1-01 5./100g, RAD1-02 26./kg.

---

## AUTRES

### PHACÉLIE *Phacelia Tanacetifolia*

Un antidote au chiendent. Cette plante mellifère améliore la structure du sol et contrôle les nématodes. Semis à la fin avril et enfouir 4 mois après. Taux de semis: 100 à 150g/100m<sup>2</sup>.

Prix: PHAC-01 7./25g., PHAC-02 17./100g.

---

### Mélange engrais vert MYCOFLOR

Mélange conçu pour augmenter la matière organique et l'azote dans le sol. Contient: pois, avoine, féverole et vesce. Taux de semis: 2kg/100m<sup>2</sup>

Prix: MEVM-01 7./250g. MEVM-02 21./kg

---

## ENGRAIS 100% NATURELS

### 10-2 Basalte-amendement minéral:

Le basalte favorise la vie microbienne au sol, aide à réchauffer les sols lourds, améliore les sols sableux; rétention d'eau et des engrais.

Sac de 2kg (poudre) 18.00\$

---

### 12-124 Champignons mycorrhiziens MYKE® pour potager et fines herbes

Stimulant de croissance 100% naturel offrant des résultats spectaculaires. Le format de 1L peut traiter 65 plants ou 7m<sup>2</sup>.

Boite de 1L (.285kg) 15.00\$

---

### 29-1025 Engrais BIO-JARDIN 4-3-6

Engrais équilibré à libération prolongée (140 jours) mais agissant rapidement. Fait de farine de plume, de sul-po-mag, de basalte et 30% de matière organique. Sans fumier, sans boue d'égout ni de remplissage. Pour 15m<sup>2</sup>.

Sacs de 2kg 21.00\$

---

### 10-3 Farine de plume 13-0-0

Source d'azote à action rapide, couvre 10m<sup>2</sup>.

Sacs de 1kg 16.00\$

---

### 10-4 Gluten de maïs pur 10-0-0

Engrais de début de printemps à texture fine car pur et non transformé, peut servir d'herbicide de pré émergence des mauvaises herbes dont le plantain, la digitale et le chardon, à appliquer tôt lorsque les forsythies sont en fleurs. Couvre 10m<sup>2</sup>.

Sac de 1kg 15.00\$

---

### 10-5 Gypse

Sulfate de calcium qui améliore les propriétés du sol, particulièrement les sols argileux, réduit les dommages causés par les déglacants (sel) sans en affecter le pH.

Sac de 2kg 19.00\$

---

### 10-6 Chaux dolomitique

Son utilisation permet d'ajuster le pH du sol modifiant sa structure pour ainsi favoriser le développement des plantes. Nous recommandons son utilisation au minimum à tous les 3 ans.

Sacs de 2kg 14.00\$

---

### 10-8 Phosphate de roche 0-13-0

Cet engraisseur n'attire par les animaux, ne brûle pas les racines; aucune odeur, excellente source de calcium facilement assimilable dans le sol.

Sac de 2kg (poudre) 21.00\$

---

### 10-9 SUL-PO-MAG 0-0-22

Riche en potassium et en magnésium, une source supplémentaire pour l'azote et le phosphore.

Sacs de 2kg 21.00\$

---

Avec la montée des frais de poste nous devons ajuster les frais d'expédition des engrais. Alors pour l'achat de 1 à 5kg, les frais sont de 15\$ nonobstant l'achat de sachets de semences. Exemple: 5 sachets 15.\$ et 2kg de basalte 18.\$ pour un total de 23.\$ en frais d'expédition.

## JARDINIER URBAIN

Nos suggestions de variétés appropriées pour culture en contenants.

### Légumes racines:

BE-04 Betterave Ruby Queen  
BE-07 Betterave Bull's Blood  
CA-01 Carotte Petit doigt  
CA-04 Carotte Parisienne  
NA-01 Rabiole  
OI-10 Oignon Tige blanche  
RA-20 Radis Cherry Belle

### Légumes fruits:

CA-35 Cantaloup Minnesota Midget  
CO-01 Concombre English Telegraph  
CO-06 Concombre Spacemaster  
CO-07 Concombre libanais Achgabab  
PI-05 Poivron Bell mix  
PI-07 Poivron Mini Bell mix  
PI-11 Piment Jalapeño  
TO-04 Tomate Tiny Tim  
TO-23 Tomate Pépite d'or  
TO-33 Tomate Sub-artic plenty

### Légumes feuilles:

BT-03 Bette à carde Arc-en-ciel  
BT-07 Bette à carde Perpetual spinach  
CH-04 Chou chinois Shangaï Chiang  
CH-05 Chou chinois Tatsoï  
EP-10, 11 Épinard  
KA-05 Kale Premium  
LA-03 Laitue Prizehead  
LA-04 Laitue Grand Rapids TBR  
LA-12, 13 Laitue romaine  
LA-22 Laitue Tom Pouce  
LA-30 à 36 les Mescluns  
MO-01 à 07 les Moutardes

**Légumineuses:** vous pouvez utiliser les haricots et les pois de votre choix si vous avez des structures (treillis) à couvrir; choisir des grimpants pour maximiser vos récoltes.

**MYCOFLOR inc.**

**7850 chemin Stage**

**Stanstead, QC, Canada, J0B 3E0**

**Téléphone: 819-876-5972 Fax: 819-876-1077**

**Courriel: [mycoflor@sympatico.ca](mailto:mycoflor@sympatico.ca) Site web: <http://mycoflor.ca>**

