

Les fleurs au potager

La biodiversité englobe les espèces végétales que vous cultivez dans votre jardin, les espèces animales qui y vivent et les plantes sauvages qui y poussent spontanément. Plus il y a de diversité, mieux c'est pour l'équilibre du petit écosystème qu'est votre potager.

On a souvent tendance à vouloir séparer le jardin d'ornement du potager, alors que ces éléments fonctionnent beaucoup mieux ensemble ! Avoir des fleurs au potager, c'est évidemment très agréable d'un point de vue esthétique, mais on peut également y trouver de nombreux avantages !

Les fleurs mellifères attirent les insectes butineurs, qui sont indispensables pour la bonne pollinisation de nos légumes et des arbres fruitiers. Elles peuvent également **attirer certains auxiliaires ou repousser certains ravageurs**.

D'autres sont **utiles pour lutter contre les adventices**, ou **contre certaines maladies**, agissant comme une véritable pharmacie naturelle au potager, et **certaines sont même comestibles** !

Les œillets d'Inde, tagètes

Les célèbres Œillets **d'Inde**, nématicides naturels, repoussent les nématodes et les aleurodes des racines des tomates, raison pour laquelle on les associe traditionnellement à cette culture. Ils auraient aussi la faculté d'éloigner les altises, les pucerons et pas mal d'autres insectes. Ils sont également connus pour renforcer la vigueur des légumes en général, ce qui en fait une formidable plante compagne, à installer un peu partout au potager.

Leurs fleurs attirent jusqu'à 28 espèces de papillons, ce qui est énorme.

À noter que chez moi, contrairement à beaucoup d'autres fleurs, ils ne se ressèment pas spontanément. À noter également qu'on différencie œillets d'Inde et tagètes. Elles sont de la même famille.



Les soucis

Les **soucis** font partie des toutes premières fleurs que j'ai semées au potager.

Esthétiques, peu contraignants, les soucis s'adaptent à toutes les conditions de culture. Ils demandent peu de soins et se ressèment spontanément d'année en année, sans intervention de votre part. Ils attirent les syrphes, un insecte pollinisateur dont les larves se nourrissent de pucerons.

Ils auraient également la faculté de repousser les mouches blanches, les pucerons, les doryphores (qui n'apprécient pas non plus les fleurs de **lin**), les altises et la piéride du chou.

Les pétales de soucis sont comestibles. On peut les utiliser en salade ou les faire sécher et les utiliser pour colorer le riz, comme on le ferait avec du safran.



Ils auraient également la faculté de repousser les mouches blanches, les pucerons, les doryphores (qui n'apprécient pas non plus les fleurs de **lin**), les altises et la piéride du chou.

Les pétales de soucis sont comestibles. On peut les utiliser en salade ou les faire sécher et les utiliser pour colorer le riz, comme on le ferait avec du safran.

L'amarante

L'amarante est une plante résistante, ornementale et comestible, dont les feuilles se consomment comme les épinards, et dont les graines peuvent être grillées comme du pop-corn ou utilisées en farine. Sa floraison en épis est spectaculaire et très esthétique. Elle est connue pour être l'une des rares plantes capables de résister aux désherbants chimiques !

amarante potager

Elle se ressème spontanément, résiste très bien à la sécheresse, et ne réclame aucun soin.



Le myosotis

Le **myosotis** est censé se ressemer tout seul. Mais chez moi, pas de semis spontanés avec cette jolie petite fleur bleue. On peut l'installer au pied des framboisiers, son odeur aurait la particularité d'éloigner le ver du framboisier !



La capucine

La **capucine** est connue pour attirer les pucerons : on dit qu'ils préfèrent envahir les capucines plutôt que les légumes !

Je ne l'ai pas personnellement constaté au potager, mais d'autres jardiniers semblent confirmer cette information. La capucine attire aussi les coccinelles, grosses mangeuses de pucerons. Les fleurs, les feuilles et les graines de capucine sont comestibles.



La bourrache

La **bourrache**, on l'a déjà dit, est une grande mellifère qui plaît beaucoup aux insectes pollinisateurs ! Ce n'est pas sa seule qualité. Sa forte racine pivot s'enfonce profondément dans le sol pour y chercher des nutriments.

Lorsque la bourrache arrive en fin de cycle, ses parties aériennes se décomposent au sol. Elles restituent alors leurs précieux nutriments, les rendant ainsi disponibles pour les plantes alentour. Enfin, sa forte racine pivot a une action mécanique sur le sol qu'elle va efficacement décompacter.

Les fleurs de bourrache sont comestibles et font des merveilles visuelles dans les salades.



La phacélie

La **phacélie**, grande mellifère, s'utilise aussi en engrais vert. Elle est très cultivée dans les potagers.

Sa croissance rapide et son feuillage abondant étouffe les adventices qui ne parviennent pas à se développer, faute de lumière. Elle produit une abondante biomasse que l'on utilise en paillage après avoir été fauchée.

Elle se ressème toute seule et remporte un succès incomparable auprès des pollinisateurs généralistes. Cependant, elle n'attire que très peu d'abeilles solitaires et pollinisateurs spécialisés.



La consoude

La **consoude**, plante vivace, mellifère et médicinale, partage avec sa cousine la bourrache une forte racine pivot capable de puiser les nutriments en profondeur, les rendant disponibles pour les plantes alentours, ce qui en fait une excellente plante compagne, aussi bien pour les plantes potagères que pour les arbres fruitiers. Sa croissance est impressionnante, on peut la faucher jusqu'à 5 fois par an pour l'utiliser en paillage ou en purin. La variété naine est tapissante et ne dépasse pas 30cm, elle s'associe particulièrement bien avec les framboisiers et les arbres fruitiers en général.

Seul inconvénient : elle se ressème abondamment, parfois trop. Elle devient envahissante. Il existe une variété stérile : la bocking 14. Autrement, on peut l'installer à proximité du potager, mais suffisamment éloignée des planches de culture, pour ne pas risquer l'invasion.



Le tournesol

Le **tournesol** est une autre plante très intéressante au potager. Esthétique, mellifère, ses grandes tiges très solides peuvent servir de tuteur aux haricots grimpants et procurer une ombre légère aux cultures installées en dessous. Si vous ne récoltez pas les graines, elles nourriront les oiseaux tout l'automne, ils en raffolent ! Et s'ils font tomber quelques graines au sol, il n'est pas rare que les tournesols se ressemment spontanément l'année suivante.

Il existe bien évidemment de nombreuses autres fleurs à installer au potager. Vous n'avez là qu'un petit échantillon d'espèces, les plus courantes.



Les chicorées offrent une floraison particulièrement attrayante pour de nombreux pollinisateurs.



Les asters permettent aux pollinisateurs de faire des réserves, grâce à leur floraison tardive, en automne.

