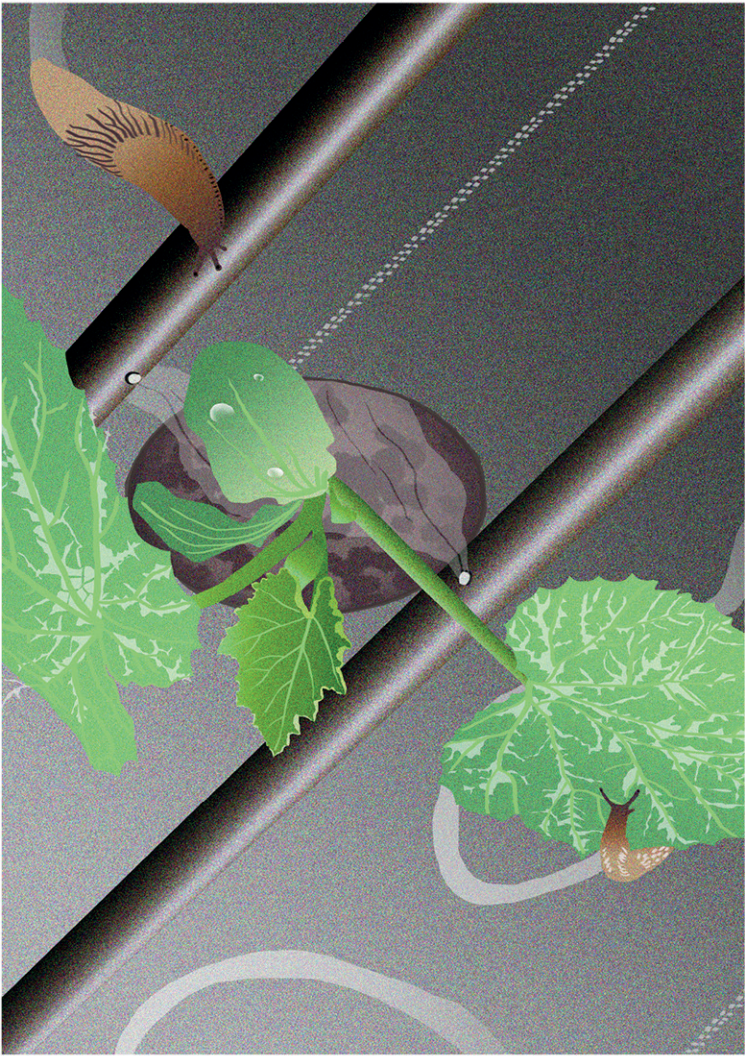




SEMIS – Mars.

Pour que la courgette nous accompagne tout l'été, Andrea, maraîchère bio en AMAP en Ile-de-France, produit plusieurs séries de courgettes : la première sous serre et les suivantes à l'extérieur. Pour cette première série, Andrea prépare ses semis en mars : elle sème les graines en terrine sous serre. Les graines ont besoin de beaucoup de chaleur pour germer, entre 20 et 25°C. Dès l'apparition des premières feuilles, les cotylédons, Andrea les repique dans des godets où les plants resteront, bien protégés, entre 2 et 3 semaines.

PLANTATION – Mi-avril.

C'est l'heure de la plantation sous serre et sur bâche, ce qui limite fortement le désherbage et permet de conserver l'humidité tout en protégeant les courgettes. Andrea prend soin d'avoir un sol riche, bien drainé (qui ne laisse pas l'eau stagner) et réchauffé. Elle a ajouté au préalable du compost ou du fumier décomposé au sol. Andrea dispose les plants à 75-100 cm d'écart pour laisser à la plante l'espace de se développer et avoir assez d'apports.



RÉCOLTE – À partir de fin mai.

Si tout va bien, Andrea pourra déposer ses premières courgettes dans les paniers à partir de mi-mai. Petites ou moyennes, c'est la taille idéale pour avoir les courgettes les plus savoureuses, alors Andrea les récolte tous les 2 jours pour éviter qu'elles ne grossissent trop. Les courgettes peuvent être stockées quelques jours au frigo.

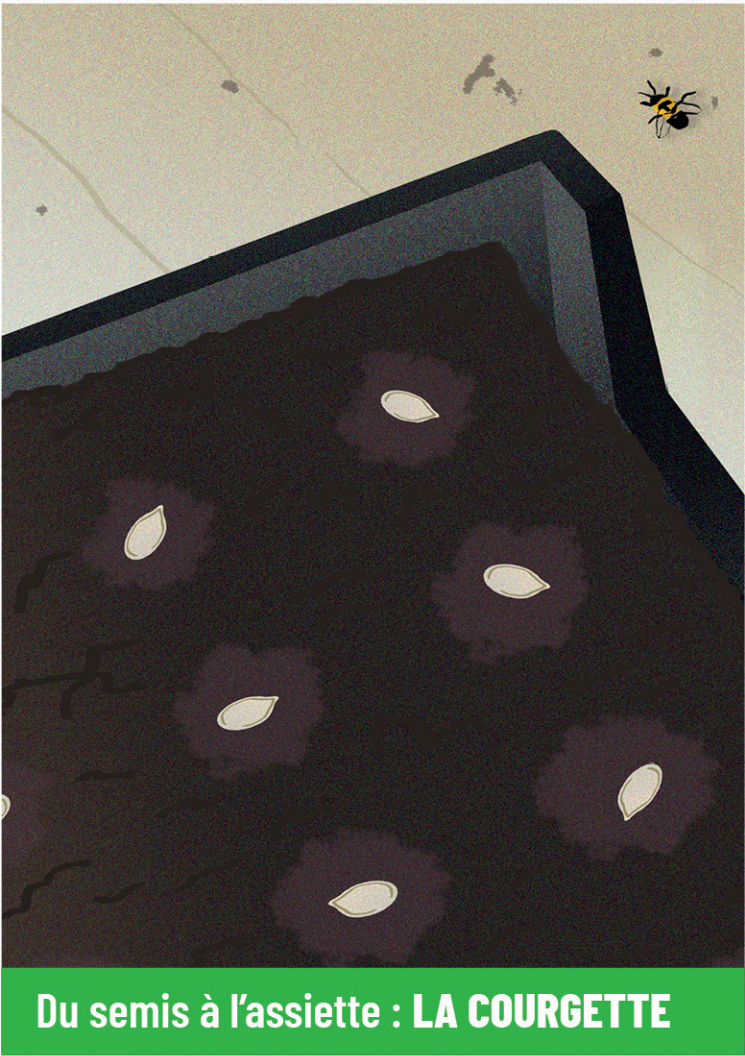
DÉGUSTATION – De fin mai à septembre.

La courgette se mange tout l'été cuisinée de multiples façons : cuite en ratatouille, en soupe, farcie ou juste revenue à la poêle avec un peu d'huile d'olive ou crue coupée très finement en salade.



**eau
seine
NORMANDIE**
ÉTABLISSEMENT PUBLIC DE L'ÉTAT

Avec le soutien financier
de l'Agence de l'Eau Seine
Normandie. Conception
illustrations : © Chloé Adelheim



Du semis à l'assiette : **LA COURGETTE**

DÉVELOPPEMENT – Mai.

Les fleurs attirent les pollinisateurs, indispensables à la formation des fruits. Si tout se passe dans de bonnes conditions, les premières courgettes apparaissent rapidement après les fleurs. Une plante en bonne santé donnera en moyenne une dizaine de fruits. L'année dernière, très pluvieuse, a eu un impact sur le rendement : entre les gastéropodes (limaces) (champiignon bien connu des maraîchers) favorisée par l'humidité combinée aux grands écarts de température. Espérons que cette année soit plus tranquille, sans forte chaleur qui empêcherait la bonne formation des fruits. Côté irrigation, Andrea veille à un arrosage régulier en goutte à goutte, surtout en période sèche, tout en évitant de mouiller les feuilles pour limiter les maladies.

