



Je cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager !



Télécharger



Lire En Ligne

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Téléchargez et lisez en ligne Je cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! Blaise Leclerc

94 pages

Extrait

Introduction

Pois, Fèves, haricots...

Que peuvent bien avoir en commun ces plantes familières du jardinier ? Elles partagent quelque chose de tout simple à première vue : leurs fleurs, qui ont permis de les classer dans la même famille botanique. Cependant, elles sont liées par autre chose de plus fondamental, bien caché au niveau de leur racine...

Dans ce livre, vous allez découvrir comment ces plantes particulières enrichissent la terre de votre jardin. Et comme les légumineuses ne s'arrêtent pas aux espèces que vous pouvez produire dans votre potager, nous vous présenterons brièvement celles qui couvrent des millions d'hectares de terres cultivées partout dans le monde : légumineuses dites «fourragères» (luzerne, trèfle, sainfoin...) ou légumineuses «à graines» (lentille, pois chiche, haricot, soja, arachide...). Une petite histoire de l'agriculture, mais très proche de l'actualité car, derrière le secret des légumineuses, il y a la fertilisation, les engrais azotés, le pétrole...

Du jardin potager à la planète

Pas facile de formaliser un lien entre votre action de semer une graine (et de la reproduire, je vous dirai comment) de fève, pois, haricot, etc., et ce qui se passe tous les jours sur notre bonne vieille Terre, mais ce qui est sûr, c'est que ce lien existe. Tout comme il existe une relation directe entre votre santé et la consommation des légumineuses car, nous verrons pourquoi, les légumineuses, c'est bon aussi pour votre corps !

Ainsi, cultiver et consommer des légumineuses régulièrement est un geste fort pour la planète. C'est également un moyen efficace d'enrichir le sol de son potager, et c'est bon pour la santé !

Ce livre a été écrit et mis en images avant tout pour vous donner envie de cultiver les fèves, les petits pois, les pois gourmands, les haricots verts ou en grains ainsi que les pois chiches, et vous offrir les astuces pour que ça marche ! Trente ans de jardinage, ça aide pour commencer à maîtriser certaines cultures potagères, et grâce à la dextérité du photographe, l'alchimie de la pédagogie peut prendre; en tout cas, c'est ce que nous souhaitons ! Présentation de l'éditeur

Toutes les variétés de pois, fèves, haricots font partie de la famille des légumineuses. Celles-ci ont la spécificité d'avoir sur leurs racines des nodosités, riches en rhizobiums. Grâce à ces bactéries, ces plantes transforment l'azote présent dans l'air en un fertilisant naturel et gratuit ! Côté santé, les légumineuses sont nourrissantes car très riches en protéines et leur teneur élevée en fibres contribue à vaincre maladies cardiovasculaires, cancer, diabète... Pour le potager, il existe des variétés de légumineuses adaptées à tous les climats et à toutes les saisons.

Elles sont faciles à cultiver dès lors que l'on respecte les calendriers de semis par région climatique. Seulement un ou deux binages, un buttage, aucune taille... et leur production est importante. On peut aussi aisément récolter leurs graines pour faire ses propres plants. Faciles à conserver, ces plantes proposent de plus des saveurs et des textures variées et peuvent être accommodées de mille et une façons.

Bonnes pour la santé, faciles à jardiner, sans aucun engrais, agréables à cuisiner... Des plantes parfaites pour

un jardin écologique.

Blaise Leclerc est ingénieur agronome et jardinier depuis plus de 30 ans. Il dirige le bureau d'étude Orgaterre, spécialisé dans les relations entre l'agriculture et l'environnement et est expert à l'ITAB (Institut technique de l'agriculture biologique).

Photographe, Jean-Jacques Raynal est spécialisé en environnement. Auteur de reportages pour la presse magazine, il collabore notamment avec Les 4 Saisons du jardin bio. Biographie de l'auteur

Blaise Leclerc est ingénieur agronome et jardinier depuis plus de 30 ans. Il dirige le bureau Orgaterre, spécialisé dans les relations entre l'agriculture et l'environnement et est expert à l'ITAB (Institut technique de l'agriculture biologique). Photographe professionnel, Jean-Jacques Raynal est spécialisé en jardin, nature et environnement. Auteur de reportages pour la presse magazine française, il collabore notamment avec les « 4 Saisons du jardin bio ».

Download and Read Online Je cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! Blaise Leclerc #J8IR1HC2GWE

Lire Je cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! par Blaise Leclerc pour ebook en ligneJe cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! par Blaise Leclerc Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Je cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! par Blaise Leclerc à lire en ligne.Online Je cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! par Blaise Leclerc ebook Téléchargement PDFJe cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! par Blaise Leclerc DocJe cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! par Blaise Leclerc MobipocketJe cultive pois, fèves, haricots... : Des protéines dans mon potager ! par Blaise Leclerc EPub

J8IR1HC2GWEJ8IR1HC2GWEJ8IR1HC2GWE