

L'Endive : bio ou conventionnelle?

COMME UN PISSENLIT

Chicorée amère (famille des marguerites, pissenlits, laitues...), qu'on trouve partout en France et dans les milieux tempérés

UNE CULTURE BIZARRE

mise au point au XIX^e siècle en Belgique

- 1) culture des racines au champ
- 2) repos des racines au frais, puis forçage à l'obscurité fraîche et humide (caves) pour que la plante développe de grandes feuilles blanches à la saveur douce. Se fait sur un lit riche en humus.

DES AMIS

Poireau, carotte, chou-fleur, cornichon, concombre, insectes mangeurs de pucerons : syrphes, chrysopes, larves de coccinelles...

DES ENQUIQUEURS

Taupins, pucerons, mulots, campagnols, noctuelles, mildiou, oïdium...

AU FIL DES SAISONS...

Semis au début du printemps et à la fin de l'été. Forçage en hiver, récolte au printemps et à l'automne

AU FAIT, QU'EST-CE-QU'ON MANGE ?

Ce sont les feuilles bien développées du premier bourgeon

Le saviez-vous ? Riche en **eau** (94% soit 2 verres d'eau par légume!), l'endive est diurétique et apporte des **vitamines C, B1 et B2.**

Bio

Se nourrit de  



Ça peut l'aider !

haies et bordures fleuries = refuges et nourriture pour la faune utile.

spores de champignons & huile essentielle d'orange douce (lutte contre l'oïdium)

Eviter la proximité de colza, pomme de terre, tournesol (qui peuvent abriter des parasites), des fumures et matières organiques

Pas bio

Forçage hydroponique hors-sol: potasse et azote en solution dans de l'eau

Insecticides et fongicides systématiques pour les racines: **Spirotétramate**, **fosétyl d'aluminium**, **trifloxystrobine**, **tébuconazole**...

Toxiques pour les mammifères dont l'homme, les poissons et les insectes