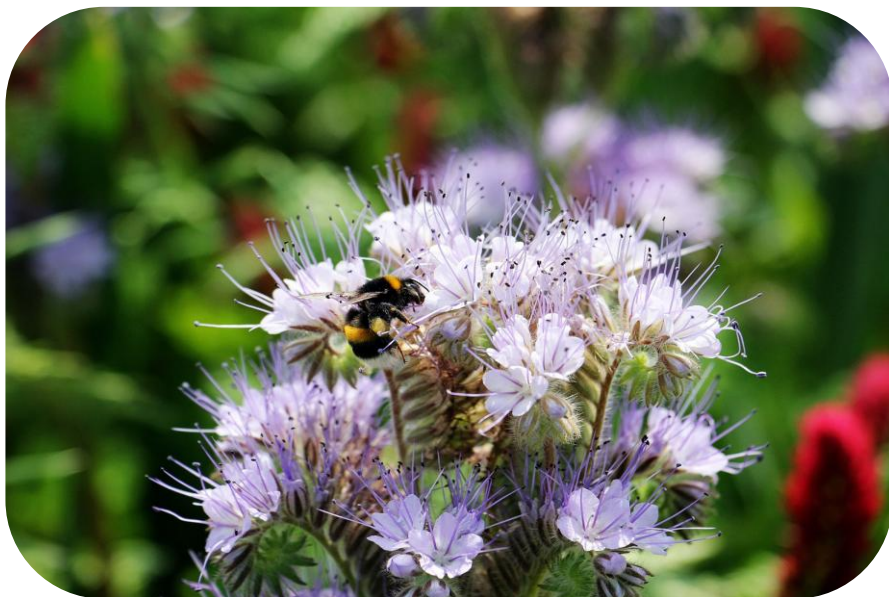




1. Qu'est ce qu'un engrais vert ?

Les engrais verts sont des plantes que l'on va cultiver temporairement au jardin **pour améliorer la fertilité et la structure du sol, le protéger des intempéries, concurrencer les plantes indésirables ou encore attirer les insectes auxiliaires.**

2. Quelles plantes choisir ?

- **Pour aérer le sol et améliorer sa perméabilité** : des graminées (comme le seigle, le ray-grass italien, avoine...), la vesce, la moutarde, la phacélie...
- **Pour protéger le sol des intempéries hivernales** : la phacélie, la moutarde (piège à nitrates, évite le lessivage)
- **Pour désherber un terrain** : le sarrasin, la moutarde
- **Pour fertiliser son sol** : des légumineuses (comme la vesce, la fèverole, le trèfle, le sainfoin, etc.) captent l'azote de l'air pour le fixer dans le sol et le rendre disponible aux plantes, mais aussi de la phacélie ou de la moutarde.
- **Pour attirer les auxiliaires** : la phacélie (fleurs mauves mellifères), le sainfoin (fleurs roses), la moutarde

Il est possible de semer des engrais verts en mélange pour bénéficier de plusieurs avantages simultanément. Par exemple, le semis simultané de vesce et de seigle en début d'automne sera idéal pour décompacter un sol argileux.

3. Comment faire dans la pratique ?

- **Préparer le sol** : désherber et ameublir superficiellement le sol à l'aide d'un croc ou d'un râteau de manière à ce qu'il soit globalement nettoyé avant le semis.
- **Semer l'engrais vert** : calculer la bonne quantité de graines nécessaire en fonction de la surface puis les mélanger à du terreau ou du sable sec dans un seau. Semer ensuite les graines à la volée, en prenant soin de bien les répartir sur la surface. Passer un léger coup de râteau pour niveler le sol et bien répartir les graines. Tasser légèrement avec le dos du râteau. Inutile d'arroser sauf en cas de sécheresse.



- **Arracher, faucher ou broyer** l'engrais vert avant la production des graines puis l'intégrer au sol.
- **Ne pas attendre trop longtemps** sans quoi les plantes vont produire des graines qui germeront par la suite (qu'il faudra alors désherber). Les découper en petits morceaux avant de les intégrer superficiellement à la terre. La parcelle est prête pour la culture suivante !

A savoir ! Certains engrais verts (moutarde, phacélie, vesce de printemps, sarrasin), gélifs, seront détruits par le gel hivernal. Il n'y aura donc pas besoin de les faucher ni de les arracher après l'hiver. Leurs tiges sèches découpées pourront servir de paillis ou être déposées au compost.

Tableau récapitulatif de quelques engrais verts, leur période de semis et leurs intérêts au jardin :

Plante Dose de semis	Période de semis	Intérêts au jardin
Phacélie 1,5 g /m ²	Mars à septembre	Plante aux jolies fleurs bleu mauve mellifères, amélioratrice de la structure du sol par ses racines chevelues. C'est aussi un « piège à nitrates ».
Sarrasin 5 g /m ²	Mars à août	Culture nettoyante adaptée aux sols pauvres dont la floraison est très attractive pour les abeilles et autres auxiliaires.
Vesce cultivée 15 g /m ²	Mars à mai / août à mi-octobre	Comme les autres plantes de la famille des Fabacées, la vesce apporte de l'azote au sol tout en le couvrant efficacement, ce qui laisse moins de place aux plantes spontanées. Sa floraison est attractive pour les coccinelles et autres insectes auxiliaires.
Moutarde 1,5 g /m ²	Mars à septembre	Culture nettoyante très concurrentielle vis-à-vis des plantes spontanées, à la jolie floraison jaune d'or appréciée des insectes auxiliaires. C'est aussi un « piège à nitrates » qui apporte du phosphore et du potassium au sol.
Avoine 12 g /m ²	Mars-avril ou septembre-octobre	Son système racinaire ramifié ameublisse le sol. Il peut servir de tuteur à la vesce.