

# L'atelier des Bons Plants

## Plants de Légume



## ... Les Tomates ..

**1,60€ l'unité**

### .... Les Rouges....

#### **Monfavet Grappe** (100 à 120g)

Variété populaire, la Monfavet donne des fruits ronds et lisses d'un superbe rouge-vif brillant. **Très productive**, ses fruits assez fermes ont une chair juteuse, douce, parfumée et délicieusement acidulée. Résiste à l'éclatement.

**Précoce**



#### **Précoce de Quimper** (50 à 100 g)

**Origine: Variété Ancienne Bretonne (Finistère)**

Variété française originaire de Quimper en Bretagne, tomate rouge, petit fruit à chair juteuse et acidulée, très bonne saveur. Résistante et productive. Adaptée à nos climats Bretons, comme son nom l'indique.

**Très précoce**



#### **Marmande** (150 à 250g)

**Origine: Variété Ancienne de France**

Variété très savoureuse aux fruits de forme irrégulière d'une chair ferme et d'une très bonne saveur parfumée, qui peuvent se former même à de basses températures. Variété très productive.

**Précoce**



## "De Berao" Grappe (100 à 150g)

**Origine:** Allemagne

Variété de tomate qui produit des fruits de couleur rouge rappelant la variété 'Roma', idéal pour faire vos tomates séchées. Elle est très productive et résistante et a un cycle de production très long, sous serre elle peut donner très tard en saison, parfois jusqu'en novembre-décembre. Elle a une croissance très importante et peut atteindre 4,50 mètres en hauteur.

**Précoce**



## St Pierre (100 à 150g)

**Origine:** Variété Ancienne Française

Variété traditionnelle du Sud de la France, très vigoureuse, qui produit des fruits ronds d'aspect très lisse à la chair ferme. Très productive sur une longue période. A la réputation de ne pas craqueler. Variété très populaire.

**Mi-saison**



## Cornue des Andes (80 à 150g)

**Origine:** Variété Ancienne d'Italie

Variété de type "tomate-piment". Les fruits très allongés peuvent atteindre 15-18 cm. C'est une des tomates considérées comme les meilleures. Très bonne saveur et très peu de graines et de jus. Variété **sans aucune acidité**, très digeste.

**Mi-saison**



## Cœur de bœuf (150 à 350g)

**Origine:** Variété Ancienne de Russie

Tomate en forme de cœur, couleur rose à rouge. Le fruit est gros et charnu, peu de graines, très bonne qualité gustative, très parfumé. **La vraie cœur de bœuf**. Très bon rendement dans les régions fraîches (10° min.). Feuillage tombant typique des cœurs de bœuf.

**Mi-saison**



## **Tomate Beefsteak** (250g, jusqu'à 1kg)

**Origine : Amérique**

Fruits ronds rouge de gros calibre pouvant atteindre de 200g à 1 kg. Chair épaisse, fondante, présente très peu de graines et à la couleur de la viande, d'où son nom. Excellente saveur extra douce et parfumée. Variété idéale à farcir ou à servir en tranche

**Mi saison à Tardive**



## **Roma** (60-70 g)

**Origine: Italie**

Variété résistante, précoce et productive. Fruits allongés de taille moyenne, rendant peu de jus et idéale pour les salades. **Bonne résistance au mildiou.** Fruits nombreux, de taille moyenne, de forme allongée. **Ne nécessite ni taille, ni tuteurage.**

**Précoce**



# ...Tomates d'autres couleurs...

## .... Les jaunes, orangées ....

### **Tigarelle** (50 à 100 g)

**Origine : Angleterre**

Plante rustique, productive et résistante aux maladies. Agréable à l'œil et au palais, rouge veiné de vert, puis rouge veiné d'orange à complète maturité. Chair délicieuse, juteuse et légèrement acidulée. Tomate de 4 à 5 cm de diamètre. Grappes de 6 à 7 fruits.

**Très précoce**



## **Ananas** (250 à 400 g)

**Origine:** Variété allemande de plus de 2 siècles

Variété très originale aux gros fruits aplatis à chair très ferme de couleur jaune striée de rouge, intérieur marbré jaune et rouge. Variété de production moyenne. Très bonne saveur, très parfumée. Récolter quand le fruit est jaune doré, ne pas laisser rosir.

**Mi-saison**



## **Joyau d'Oaxaca** (120 à 150 g)

**Origine:** Mexique

Tomate **productive** de type Ananas, elle produit de beaux fruits bigarrés jaune-orange, en grappes de 4 à 5 fruits à peau fine. Contient peu de graines. **Chair juteuse et charnue, très sucrée, très bonnes qualités gustatives.**

**Précoce**



## **Cœur de bœuf ananas** (100 à 200 g)

**Origine:** Russie

Variété Oxheart striped type cœur de bœuf rouge strié et flammé de jaune d'or à maturité. Chair orange dense et agréablement parfumée. Variété très vigoureuse et très sucrée, excellent en salade.

**Mi-saison**



## .... La verte ....

## **Green zébra** (80 à 120 g)

**Origine :** USA

Variété magnifique, zébrée jaune et vert clair, saveur douce et riche, légèrement acidulée. Très productive. Croissance vigoureuse. Très bonne en salade, en conserve ou confite. L'unique de couleur verte zébrée à maturité!

**Mi-saison**



# .... Les Jaunes ....

## **Cœur de bœuf "Orange"** (250 à 500g)

**Origine: Russie**

Variété Verna Orange à fruits oranges en forme de cœur. **Saveur délicieuse.** La chair est ferme avec peu de graines d'un bel orange uniforme. Saveur typique de ces tomates oranges, pleines, douces et sucrées. **Une tomate suffit pour faire une salade !**

**Mi-saison**



## **Jaune de Belgique** (250 à 300 g)

**Origine: Belgique**

Variété vigoureuse donnant de gros fruits oranges. Goût excellent, un peu sucré. **Tomate charnue avec peu de graine à l'intérieur.** Bonne résistance à l'éclatement. Très bonne en salade.

**Mi-saison**



## **Cornue des Andes "Jaune"** (100 à 200 g)

**Origine: Russie** **Nouveauté !**

Fruit jaune tirant sur l'orange à pleine maturité, de forme cylindrique allongé se terminant en pointe souvent retourné. Bouquets de 3 à 5 unités. Chair épaisse et "sèche" contenant peu de graines.

**Saveur plus prononcée et sucrée que sa sœur l'Andine rouge.** Plant à très grand développement et aux entre-nœuds très espacés. Bonne production.

**Mi-saison**



## **Moon Glow** (180 à 250 g)

**Origine:** USA

Variété d'une grande qualité gustative. **Prix pour le goût en 2007**, pour la meilleure tomate en variété ancienne. Les fruits sont de couleur jaune à orange vif, de forme ronde. **La saveur est très douce et la chair ferme avec peu de graine.** Cette variété peut se consommer en salade, pour la cuisine ou en coulis.

**Précoce**



## **Jaune banane** (45 à 75 g)

**Origine:** Amérique du sud

Variété productive et décorative. Elle donne, sur une longue période, une abondance de bouquets de 10 à 20 fruits. Ces fruits, jaune citron, allongés en forme de petites bananes. **Variété très digeste contenant peu de graines.** Chair jaune, peu acide, idéale pour les salades de tomates.

**Très précoce**



# ..... La Rose .....

## **Rose de Berne** (120 à 180g)

**Origine:** Variété Ancienne Française

La saveur de cette tomate est exceptionnelle. Très parfumée. Couleur rose à rose-rouge, résiste bien aux maladies et produit beaucoup. Tomates douces et sucrées, ne laissant aucun goût d'acidité. Classée par les jardiniers amateurs **parmi les meilleures variétés de tomates anciennes.**

**Mi-saison**



# ... Les Noires ...

## **Noire de Crimée** (130 à 350 g)

**Origine: Russie**

Produit des beaux fruits à la chair de couleur rouge-brun sombre avec un gel vert autour des semences. Cette variété est très bonne en salade et très appréciée des enfants et des personnes sensibles en raison de son absence d'acidité et de la douceur de sa chair. Productivité moyenne.

**Mi-saison**



## **Noire Russe** (100 à 150 g) **Origine : Variété**

**Ancienne de Sibérie**

Variété de couleur rouge-brun, équivalente à la **Noire de Crimée** mais de **plus petite taille et plus précoce**. Fruits ronds ou parfois légèrement allongés, juteux à saveur très douce. Elle offre un bon rendement avec des fruits de taille moyenne.

**Précoce**



## **Black zébra** (100 à 150 g)

**Origine: USA**

Belles tomates noires zébrées de rayures longitudinales vertes dorées, de bonne saveur douce. **Très bonne productivité**. Vraiment très attractive par ses couleurs. Bonne saveur. Sans acidité, chair juteuse.

**Précoce**



## **Cœur de bœuf "Noire"** (300 à 400 g)

**Origine: Russie**

Variété de type cœur de bœuf noire, ce qui n'est pas très courant. Une fois ouverte, la « Brad's Black Heart » est pourpre noire avec un collet vert, saveur exceptionnellement riche, complexe et douce typique de la meilleure tomate noire. Plante vigoureuse de bonne résistance aux maladies, croisement entre Noire de Crimée et Cœur de Bœuf.

**Mi-saison**



## **Prune noire "Grappe"** (25 à 50 g)

**Origine: Russie**

Variété à chair ferme, douce, juteuse. Leurs parfums et saveurs vous feront découvrir le plaisir du goût retrouvé. **Variété très productive et très résistante, rustique et qui donne vraiment jusqu'à très tard en arrière saison...Les dernières que l'ont mange.**

**Précoce**



## **Ananas Noire** (400 à 800 g)

**Origine: Belgique**

Tomate Black Pineapple est une variété très intéressante, sa chair est marbrée verte et jaune avec des raies roses et est pauvre en graines. Elle présente des différences de textures surprenantes entre le moelleux et le ferme dans un même fruit, **un vrai régal !**

**Mi-saison**



## **Cornue des Andes "Noire"** (100 à 200 g)

**Origine: Russie**

La variété de Cornue des Andes noire est une nouvelle variété issue d'un **croisement naturel entre la cornue des Andes rouge et la noire de Crimée**. Cette variété est très originale et chaque fruit est un vrai plaisir gustatif. **Peu de graine elle est donc très digeste !**

Très productive. Elle mérite vraiment d'être connue !

**Mi-saison**



## **.....La Blanche .....**

## **Cœur de bœuf "Blanche"** (300 à 400 g)

**Origine : Russie**

Très belles tomates en forme de cœur, de couleur blanche à jaune pâle à maturité. Variété très productive donnant de gros fruits charnus de **très bonne qualité gustative** à consommer de préférence cru, en salade. Saveur douce et délicate.

**Mi-saison**



## .... Les Bleues ....

### **Osu blue** (80 à 100 g)

**Origine : USA**

Tomate ronde juteuse et goûteuse qui se mange très mûre, elle est le résultat final d'un croisement naturel entre une tomate sauvage péruvienne et une variété de tomate ancienne. **NATURELLEMENT BLEUE** sa coloration n'apparaît que sur les parties exposées au soleil. La chair intérieure est rouge foncée. **Elles feront de votre potager un lieu de curiosité !!!**

**Tardive**



### **Cœur de bœuf "Bleue"** (100 à 150 g)

**Origine : USA**

Chair dense à la bonne saveur. Plant au feuillage retombant, d'aspect frêle à petites tiges mais **très vigoureux**. Très bonne production de la mi-saison jusqu'aux gelées. Très bonne conservation des fruits après cueillette. **Originale et délicieuse !!**

**Mi-saison**



## .... Les Tomates cerises ....

### **Cerise Rouge "Grappe"** (15 à 20 g)

**Origine : Italie**

Plante vigoureuse, **très productive à très petits fruits délicieux, fondants et très sucrés. Idéal pour l'apéritif** ou le goûter. Peut-être récolté en grappes pour éviter que les fruits se fendent. Ses bouquets sont très décoratifs sur les salades.

**Précoce**



## **Miel du Mexique "Cocktail"** (15 à 25 g)

**Origine : Variété Ancienne du Mexique**

Variété de tomate cerise à saveur exquise de vraie tomate, juteuse, peu d'acidité.

**La plus grosse des miniatures**, beau plant vigoureux et très productif résistant à la sécheresse et à l'éclatement.

**Précoce**



## **Barbaniaka "Petite Cerise"** (2,5 à 5 g)

**Origine : Hongrie**

Petite cerise rouge de type "groseille" tout en grappe de 6 à 8 fruits, de saveur très sucrée et délicieuse. Très productive et résiste au mildiou. **Ne nécessite ni taille, ni tuteurage.** Bonne productivité.

**Très précoce**



## **Grappe Jaune "Petite Cerise"** (2,5 à 5 g)

**Origine : Russie**

Variété vivace de tomate cerise, aux tout petits fruits à la **saveur délicieuse**, excellente à déguster à l'apéro, **les enfants l'adorent !!!** Très résistante et très productive

**Très précoce**



## **Raisin vert "Grappe"** (25 à 35 g)

**Origine : Variété Ancienne de Russie**

Plant produisant de nombreuses grappes de petits fruits jaunes striés de vert, à la **chaire juteuse, sucrée, très parfumée.** **D'excellente qualité gustative, très productive.** Idéal pour les apéritifs, les cocktails ou pour colorer vos salades.

**Étonnante !!!**

**Mi-saison**



## **Cerise Orange "Grappe"** (15 à 20 g)

**Origine : USA**

Variété très parfumée, d'une belle couleur orange.

**Saveur exquise très fruitée**, variété idéale pour les salades, les apéritifs et les garnitures de plats.

Très productive.

**Précoce**



## **Cerise Noire "Cerise"** (25 à 40 g)

**Origine : Russie**

Tomate cerise de couleur pourpre foncé à noir, même couleur que la Noire de Crimée. Les fruits sont très savoureux, sucrés et délicieux. Superbe, à mélanger avec d'autres couleurs de tomates cerises. **Variété très productive.**

**Mi-saison**



## **Cerise Bleue "Cerise"** (25 à 30 g)

**Origine : USA**

Magnifique variété produisant des tomates cerises de 2,5 cm de diamètre. **Les fruits sont très riches en anthocyanes, de puissants antioxydants.** Les **feuilles sont ourlées** - laissant ainsi pénétrer plus de lumière solaire. **Très grande productivité.**

Croissance indéterminée.

**Mi-saison**



## **Cerise Ananas "Cerise"** (20 à 25 g)

**Superbe fruit doré aux rayures oranges.** Peau et chair jaune foncée striée d'orange, douce saveur aromatique avec une pointe d'acidité. Très bonne production. Plante vigoureuse et récolte continue sur une longue période.

**Précoce**



## Poire jaune "Cerise" multi-fleur

Petits fruits jaunes de forme globuleuse regroupés en grand nombre sur chaque grappe. **Goût sucré.** Une seule grappe, telle celle illustrée ci-haut, peut contenir plus de 80 tomates! Type multiflora. Originaire de Suède. 75-80 jours.

**Précoce**



## Poire Rouge "Cerise" multi-fleur

Cette variété offre des centaines de fleurs et donc des centaines de petits fruits rouges en forme de poire en énormes grappes impressionnantes. Ils sont très savoureux. **Une seule grappe peut porter plus de 100 fruits. Variété rare!**

**Précoce**



# .... Les Aubergines ....

**2€ l'unité**

## Aubergine Violette de Bretagne (400 à 500 g)

Variété très productive parfois épineuse, produit des fruits violet-noir en forme de massue, de 20 à 30 cm de long et de 8 à 10 cm de diamètre. Elle bénéficie d'un fort développement et peut atteindre 1 m de hauteur. Très hâtive et vigoureuse, adaptée aux régions un peu plus fraîches.

**Précoce**



## Aubergine Little Finger (150 à 200g)

Une variété rustique, précoce et productive qui offre des grappes de 3-4 fruits allongés, charnus à la peau lisse, d'**un beau noir bleuté.** A récolter avant qu'il ne dépassent 5 cm. Cette plante potagère haute de 50 cm est cultivée pour ses fruits d'excellente qualité gustative, dont la chair est consommée cuite sautée ou farcie. **Très Précoce**



# ..... Les Poivrons .....

**2€ l'unité**

**California wonder** (150 g à 200 g)

**Origine : Amérique du Sud**

Variété demi précoce très productive, aux gros fruits de couleur rouge foncé, chair fondante et épaisse à maturité. **Pouvant être cueilli également en vert.** Variété à belle chair croquante et parfumée. Rustique et productif.

**Précoce à mi-saison**



**California wonder Orange** (120 g à 150 g)

**Origine : Amérique du Sud**

Variété productive, donnant de gros fruits de 12 cm de long qui mûrissent du vert au jaune orange. Poivron carré, 3 à 4 loges, **chair épaisse et sucrée.** Poivron idéal pour les salades et à frire. Rustique et productif.

**Précoce à mi-saison**



**Corno Di Toro Rouge**

Les fruits très juteux, en forme de corne, peuvent atteindre 22 cm de long et 4 cm de large. Leur saveur est excellente, cru comme farci. Ils mûrissent de vert à rouge brillant. La variété est très productive et **pousse très bien dehors.**

**Précoce**



**Corno Di Toro Jaune**

C'est une variété idéale pour les farces. Les fruits très juteux, en forme de corne, peuvent atteindre 22 cm de long et 4 cm de large. Leur saveur est excellente, cru comme farci. Ils mûrissent de vert à jaune-orange. La variété est très productive et **s'adapte très bien pour être cultivée dehors.**

**Précoce**



## Poivron Chocolat

Le poivron chocolat est **très productif et précoce**. D'abord vert, il devient couleur chocolat à maturité. Fruits allongés, charnus et d'un **grand plaisir gustatif**. Produit des fruits très attrayants de chair très douce et délicieuse ! On peut le récolter vert ou à maturité.. **De saveur très douce il est idéal à préparer cru en salade mais aussi farci, ou en ratatouille...**



**Précoce**

## ... Les Piments ....

**2,50€ l'unité**

### Piment "Végétarien"

**Origine : Antilles**      **Échelle de Scoville = 0**

Les fruits de ce piment sont de saveur très puissante et très aromatique. Ils dégagent une forte odeur et il **ne pique absolument pas** ! Le piment végétarien et un piment doux très utilisé dans la cuisine antillaise et apprécié par les végétariens.

**Mi-saison**



### Piment "Espelette"

**Origine : France**      **Échelle de Scoville = 2**

Piment à fruits coniques vert à rouge de 7 à 9 cm. variété qui a été introduite au Pays Basque, utilisée en médecine puis, très vite, comme succédané du poivre noir, **condiment et conservateur des viandes**. **Il est avant tout un condiment plus qu'une épice.**

**Précoce**



### Piment "Purple delight"

**Origine : USA**      **Échelle de Scoville = 8**

Piment violet assez fort. Les fruits de 2 cm mûrissent de vert à violet à rouge écarlate. Les fleurs sont violettes et le feuillage est panaché vert et pourpre.

**Variété très ornementale !!!**

**Mi-saison**



## Piment "Habanero"

**Origine : Antilles**      **Échelle de Scoville = 10**  
Appelé aussi piment Antillais. Il est parfait pour la cuisine Indienne ou Jamaïcaine. Attention ce piment est **extrêmement piquant mais aussi très goûtu** , c'est l'un des piments les plus forts du monde mais avec une saveur unique.

**Mi-saison**



## Piment Espagnol "Padrón"

**Origine : Espagne**      **Échelle de Scoville = de 0 à 4**  
Le **piment typique d' Espagne**, il est l'ingrédient majeur des tapas !! Les espagnols le consomment quand il est vert et pas trop gros, ils le font frire à la poêle avec de l'ail. Quand il est rouge on peut le faire sécher et faire du **paprika**. **Il est très important de le récolter vert et de petite taille car dans ce cas il ne pique pas, plus gros il sera piquant.** Plante vigoureuse et facile de culture.

**Mi-saison**



## Piment Mexicain "Jalapeno"

**Origine : Mexique** échelle de Scoville= 5 à 8  
Le **piment jalapeño** tient son nom de la ville mexicain de Jalapa, capitale de l'Etat côtier de Veracruz. Quand les piments jalapeño sont séchés et fumés, ils sont connus sous le nom de piment chipotle. Comme tous les piments, le jalapeño est très **riche en vitamine C et en vitamine B6**. Mais la plupart des propriétés du jalapeño proviennent de sa teneur en **capsaïcine** qui accroît la circulation sanguine et agit comme un anti-inflammatoire.

**Mi-saison**



# ..... Les Melons .....

**2€ l'unité**

## **Melon "Vieille France"** (300 à 800 g)

**Origine : France**

De culture facile en plein champ. Le melon vieille France **ne nécessite pas de taille**. Il produit de beaux fruits, avec un cycle végétatif assez court pour être cultivé au nord de la Loire. Juteux et fortement parfumé.

**Précoce**



## **Melon "Charentais"** (200 à 400 g)

**Origine: France**

Melon charentais (Murmel) à croissance ouverte avec une base de fruits uniforme et un poids moyen de 600 g. **Facile à entretenir Particulièrement adapté pour la culture dans la serre et la culture en plein air.** Goût particulièrement aromatique.

**Précoce**



## ...La pastèque...

### **Pastèque "Sugar Baby"**

Il s'agit d'une plante annuelle qui développe des tiges longues et sarmenteuses. **La « Sugar baby » est une variété de pastèque qui ne requiert pas de taille avec un goût sucré eceptionnel** . En plus d'être précoce, les fruits de cette pastèque sont gros et ronds. Ils sont également lisses et de couleur vert foncé avec des rayures noires à l'extérieur

**Très précoce**



# ..... Les Concombres .....

**2€ l'unité**

## **Concombre Hélène** (environ 35 cm)

**Origine : Allemagne**

Variété très productive. Fruits vert sombre brillant à peau lisse. Concombre parthénocarpe (produit surtout des fleurs femelles). Fruits vert foncé, longs et lisses.. Le concombre peut être aussi cuit à la vapeur ou dans un peu de matière grasse, puis servi en légume d'accompagnement. **Excellente saveur rappelant la noisette**

**Précoce**



## **Concombre Tanja** (Env.25 cm )

Petit Concombre très rustique, un peu épineux, productif. Les fruit vert foncé de 30 à 35 cm de long, **sans amertume**, digeste et croquant. Il faut récolter les fruits lorsqu'ils mesurent 25 à 35 cm. Variété idéale pour le jardinier amateur.

**Mi saison**



# ..... Le Cornichon .....

## **CORNICHON "Vert de Paris"**

**Origine: France**

Cornichon précoce et rustique, très productif, à cueillir jeunes. **Donne de petits fruits épineux, courts, droits et cylindriques de couleur vert foncé.**

Sa chair est épaisse, ferme, croquante à la saveur très fine. **Très adapté à la mise en bocaux.**

**Précoce**



# ..... Les Courges .....

**2€ l'unité**

**PATIDOU** (200 à 600 g)

**Origine : Mexique**

Variété coureuse de petite taille ivoire-rayé vert foncé, parfois appelée courge Sweet Dumpling. Produit une dizaine de fruits par pied, à chair ferme, orangée, très fine, au délicieux goût de noisette. Elle est aussi décorative que succulente.

**Très bonne conservation**



**BUTTERNUT** (1,5 à 3 kg)

**Origine : Nord de l'Amérique du Sud**

Appelée aussi courge Noix de Beurre ou courge Doubeurre, elle est d'une variété coureuse et produit 4 à 7 fruits par pied. Chair jaune à jaune orangé, fine, beurrée et fondante comme de l'avocat. Goût musqué.

**Très bonne conservation**



**POTIMARRON** (1,5 à 3 kg)

**Origine : Japon**

Cette courge coureuse, produit 2 à 5 fruits par pied. Le véritable POTIMARRON est orange foncé, sa peau est fine et tendre, sa chair de couleur jaune orangé foncé est épaisse, tendre, sucrée, parfumée avec un très net goût de purée de châtaigne. Saveur incomparable.

**Très bonne conservation**



**COURGE "LONGUE DE NICE "** (5 à 10 kg)

Variété coureuse, aux très longs fruits pouvant atteindre 1m et peser jusqu'à 10kg. Épiderme vert clair devenant ocre à maturité. La chair orange, ferme, de saveur musquée, légèrement sucrée est incomparable sur le plan gustatif. Se consomme jeune ou à maturité complète.

**Très bonne conservation**



## **POTIMARRON VERT KABOCHA** (2 à 3 kg)

Nommé aussi Le **potimarron vert** d'Hokaïdo il est un fruit très populaire au Japon. Sa chair est très belle, d'un beau jaune vif à saveur douce et sucrée. Délicieux à préparer en soupe, en purée

ou gratins. **c'est un des meilleurs !!**

**Bonne conservation**



## **Courge Spaghetti** (2 à 4 kg)

**Origine : Amérique du Nord**

Coureuse, produisant 2 à 5 fruits par pied.

Lorsqu'elle est cuite, la chair fait des longs fils, à la manière de spaghetti. **Très sympa à cuisiner farcit !!**

**Très bonne conservation**



## **POTIRON Rouge vif d'Étampes** (5 à 15 kg)

**Origine : Étampes dans l'Essonne**

Le potiron Rouge Vif d'Étampes est une variété classique qui atteint parfois 20 kg et dont l'épiderme bien coloré fait honneur à la fête d'Halloween.

**Très bonne conservation**



## **Musquée de Provence** (5 à 20 kg)

**Origine : Sud de la France**

Plante coureuse et vigoureuse, aux fruits vert foncé devenant ocre à maturité. **Chair d'excellente qualité gustative au goût de châtaigne** de chair ferme, de couleur orange vif. **Gros fruits d'environ 20 kilos**, 2 à 5 fruits par pied.

**Très bonne conservation**



# .... Les Courgettes ....

**2€ l'unité**

## **Courgette Verte de Milan** (100 à 150 g)

**Origine : Italie**

Variété non coureuse. Plante au développement très ouvert pour une grande facilité de récolte. Un bon équilibre entre croissance végétative et fructification. Précoce et hâtive. Beaux fruits vert de 18-20 cm de long. **Très bonne saveur et très bonne productivité.** Croissance : 50-55 jours.

**Précoce**



## **Courgette Petite Grise de Provence**

(100 à 150 g) **Origine : Algérie**

Variété de courgette non coureuse et semi-buissonnante. Ses fruits courts en forme de massue donnent de petits fruits vert clair, finement striés. Excellente **qualité gustative sans amertume, très bonne crue.** Bonne résistance à la sécheresse et très productive.

**Précoce**



## **Jaune "Gold Rush"** (env.18cm)

**Origine : Angleterre**

La courgette Gold Rush est une variété non coureuse. Chair tendre, fine, d'excellente qualité gustative. A consommer jeune de préférence. Très productive.

**Précoce**



## **Ronde de Nice** (600 g à 1,5 kg)

**Origine : Ancienne Française**

La courgette Ronde de Nice est une variété non coureuse, hâtive, très productive, les fruits se récoltent à mi-développement. **Chair fine, tendre et fondante.** Idéale à farcir et très bonne crue râpée. Variété buissonnante

**Mi saison**



# ..... LES FLEURS .....

**Fleurs utiles au potager, de la romance et du charme dans votre jardin et de belles couleurs dans vos assiettes !**

## **Fleurs annuelles**

**TARIF 1,50€ L'UNITÉ**

### **Tagete Signata** Fleurs et feuilles comestibles

**Origine:** Mexique

La tagète **dégage une odeur de mandarine incroyable**. Fleurs panachées jaune orangé avec un goût d'agrume étonnant. Qui décorent à merveille vos plats. **Odeur géniale au potager avec une floraison qui se renouvelle jusqu'à l'automne**. Ses racines sécrètent une substance qui empêche le développement des nématodes.

**Bonne protectrice au pied des tomates !!!**



### **Œillet d'Inde panaché** Pétales comestibles

**Origine :** Antilles

Ses pétales ont un goût qui se rapproche du fruit de la passion, et colorent toasts et salades !!!

**Au jardin :** puissant répulsif pour de nombreux insectes (puceron, mouche blanche...). Ses racines sécrètent une substance qui empêche le développement des nématodes.

**Bon protecteur au pied des tomates !!!**



**TARIF 2,50€ L'UNITÉ**

### **Oeillet "Sulfureux"** Pétales comestibles

Plante annuelle de 40 à 70 cm très rameuse, à **petites fleurs** simples de couleur jaune, orange clair et foncé. **Ses pétales agrémenteront vos plats d'une saveur douce et délicate**.

**Au jardin :** De nombreux insectes utiles au jardin le visitent pour leur nectar et leur pollen. Ses graines sont appréciées des chardonnerets et ses fleurs et jeunes feuilles sont **comestibles** et **mellifère**. Dans le langage des fleurs, il est le symbole de l'innocence



## Cosmos "Pureté"

Une variété de Cosmos dotée de grandes fleurs gracieuses d'un blanc très pur et d'un feuillage léger. Une élégante simplicité, superbe en compagnie d'autres plantes aériennes, très chic en bouquet. **Plusieurs floraisons successives de juillet à octobre. Un peu de charme dans votre jardin !!!**



## Cosmos "Orange Cosmique"

Une variété de Cosmos qui mesure **entre 80 et 1 mètre de hauteur dotée de grandes fleurs gracieuses d'un orange dense et d'un feuillage léger au port compact**. Une élégante simplicité, superbe en compagnie d'autres plantes aériennes, très chic en bouquet. **Plusieurs floraisons successives de juillet à octobre. Nouveauté !!**



## Cosmos Antiquité

Variété de Cosmos de 60 cm de très longue floraison, les fleurs sont d'un **profond rouge Bourgogne qui se transforme au fil du temps en un rose plus clair, légèrement teinté de bronze**. Ce coloris unique est vraiment magnifique dans les jardins et au milieu des potagers. **Un peu de charme dans votre jardin !!!**



## Tournesol "Soleil"

Ce tournesol peut facilement atteindre 2 m de haut. **Son développement est spectaculaire**. La hauteur est fonction du caractère bien travaillé du sol. **Il produit de grandes quantités de graines dont raffolent les oiseaux**, le gibier et la basse-cour. Il est utilisable en massif.

**Du soleil tout l'été dans votre jardin.....**



## Tournesol Rouge

Variété peu commune très originale, qui dévoile un **dégradé de couleurs rouges**. Il peut atteindre 2 à 3.5m de haut et produit d'énormes fleurs pouvant atteindre 30 cm de diamètre. Aime les sols frais, profonds et meubles. **Au Jardin : de nombreux insectes utiles au jardin le visitent pour leur nectar et leur pollen et les oiseaux l'adorent !**



## Calendula " Souci des jardins "

Plante annuelle produisant de grosses fleurs jaunes et orangées. Idéal pour la conception de bouquet champêtre. Dotée d'une capacité germinative très vigoureuse, c'est la fleur recommandée pour les jardiniers débutants : une réussite assurée. Souvenirs des jardins de nos mères ou grands-mères.

**Afin de réaliser un bon macérat de fleur de Calendula dans l'été!!**



## Maïs doux "Comestible"

Cette variété de maïs doux est à croquer légèrement **cuit à la vapeur avec un peu d'huile d'olive, de beurre ou encore au barbecue**. Un vrai délice !!! Vous pouvez aussi trouver dans un livre de recette ou en ligne une recette Mexicaine appelé "Elotes", épis de maïs à la mexicaine, **un vrai régal !!**



## Fleurs vivaces

**TARIF 5,00€ L'UNITÉ**

### Tagète vivace lemmonii

Plante vivace à feuilles persistantes au **parfum de fruit de la passion**. Résistance à la sécheresse et attire les papillons tout en repoussant certains nuisibles  
Vivace en climat méditerranéen à conserver en pot ou en serre en climat frais. **Nouveauté !!**



### Coreopsis "Sun kiss"

Vivace caduque au feuillage très fin buissonnant. Les fleurs style marguerite, jaune clair à centre rouge et au coeur jaune apparaissent de juillet à septembre. Préfère le soleil et un sol sain à frais.

**Nouveauté !!**



## Gaillarde Dazzler

La gaillarde 'Dazzler' est une plante vivace de massif, peu exigeante et très robuste, qui supporte aussi bien la sécheresse que le froid. De juin à septembre, elle vous offrira une jolie floraison bicolore rouge à point jaune. **Nouveauté !!**



## .....Côte de blette.....

**1,50€ l'unité ou 4€ les 3 plants**

### Blette Blanche

Charnu large cote de 10 à 12 cm, plates très blanche de 35 à 40 cm.



### Blette Rouge

De couleur rouge au port dressé à large cardes rouge et au feuillage vert foncé



### Blette Jaune

Feuille verte et cardes jaune brillant.



## Barquette mélange des 3 couleurs de blette



**4€ les 3 plants**

La blette est **très riche en minéraux : potassium, fer, magnésium, calcium...** qui participent au bon fonctionnement de l'organisme.

La blette est source de vitamine C et bêta-carotène, concentrés dans les feuilles vertes et contient des antioxydants qui protègent les cellules du vieillissement prématuré !! **Légume ancien revenu au goût du jour !!**

# Patates Douces

**2,50€ l'unité ou 10€ les 5 plants**

## Patate Douce Variété Beauregard

Les patates douces Beauregard à **chair orange** sont une excellente source de vitamines C et E et contiennent du fer, des fibres et du potassium. Les tubercules sont également une bonne source de bêta-carotène, **un pigment orange qui est converti en vitamine A dans le corps et aide à protéger la perte de vision et à améliorer la peau.** Grâce à sa teneur élevée en fibres, elle favorise la satiété et aide à éviter les fringales, **la patate douce a un indice glycémique plus bas que certaines autres sources d'amidon, ce qui en fait un choix favorable pour les personnes soucieuses de leur glycémie.**



## Patate Douce Variété Pépita

La Variété Pépita à **chair violette** est un trésor de bienfaits, sa **couleur pourpre est due aux anthocyanines et antioxydants qu'elle contient, lui conférant une belle robe violette.** La patate douce violette est appréciée pour sa richesse en nutriments, vitamines, minéraux et fibres. Elle peut être utilisée dans des plats salés et sucrés. Grâce à sa teneur élevée en fibres, elle favorise la satiété et aide à éviter les fringales. En somme, la patate douce violette est un super-aliment à intégrer dans une alimentation variée pour profiter de ses nombreux bienfaits pour la santé.



## Plantation des plants de patates douces :

Planter de mai à juin tous les 30 cm, sur des rangs distants de 90 cm lorsque les gelées ne sont plus à craindre dans un sol frais. Butter les pieds comme pour une pomme de terre dès que les tiges sont assez longues. Arroser fréquemment surtout en début de culture. La patate douce craint la sécheresse. **Récolter lorsque le feuillage commence à jaunir en septembre, octobre.**

## ...Les Légumes Anciens...

**TARIF 3,50€ L'UNITÉ**

### Arroche Rouge

Cette ancienne variété offre des feuilles tendres, très larges, d'un rouge qui reste foncé à la cuisson. **Elles se consomment crues ou cuites comme des épinards.** Charlemagne l'indiquait comme plante potagère dans son Capitulaire de Villis dès le IX<sup>ème</sup> siècle. Ce légume fut longtemps très apprécié en Europe de l'est avant de tomber en désuétude.



### Mauve de Mauritanie

Les fleurs et feuilles sont comestibles. Largement consommée en Afrique du Nord, est appelée en arabe dialectal *khoubize* ou bien *Bequoula*. **Les jeunes feuilles sont utilisées en salade ou comme des épinards.** La plante atteint une hauteur de 1 m à 1,5m. Elle **se resème toute seule**. Séchées, ses fleurs sont merveilleuses en infusion pour adoucir la gorge.



### Amarante "Queue de renard"

Plante sacrée cultivée par les Aztèques et les Incas du fait de ses **grandes valeurs nutritives**. **Les graines s'utilisent comme le millet et se consomment en farine ou grillées alors que les feuilles se dégustent à la manière des épinards.** Ses longs épis floraux illuminent et allègent les massifs du jardin pendant tout l'été. Se resème spontanément sans toutefois devenir envahissante



## Bourrache officinale

On utilise la bourrache en salade, cuite comme l'épinard, en infusion, **les fleurs en décoration des plats de crudités avec leur délicat goût iodé (léger goût d'huître)**.

Très mellifère, la bourrache permet une **meilleure pollinisation** au verger et au rucher. **Elle repousse les mollusques et étouffe les mauvaises herbes.**



## Bourrache Blanche

Cousine de la Bourrache le Bleu que nous connaissons bien dans nos jardins. Elle se différencie ces fleurs blanches. Toujours aussi **mellifère**, elle sera un vrai plaisir pour les pollinisateurs du jardin. La fleur est **comestible** et pourra embellir vos belles salades d'été..



## Amarante rouge

Végétation rapide, **les feuilles se consomment crues en salades mixtes ou cuites**. Les feuilles, les tiges et les épis sont rouges. Plante à croissance rapide de 1,8 m. Sa **teneur en minéraux est aussi remarquable** : c'est une excellente **source de calcium, fer, magnésium, potassium, cuivre, manganèse, sélénium, phosphore.**



**Tétragone** Appelé aussi Épinard de Nouvelle-Zélande. Cet épinard d'été, à la saveur agréable, a un développement rapide et **est plus productif que l'épinard** (surtout par temps chaud). **Chaque pied peut s'étaler sur près de 1m<sup>2</sup>**. Récolter les grandes feuilles charnues. C'est un **légume santé** qui contient beaucoup de vitamine C, B1, B2, PP, et des sels minéraux.



## Kiwano

Le Concombre Cornu d'Afrique ou Kiwano est une **authentique curiosité** ! Sa chair est juteuse, fine, douce et sans amertume aux notes de kiwi ou banane selon la **maturité du fruit**. A consommer cru nature, salé ou sucré, dans une salade de fruits ou avec du poisson et un jus de citron vert. **Entre dans la composition de certains cocktails !**



## L'Épinard Fraise

L'épinard-fraise est un légume dont on peut consommer les fruits et les feuilles. Le fruit ressemble à une grosse fraise et a le goût de betterave très sucrée. Les feuilles ont le goût de noisette. Crues, il faut les consommer avec modération car elles contiennent des oxalates.



## Tabac Blond "De Virginie"

Cette plante de grande taille, environ 1.5 m, est très décorative avec de belles fleurs de couleur rose en panicules et de très grandes feuilles. Cette variété peut être séchée pour être fumée, tabac doux.



# ...Les choux feuilles...

**TARIF 3,50€ L'UNITÉ**

**Excellent antioxydant et reste en place dans votre potager 1 à 2 ans !**

## Chou Palmier de Toscane

Légume très populaire en Italie. Ressemble beaucoup au chou frisé mais en plus tendre. Se prépare en salade avec les jeunes feuilles, dans la soupe, au wok avec d'autres légumes ou en pesto. Pour les grandes feuilles, il est recommandé d'enlever la côte (partie centrale) qui est moins tendre. **Légume riche en saveurs et très sain.**



## Choux Kale vert

Chou ancien non pommé dont on récolte les feuilles pendant toutes les périodes automnales et hivernales de même qu'au début du printemps. Très riche en vitamines C et A. **Un légume santé à découvrir !!**

**Reste en place dans votre potager 1 à 2ans !**



## Chou Kale rouge

Chou frisé d'une belle couleur pourpre aux feuilles dentelées en **très haute teneur en vitamine C**. Ses feuilles au goût sucré et doux se consomment jeunes ou matures. 1m de hauteur environ. **Pour préparer le kale rouge idem que le vert. Culture:** Peu s'accommoder de la plupart des terres tant qu'il aura de la fraîcheur. Protéger avec un voile d'hivernage en cas de fortes gelées.

**Reste en place dans votre potager 1 à 2 ans !**



## Choux Kale "Red russian"

Chou frisé kale très attractif aux feuilles bleu-vert dentées et aux tiges rouges. En comparaison avec les autres choux verts, **la feuille est plus douce et plus tendre ce qui la rend surtout intéressante comme jeune pousse (baby kale)** qui peut être récoltée après 30 jours ou plus tard à maturité. **Reste en place dans votre potager 1 à 2 ans**  
**Variété très résistante !!**



## ..... Nos fraisiers .....

**1,30€ l'unité ou 12€ les 10 plants**

### Fraise "Cirafine"

**Variété remontante**, d'excellente qualité gustative. Fruit de calibre moyen, ovoïde allongé, parfois bosselé, mais de belle présentation, rouge sang brillant. Finesse de chair, plutôt parfumée. Récolte de juillet à novembre. Très bonne tolérance à l'oïdium.

**Très productive**



### Fraise Cijosée

**Variété remontante** Plante vigoureuse et rustique  
Fruit conique à cunéiforme long, gros calibre, bon rendement. Rouge vif très brillant à chair et épiderme fermes. Fruitée, sucrée et juteuse  
Très bon comportement vis à vis de l'oïdium  
Précocité en été/automne. Récolte de juillet aux gelées

**Très productive**



**Chers clients, certaines variétés de légumes et de fleurs ne figurent pas dans notre catalogue... Nous aimons vous réserver quelques surprises pour vous étonner !**

**Venez les découvrir directement à Caden ou sur l'un de nos points de vente.**

**Merci encore pour votre visite et votre confiance.**

**À très bientôt, L'équipe de L'Atelier des Bons Plants "**