Le temps des champignons

Bonjour à toutes et tous,

Lors de nos quelques jours de vacances/obligations familiales en Haute Loire, j’ai pu prendre des moments (très matinaux) pour explorer certains coins sauvages du département. Territoire de moyenne montagne, la Haute Loire est aussi un territoire de forêts anciennes, faites de hauts épicéas et hêtres colorés. Sous ces houppiers, c’est développé un foisonnant écosystème forestier où les pluies ont vite fait de réveiller les champignons.

Lors de ces quelques jours, les nombreuses pluies aidant, ces forêts étaient une véritable pouponnière de champignons d’automne. Si les senteurs étaient prenantes, la diversité des formes, des couleurs avait de quoi amuser tout botaniste amateur.

A défaut de pouvoir vous emmener en véritable *balade botanique* (je ne suis pas compétente sur les champignons), je voulais partager avec vous quelques jolies photos illustrant cette biodiversité. J’espère que cela vous plaira

Partons dans une forêt claire, où les houppiers des épicéas protègent des clairières mousseuses et emplies de myrtilliers et bruyères. L’arrivée de l’automne a teinté le vert franc de notes de jaunes et ocres.

Il ne faut pas longtemps pour repérer de petites familles de champignons (des **Pholiotes changeantes?**) se dresser sur les souches :

Entre les mousses, des chapeaux blancs (des **Clitocybe nébuleux** ?) se dressent

Je pense avoir loupé l’occasion de récupérer quelques **chanterelles**

© Au Fil du Thym

Les champignons n’ont pas tous la forme que l’on connait avec un pied droit et un chapeau. Les **clavaires** (rugueuse ?) prennent des formes ramifiées grimpant vers le ciel.

Et sur les troncs les **calocères visqueuses** forment d’amusantes structures évoquant le corail ..

Dans les étonnantes couleurs que nous pouvons observer, ces ***laccaires améthystes*** affichent un joli violet :

Et parfois, sur les bords des chemins ou dans les endroits aménagés, nous pouvons trouver différents immeuble d’habitations sur les anciennes souches, façon gratte-ciel

(avec des **Trametes versicolor** ?):

Ou façon barres d’immeubles design avec balcons intégrés (**Hypholoma fasciculare**?)

Autre matin, autre ambiance. les brumes d’automne ont envahi la forêt. Nous sommes dans une zone peuplée majoritairement de conifères, où d’autres espèces de champignons peuplent l’humus.

Sur les zones mousseuses, des familles à chapeau plat s’installent et cherchent le soleil

Nous retrouvons quelques ***laccaires améthystes*** et leur étonnant

violet

Sous les conifères se sont plutôt des chapeaux rouges qui se dégagent (**russules ?**) des épines pointent vers le ciel.

© Au Fil du Thym

© Au Fil du Thym

La forêt de conifères reste le terrain favori de certains champignons comme les **Coprinellus micaceus** (?) (à gauche) et les **amanites tue mouche** (à droite). Ces dernières sont aisément reconnaissables à leur chapeau rouge à pois.

© Au Fil du Thym

© Au Fil du Thym

En espérant que cette petite balade dans le monde des champignons vous a plu, je vous souhaite une belle soirée !

Menus de saison – Novembre

Un billet de recettes de saison pour agrémenter les menus novembre. Des recettes faciles, variées pour ne pas être à court d'idées.

Pancakes à la courge

Bonjour à toutes et tous,

Alors que la saison des courges est bien démarrée et que certains (plus-si)petits gourmands ont repéré qu'Halloween est demain, je vous propose une amusante recette de courge. Elle pourrais régaler ces mêmes gourmands.

Comme vous l'avez peut être lu sur le billet du DIY toiles d'araignées, cette année, le plus grand a pris Halloween comme un prétexte pour organiser une soirée à se faire peur avec ses copains, en allant camper dans le (très grand jardin). Vu les températures, j'ai un gros doute sur le fait que la nuit entière se passe dehors et m'attends à voir débarquer à la maison à 22H+ un troupeau de (pré-)adolescents frigorifiés et avec la fringale de leur vie. Et oui, le grand air cela creuse.

Ce troupeau allant très certainement me retourner la cuisine, il me semble judicieux de prendre les devants et pré-préparer

un (grand) « quelque chose ». J’ai cherché sur le net une idée dans l’ambiance d’Halloween, acceptable par des pré-ado, avant de tomber sur le concept de ***pancakes à la courge***. Simple, efficace, et qui *« ne fait pas bébé.«*

J’ai crash testé l’idée auprès de mes gourmands pas plus tard qu’hier, idée qui a connu son succès. Pancakes colorés, moelleux, avec un petit gout de courge et tartinables à foison. J’ai fait jurer au plus grand de ne rien annoncer à ces copains, que la surprise soit entière. En attendant – et en urgence – je voulais partager l’idée avec vous. Que cela soit pour Halloween, pour un petit déjeuner de vacances, ou tout autre occasion, c’est une recette bon-plan à connaître. j’espère que cela vous plaira Bonne journée !

- Pancakes à la courge -
© Au Fil du Thym

Pancakes à la courge

Une recette de pancakes courge faciles à réaliser, moelleux et savoureux. Une excellente recette pour les petit déjeuner d'automne

Saison de la recette : Octobre à Mars

- 150 g de farine
- 200 g de courge ((chair de courge, sans peau et graines))
- 25 g de sucre
- 1 oeuf
- 1 cuillérée à soupe d’huile de tournesol
- 100 ml de lait
- 1/2 sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- huile pour la cuisson

1. Faites cuire la courge à la vapeur puis réduisez la en purée.
2. Disposez la farine, sucre, levure, sel dans un saladier.
3. Ajoutez l’œuf, la purée de courge, l'huile et mélangez bien pour homogénéiser.

4. Incorporez progressivement le lait en fouettant mieux de manière à éviter les grumeaux.
5. Faites chauffer une poêle antiadhésive légèrement huilée. Pour cuire les pancakes : disposez une grosse cuillérée à soupe de pâte, étalez légèrement, laissez cuire jusqu'à ce que des bulles se forment au dessus, retournez et terminez la cuisson 1 minute. Itérez jusqu'à épuisement de la pâte.
6. Servez ces pancakes tièdes ou à température ambiante

- Sur la courge : tout type de courge peut fonctionner dans cette recette.
- Selon le type de courge que vous utilisez, la pâte à pancakes pourra être un peu épaisse. N’hésitez pas à augmenter la quantité de lait au besoin.
- Pour plus de gourmandise, vous pouvez ajouter des raisins secs ou des pépites de chocolat.

Brunch, Petit déjeuner
Française
pancakes courge

Pancakes à la courge

Le Mont Mézenc dans les nuages

Bonjour à toutes et tous,

Le hasard des évènements familiaux fait que nous passons ces vacances d’automne dans le sud de la Haute Loire. Entre deux obligations (voire deux averses..), quelques créneaux de libres se détachent, nous laissant un peu de temps pour explorer les lieux. Avec le plus grand des plus si petits gourmands, nous avons notamment repéré qu’il y avait une jolie randonnée à faire : le *Mont Mézenc*, le plus haut sommet à la frontière Haute Loire – Ardèche (environ 1730m).

Nous avons décidé d’y aller un matin, mais (malgré une météo dite favorable..) arrivés au parking nous avons trouvé une montagne dans les nuages, aucune visibilité attendue au sommet… J’ai hésité à faire demi tour (ndlr : la montagne en plein nuage est rarement prudent..) mais le grand m’a sorti tout sourire *« C’est trop stylé ! Ca fait genre Halloween dans la real life ! je pourrais le raconter aux potos lors de la soirée Halloween !? ».* J’avais vu sur les guides touristique que le chemin était bien aménagé, allons, tentons. Franchement, on a eu quelques frayeurs sur le chemin avec les nuages sombres, on est rentrés trempés avec la pluie… mais on s’est bien amusés et même sous les nuages, le chemin était joli.

Alors qu’Halloween arrive, j’avais envie de partager avec vous cette expérience de randonnée au Mézenc dans les nuages. Je vous conseillerais néanmoins de la faire un jour de beau temps profiter de la vue.

Nous partons en tout début de matinée et nous garons au parking de la croix de Peccata. Dès le parking, nous voyons les nuages s’accrocher aux sommet des arbres.

Le chemin s’enfonce dans la forêt. Avec l’automne, l’ONF a lancé une série de coupes pour entretenir la forêt et installé des panneaux pour expliquer le processus. Mais dans cette ambiance sombre, difficile de ne pas avoir une sensation sinistre.

Nous montons sur le chemin, progressons vers les nuages. Les sommets des sapins s’effacent.

Avant d’entrer clairement dedans. Le grand gourmand s’amuse « *Arg, ca pète* ». Notre chienne est comme lui et trotte joyeusement sur le chemin

Nous continuos à grimper. Les nuages s’effacent un court moment et reviennent. Malgré la brume, le chemin reste facile à suivre, y compris à 4 pattes.

Nous arrivons à l’embranchement vers le Mont Mézenc. Continuons de monter.

Retourner dans les nuages..

Sur les côté, les « cadavres » des gentianes jaunes ornent le chemin. Il ne faut qu’un peu d’imagination pour leur donner une connotation sinistre et inventer tout un tas de significations macabres.

Mais je dois avouer que même sous la brume, le spectacle de la végétation vaut le détour. Vert vif des sapins, bruyères qui portent des couleurs ocres-pourpres, gris clair des roches. La palette est typique de l’automne. Un moment j’imagine cela en été ou début d’automne quand les bruyères sont en fleurs. Que cela doit être joli…

Nous continuons de grimper et arrivons presque au sommet. L’ambiance devient purée de pois. Le vent et la pluie se mettent à souffler. Les rares randonneurs juste devant nous s’effacent.

Nous terminons les derniers deux cent mètres de montée pour arriver au sommet. Nous sommes en plein nuages, sous le gris, la pluie, le vent… et ne voyons rien à 10 mètres. Je ne suis pas rassurée. *« Je connais des bros qui seraient en PLS ! »* commente le plus grand. On rit un moment mais on ne s’attarde pas. Juste le temps d’immortaliser la montée.

En redescendant du sommet, mon regard d’amateur de botanique capte quand même les dernières fleurs d’automne : pensée jaune (Viola lutea), Bruyère cendrée…

© Au Fil du Temps

© Au Fil du Thym

Nous redescendons dans les nuages. La chienne n’est toujours pas dérangée par l’ambiance et cherche à continuer la balade.

Pour le retour au parking, nous prenons le chemin alternatif par la croix de Boutières. Ce circuit permet de faire une boucle et de varier en passant par la forêt du Mézenc. Sous les nuages, cette forêt de sapins prends des couleurs bien sombres. Le plus grand est aux anges dans cette ambiance.

Le chemin large se poursuit longuement dans la forêt. Avec un peu d’imagination, on pourrait vite imaginer passer dans la Forêt Noire des Terres du Milieu et voire les elfes sylvestres débarquer.

© Ali Fil du Thym

© Au Fil du Temps

Pour rester dans l’ambiance d’Halloween, cette forêt regorges de champignons par forcément amicaux…

Après une bonne demi heure de descente, nous arrivons croix de

Boutières. Retrouver la lumière est appréciable.

En quittant la forêt, nous tombons nez à nez avec un paysage presque ensoleillé. Les pentes situées en dessous de 1600m sont dégagées. De quoi donner un court aperçu des paysages dans lesquels nous nous baladons mais sans les voir. « Faudra revenir un jour de beau temps » dis-je. Le plus grand acquiesce.

La randonnée se poursuit en bord de prairie où les herbes jaunies s’étalent et se colorent parfois de quelques dernières fleurs d’automne. J’aurais aimé profiter du spectacle mais randonnée nous fait remonter sur les pentes et en altitude. Nous retrouvons assez vite les nuages.

Avant de terminer sur des larges chemins en bord de forêt et encore dans les nuages..

Nous retournons au parking bien mouillés, mais néanmoins

contents de l’expérience. Cela fera effectivement des choses à raconter cet hiver… et sur le blog

En espérant que ce partage de randonnée au Mont Mézenc dans les nuages vous a plu, je vous souhaite une belle journée!

Plus d’informations :

- Il existe plusieurs randonnées à faire au/autour du mont Mézenc. Nous avons suivi le parcours proposé sur visorando (lien avec trace GPS) qui avait le mérite de ne pas être trop long tout en permettant de faire une boucle.
- L’ascension n’est pas compliquée, mais prévoyez quand même baskets ou chaussures de randonnée basses.

Patidou rôti et pois chiches (au four)

Bonjour à toutes et tous,

Seriez vous preneur d’un bon plan cuisine de saison et qui change. Cette idée peut peut être vous plaire.

Pour l’anecdote, dans mon potager, j’ai quelques difficultés à faire pousser les courges d’automne (i.e potimarron, potiron..). De un le sol du potager n’est pas encore suffisamment riche en nutriments, de deux ces plantes n’ont que peut apprécié les précédents été caniculaires. Alors tous les ans je teste différentes variétés de courge pour tenter de trouver lesquelles seront les plus sobres en eau. C’est ainsi

que j’ai trouvé que le patidou, plante formant des petites courges jaunes-orangées a toutes ces qualités. Moins gourmands, plus compacte, plus tolérante au soleil du midi toulousain, elle se plaît bien au potager. Et cette année, avec le foisonnement de la pluie, autant vous dire que cela a été la fiesta des patidou tout l’été. Je me retrouve, pour ma plus grande satisfaction avec plein de patidou.

Bref, à bonne récolte, nécessité d’une bonne recette. Il existe déjà deux recettes sur le blog (par ici) que j’itère volontiers, mais une recette de patidou rôtie aperçue dans un saveur magazine m’a fait de l’oeil. La courge rôtie est sans doute un de nos plats préférés, pas vous ? Pour en faire un plat complet, il suffit d’opter sur l’astuce de flemmard suprêmes : ajouter des pois chiches à rôtir également dans le four. C’est du tout en un, ultra facile à préparer, et avec une sauce yaourt, vous avez un repas végétarien savoureux. Mes gourmands (du moins les plus-si-petits) apprécient beaucoup car c’est un plat qui peut se manger avec les mains.

Alors que l’automne avance et invite aux recettes réconfortantes, je voulais partager l’idée de ce patidou rôti et pois chiches avec vous. J’espère que cela vous inspirera. Bonne journée !

- Patidou & pois chiches -
rôtis au four
© Au Fil du Thym

Patidou rôti et pois chiches rôtis au four

Patidou et pois chiches rôtis au four

Une recette de patidou rôtis et pois chiches au four, très facile à préparer, savoureuse et délicieusement automnale. Un bon plan à connaitre !

Saison de la recette : Septembre – Décembre

- 4 patidous (1)
- 4 échalotes
- 150 g de pois chiches non cuits (ou 2 boites de 400g cuits)
- 2×2 cuillérées à soupe d'herbes de Provence
- 4×2 cuillérées à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre

Préparez les pois chiches à l’avance

1. Faites tremper les pois chiches 1 nuit dans de l’eau.
2. Cuisez les pois chiches pendant 45 minutes dans de l’eau bouillante.

Préparation du plat

1. Lavez les patidous. Coupez les en deux (cf.2) et retirez les graines ainsi que la partie dure du pédoncule.

Coupez les moitiés en 4.
2. Placez les morceaux de patidou sur une plaque de cuisson four, répartissez 4 cuillérées à soupe d’huile d’olive, 2 cuillérée à soupe d’herbes de provence, sel, poivre et mélangez pour enrober.
3. Enfournez pour 15 minutes à 180°C.
4. Entre temps épluchez les échalotes, retirez les racines, puis découpez des rondelles épaisses.
5. Mélangez les pois chiches avec 4 cuillées à soupe d’huile d’olive, 2 d’herbes de provence, sel, poivre
6. Ajoutez les pois chiches et les échalotes sur la plaque de cuisson avec le patidou. Enfournez pour 20 minutes à 180°C.
7. Le plat est prêt quand les patidous et pois chiches sont rôtis. Attention, la peau du patidou ne se mange pas.

- (1) La taille des patidou peut varier selon le producteur. Il faut compter environ 400 g par patidou soit 1.6 Kg de courge au totale(2) Les patidou ne sont pas
- forcément très facile à découper. Si vous n’y arrivez pas, plongez-les entier 5-8 minutes dans de l’eau bouillante, cela les attendrira.
- (3) Le temps de cuisson est indicatif et peut varier selon la taille de vos morceaux de patidou.
- *Variante :* vous pouvez remplacer l’assaisonnement aux herbes de provence par du curry, ou un mélange d’épice à votre goût.

Plat principal, Végétarien
Française
patidou rôti

DIY – Toiles d’araignées maison

Bonjour à toutes et tous,

Ce billet est assaisonné d’une petite anecdote familiale, j’espère que cela ne vous dérange pas. Voyez-vous, mes plus si petits gourmands ont beau commencer à s’affranchir de la tendre enfance, ils n’en restent pas moins prêts à s’amuser à toute occasion. Alors que le plus grand est en plein dans sa période « je suis adulte » , il m’a dit l’autre jour qu’il voulait organiser une fête d’Halloween dans notre (très grand) jardin avec ses copains. Son programme, se faire peur dans le noir absolu, en pleine campagne, avec tous les bruits d’animaux (dont les chouettes qui nichent dans le poulailler à côté). *« Ca va faire bader les potos. J’imagine certains en PLS »* .

Si ni mon mari et ni moi n’avons été contre, on a été plus surpris encore quand il nous as demandé « *Si y’avait moyen de faire une ou deux déco d’halloween bien cheum, ca serait swag* » (Et je vous passe « le maman, tu sais faire avec ton blog », ..). Nous avons dit ok, mais il met la main à la pâte. Nous avons donc tous deux écumé internet en quête d’idées faciles a faire pour tomber d’accord sur les toiles d’araignées maison. Trois branches, de la ficelle, de l’huile de coude, et hop, des fausses toiles d’araignées à suspendre dans les arbres (ou à la maison). Un vrai DIY à la sauce « McGyver » comme je les aime et un plus-si-petit gourmand enthousiasmé pour sa soirée *Halloween-esque*.

Nous en avons préparées quelques unes, puis je me suis dit que vous seriez peut être preneuses/preneurs de l’idée. C’est à

connaître si vous voulez mettre un peu d’ambiance d’Halloween. En espérant que cela vous plaira ! Bonne journée

- DIY : Toiles d'araignées -
pour Halloween
© Au Fil du Thym

DIY – Toiles d’araignées maison pour Halloween

Matériel

Pour 1 toile :

- 3 petites branches d’arbres ou arbustes
- Ficelle
- Ciseau

Réalisation

- Nettoyez les branches pour retirer les petites ramifications, le surplus de feuilles et ne garder que

de petits points d’accroche.

- Formez la base de la toile : Joignez les branches et attachez les au centre et passez la ficelle dans chaque interstice plusieurs fois. Il faut mettre suffisamment d’épaisseur pour caler les branches et éviter qu’elles ne bougent. n
- Commencez à tisser la toile en accrochant du fil sur les petits nœuds des branche et former un premier cercle..
- Montez d’un étage, itérez un cercle, et continuez jusqu’à avoir la taille de toile de votre choix.
- Attachez la ficelle puis laissez une taille de fil suffisante pour suspendre la toile à l’endroit désiré (maison, jardin..)

Astuces :

- Choisissez des branches d’arbres/arbustes de petite taille (50cm) et qui ne sont pas lisses, sinon vous ne pourrez pas attacher les fils. Dans les toiles en photo, j’ai opté pour des branches d’orme champêtre.
- Vous pouvez opter pour différentes tailles de toile selon la taille des branches.
- Vous pouvez décorer vos toiles avec des fausses araignées ou tout autre élément de votre choix.

Epaule d’agneau confite au miel et à la moutarde

Bonjour à toutes et tous,

En automne, étant souvent dans le jardin pour l’entretien et les plantations de saison, j’apprécie particulièrement de préparer des plats « qui se cuisinent tous seuls ». Si les mijotés sont fréquents, les plats confits au four entrent de plus en plus dans mes pratiques car une fois les ingrédients dans la cocotte « y’a plus qu’à » laisser faire.

C’est le cas du mets que je vous présente aujourd’hui. C’est une belle pièce de viande qui sera bien régaler vos amateurs

lors des repas de famille ou du dimanche. C’est une épaule d’agneau, enrobée d’une marinade au miel et à la moutarde. Pour ne pas vous mentir, j’ai trouvé l’idée chez papilles et pupilles (recette originale par ici) puis je l’ai adapté pour une cuisson plus basse température, plus longue et plus moelleuse. La viande ainsi préparée termine sa cuisson clairement confite, s’effilochant à la fourchette et est donc particulièrement fondante. La marinade miel /moutarde la relève avec une petite touche sucrée salée. Si vous accompagnez de pommes de terre au four ou de semoule, vous avez un plat complet qui mettra bien des sourires à table. Le seul « bémol » est qu’il faut s’organiser pour lancer la cuisson 4 heures à l’avance, mais une fois lancée, vous pouvez vaquer à vos occupations

L’ayant refaite il y a très peu de temps, j’avais envie de partager l’idée avec vous. J’espère que cette recette d’épaule agneau confite au miel et moutarde vous inspirera ou permettra de régaler vos convives. Bonne journée !

- Epaule d'agneau confite -
Miel et moutarde
© Au Fil du Thym

Epaule d’agneau confite, miel et moutarde

Une recette facile d'épaule agneau confite, au miel et à la moutarde. Une recette familiale vite préparée, fondante, délicieuse. A connaître !

Pour 4 à 6 personnes :

- 1 épaule d’agneau (de 1.5kg environ)
- 2 cuillérées à soupe de miel d'acacia
- 2 cuillérées à soupe de moutarde à l'ancienne
- 3 gousses d'ail
- 1 verre de vin blanc
- 1 oignon
- 1 pincée de poivre
- 80 ml d'huile d'olive ((environ))

1. Hachez l'oignon, émincez l'ail. Préparez la marinade en mélangeant miel, moutarde, huile, poivre, et ail émincés dans un bol.

2. Placez la viande dans un plat au four ou un cocotte, enrobez de marinade. Répartissez les oignons à côté.
3. Enfournez 20 min à 180°C sans couvrir
4. Baisser la température à 120°C, ajoutez le vin blanc,

couvrez, puis laissez cuire 4 heures à couvert

- *Variante(s) :* Vous pouvez aussi utiliser de la moutarde forte si vous préférez. Si vous n’avez pas de miel d’acacia, remplacez par un miel liquide.
- *Tout en un :* Pour un plat tout en un, ajoutez des légumes émincées dans la cocotte lorsqu’il reste 2 heures de cuisson. En saison, un mélange de courgettes, carottes, pommes de terres peut convenir.

Plat principal
Française
epaule agneau confite

Découvrez aussi :

Des idées pour accompagner l’épaule d’agneau :

- Pommes de terre tapées au thym
- Purée de potimarron
- Poêlée pomme de terre et artichaut

Pommes de terre tapées au thym

Astuces : Aménager son jardin pour la biodiversité

Bonjour à tous,

Si dans la vie de tous les jours, ma maisonnée (essaye d’)appliquer des gestes éco-responsables, dans le jardin, nous tentons de l’aménager pour qu’il soit un refuge de biodiversité. Que l’on soit en ville où à la campagne, re-créer des espaces naturels, sans pesticides, où les pollinisateurs et les oiseaux peuvent s’installer peut aider à

changer la donne.

J’aimerais partager avec vous quelques astuces glanées au fil du temps pour transformer le jardin en un **un « *coin à biodiversité*«** . Que vous avez une terrasse, un petit bout de jardin ou un grand, sans doute pourriez vous y trouver une ou deux astuces à appliquer?

Comment aménager son jardin ?

Pour aménager efficacement son jardin et le rendre agréable aux plantes et animaux, il y a quelques idées à garder en mémoire :

- **Limiter l’artificialisation** : Pour des raisons d’agrément ou de praticité, nous avons souvent tendance à vouloir à artificialiser chemin d’accès, allées voiture, allées du potager, piscines, ou encore étendre la terrasse. Ces sols devenus artificiels n’ont plus aucun apport pour la bio-diversité locale, limitent l’absorption des pluies par le sol donc autant limiter au strict minimum. Et oui, cela ne s’applique pas qu’aux zones industrielles

- **Végétaliser au maximum :** Remettre de la verdure partout ou on peut. Si vous avez des zones de terrasse, aucun y inviter des séries de plantes en pots qui profiteront du climat local chaud. Pour les des murs, on peut envisager d’y faire courir des plantes grimpantes pour re-végétaliser. Tout cela aura en plus l’avantage d’apporter de la gaieté. Et même le lierre est utile, c’est un restaurant pour abeilles en septembre !

- **Limiter les espaces de pelouse** pure: La pelouse type « jardin anglais » n’apportent aucune bio-diversité car on y retrouve généralement les mêmes espèces d’herbes, et on les coupe avant qu’elles soient utiles pour la nature (fleurs). L’idéal serait de transformer cette pelouse en prairie (rase) que les petites envahisseuses fleuries comme les véroniques, le trèfle s’invitent et hébergent les insectes.

- **Amener au maximum des arbres ou des arbustes** : Dès qu’on se balade dans la nature, on se rends vite compte que les arbres sont des refuges à de nombreux animaux, insectes ou encore plantes (qui profitent de l’ombre). En installer dans son jardin est idéal. Il n’est pas nécéssaire d’opter pour un grand platane, un arbre bas comme un fruitier, un pommier pollinisateur peut tout à fait faire l’affaire..

Un arrière de bâtiment au lieu d’être bétonnisé, peut héberger

une plate bande d'ombre avec des arbres, arbustes, vivaces, annuelles

---

Comment sélectionner les plantes du jardin ?

Regardons maintenant le choix des plantes. *En italique*, vous trouverez quelques applications pratiques dans mon jardin.

1 – **Choisir au maximum des plantes locales** : Ce sont les plantes qui poussent naturellement dans les espaces en friches ou à la campagne. Elles sont les plus adaptées au climat local (chaud, froid, humidité) et au type de sol (argileux, sablonneux) et donc on une bonne chance de se plaire dans le jardin. Choisissez aussi ces plantes cultivées localement par les artisans, elles sont nativement adaptées au climat.

Dans mon coin du Sud ouest, par exemple, j'ai repéré en terme d'arbustes des aubépines, des cornouiller sanguins, des troènes, des ormes champêtre et pour les arbres des chênes, des frênes, des érables. Ils forment la base des haies du jardin.

2 – Limiter les espèces exotiques : Même si elles sont esthétiques ou présentent de bonne qualité, les plantes exotiques ne sont pas toujours adaptées pour nos pollinisateurs locaux. Si on peut en installer quelques unes, il est préférable de conserver une base locale.

De mon côté, j'ai quelques plantes d'origine asiatique ou américaine qui sont installées comme des « points forts » des massifs (ex : cognassier de chine, clérodendron, fremontodendron,…), mais la base reste locale (fruitiers cultivés à 40km, arbustes récupérés au pied des haies,..)

3 – **Varier au maximum les types de plantes :** Si on regarde les

haies champêtres ou les prairies, elles sont rarement peuplée d'une ou deux espèces contrairement à la pratique de la « haie de thuya ». On peut alors s'inspirer de ce principe dans nos jardins en variant:

- les types de plantes : arbres, arbustes, vivaces, graminées, bulbes, y compris dans un même massif ou une même bande
- les périodes de floraison de fin d'hiver à la mi automne
- les formes de fleurs : souvent les espèces de pollinisateur ont leur type de fleur adaptée, donc variez les formes.

Dans mon jardin par exemple, j'ai installé des bordures de sauges arbustives et arbustes à baies à proximité du potager, chaque massif à ses arbustes (hauts), ses arbustes (bas), des vivaces et des bulbes. J'ai aussi bien réfléchi pour avoir une couverture de fleur toute l'année (bulbes en début de printemps, fleurs d'été, fleurs de fin d'été..).

Origan Sauvage (été)

Sauge arbustive (mai, octobre)

4 – **S’adapter à son climat et son sol** : Dans les foires aux plantes ou les jardineries, les exposants rivalisent d’ingéniosité pour nous présenter de magnifiques plantes.. mais qui souvent ne s’adapterons pas bien au jardin. Il faut vraiment rester pragmatique et regarder si en terme d’exposition (soleil, ombre..), de type de sol (sec, humide, argileux) la plante coche toutes les cases

De mon côté, j’ai un coin du jardin très sec et très exposé. J’y ai aménagé une zone méditerranéenne avec thyms, romarin qui sont à leurs aise. Aucune autre plante ne s’y plairait.

Sous les arbres par contre, j'ai installé des plantes préférant la mi ombre.

5 – **Ne pas (forcément) faire comme son voisin** : Si vous regardez bien les jardins, on peut souvent remarquer qu'ils hébergent les mêmes plantes incontournables : laurier rose, lagestromia, thuya, chalef… Soyez plus futés, invitez autre chose chez vous pour diversifier la flore de votre quartier. :).

Doit on ajouter des nichoirs, hôtels à insecte ?

Sur ce point la, d'expérience, cela dépends de l'aménagement de votre jardin biodiversité:

- *Pour les nichoirs* : si vous avez des arbres ou arbustes hauts et touffus (et pas de chat !) les oiseaux y trouveront assez naturellement un espace agréable pour nicher. Si vous n'avez pas cette possibilité, un nichoir installé sur un piquet peut être utile.
- *Pour les hôtels à insectes* : le mieux reste d'avoir une petite zone dans votre jardin qui reste sauvage. C'est naturellement le lieux où les insectes iront le loger car ils auront hôtel et restaurants à proximité. Si vous ne pouvez pas laisser cette bande, l'hôtel à insectes est utile.

De mon côté, on a finalement décidé de ne rien installer de tout cela. Nous avons pas mal d'arbres dans le terrain où les oiseaux nichent naturellement. Comme nous laissons des espaces en prairie, c'est clairement un hot-spot à insectes. De plus, j'ai (enfin!) vu que nombre pollinisateurs nichent dans les

endroits incongrus (terre, tas de bois..) donc pas besoin de ramener de l’artificiel.

Des exemples ?

Pour terminer le billet, je vous propose quelques exemples d’application dans mon jardin dans les massifs et les zones en cours d’aménagement.

Fin Mars – Un massif en finalisation d’aménagement, mêlant des arbustes fleurissant à différentes périodes (forthysia en mars , deutzia en mai, callistemon en juillet..), des bulbes (iris, narcisses, jaccinthes;.) et des vivaces fleuries

Août – Un des vergers. On ne le tonds pas à ras pour laisser la prairie pousser et héberger insectes, araignées, mulots..

Mai – Le potager peut être un coin a biodiversité, par exemple avec ces coquelicots qui se sont invités dans le carré de

pomme de terre

Juillet – Autre coin du potager ou les soucis ont poussé (orange), le vieux plants de poireaux et de persil ont fleurit en attirant chacun leur pollinisateur

Plus d’informations / autres idées pour un jardin biodiversité

- D’autres idées intéressantes => https://www.rustica.fr/tv/10-idees-pour-biodiversite-jardin,7883.html
- Quelques idées de plantes => https://www.rustica.fr/articles-jardin/20-fleurs-pour-jardin-ecologique,2261.html
- Des idées de plantes pour les oiseaux => https://www.rustica.fr/articles-jardin/accueillir-oiseaux-jardin,2538.html
- Alternatives à la pelouse => https://www.consoglobe.com/pelouse-ecologique-alternatives-gazon-cg