

# Des salades toute l'année dans mon jardin

Quel jardinier ne s'est jamais heurté au problème de la salade « qui monte », trouvé perplexe devant le choix de variétés à cultiver pour assurer une récolte régulière toute l'année sans alterner surproduction et pénurie... ?

Xavier Mathias nous livre ses secrets pour surmonter ces écueils, et plus encore. **45 espèces** sont ainsi détaillées dans des fiches précisant leurs **caractéristiques**, leurs **conditions de culture** et les **différentes variétés** à semer : **laitues**, **chicorées**, **mâche**, **roquette**, **jeunes pousses** (arroche, chou chinois, épinard...), « **petites** » **feuilles** (claytone de Cuba, cresson alénois, plantain corne de cerf...), mais aussi **fleurs** (agastache, amarante, shiso...) et **sauvageonnes** (mouron blanc, nombril de Vénus, pissenlit...). Incroyable, cette diversité !

Pour terminer, un « **calendrier des 4 saisons** » rappelle au fil des mois la liste des salades à semer et à récolter. Tout pour réussir ses cultures et se régaler toute l'année !

Depuis plus  
de 35 ans, la Scop  
**Terre vivante** édite des  
livres d'écologie pratique,  
ainsi que le magazine  
*Les 4 Saisons du jardin bio*.  
**Terre vivante** a également  
créé des jardins écologiques  
en Isère, proposant des  
stages pratiques.

[www.terrevivante.org](http://www.terrevivante.org)

**T**oujours en quête de nouvelles variétés  
et de nouvelles saveurs, **Xavier Mathias**  
est maraîcher, producteur de plants et de  
semences bio en Touraine et formateur  
au Potager du roi à Versailles. Il a écrit  
plusieurs ouvrages sur le jardinage bio.



Livre imprimé en France  
sur du papier issu de forêts  
exploitées en gestion durable.

