



Chenopodium bonus-henricus, Épinard sauvage Semences non traitées



Caractéristiques principales

Nom latin :	Chenopodium bonus-henricus
Nom vernaculaire :	Épinard sauvage, Chenopode Bon Henri
Lieu de culture :	Potager & Verger, Culture en pot - Balcon & Terrasse, Permaculture, Potager perpétuel, Jardin forêt
Hauteur :	80 cm
Type de plante :	Plante vivace (cycle de vie sur plusieurs années, décennies, siècles ou millénaires)
Port :	En touffes
Feuilles :	Feuilles d'environ 10 cm de long, vert vif.
Flleurs :	Floraison estivale verte.
Température minimale (Rusticité) :	de 0°C à 5°C

Culture

Exposition :	Lumière filtrée, Ombre, Mi-ombre
Substrat / Sol :	Pauvre
Arrosage (plante adulte) :	1/5 Arrosage faible
Maladies / Ravageurs :	Escargots, Limaces
Culture au jardin :	Ramassez régulièrement les fleurs mures car le chenopode peut devenir envahissant.
Culture en pot :	Oui

Semis

Facilité semis :	1 Facile - voir aussi les conseils de semis généraux dans le menu
Mode de semis :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Semer dans un terreau de germination et recouvrir légèrement 2. Placer à plus de 15° C en pleine lumière
Durée de germination :	2 à 5 semaines

En savoir plus

Recolte :	Récoltez les feuilles et les fruits au fur et à mesure de leur consommation. Cuisinez les feuilles comme les épinards.
Propriétés :	Vitamine A, calcium, acide oxalique. Léger laxatif.

*Attention : Les informations ci-dessus ne sont données qu'à titre indicatif. Consultez un pharmacien ou un médecin avant toute ingestion, inhalation ou application d'un produit végétal. Le Comptoir des Graines décline toute responsabilité en cas de mauvaise utilisation des produits vendus.