

## Graines de Moutarde Carinata

[1BRA0129]



Semences non traitées de Brassica carinata, Moutarde d'Abyssinie

## Caractéristiques principales

- Nom latin :** Brassica carinata
- Nom vernaculaire :** Moutarde Carinata, Moutarde d'Abyssinie, Epinard d'Éthiopie, Chou éthiopien
- Lieu de culture :** Gazon & Prairies fleuries, \*Jardin tropical, \*Serre chaude et Véranda, \*Serre froide, \*Jardin tempéré, Culture en pot - Balcon & Terrasse, Potager & Verger
- Hauteur :** 140 à 150 cm
- Emprise au sol :** 35 à 40 cm
- Type de plante :** Plante annuelle (cycle de vie sur 1 an)
- Port :** \*Érigé (dressé)
- Période de floraison :** Été
- Feuilles :** Feuilles alternes, généralement simples, les inférieures ayant parfois une paire de petits lobes latéraux à la base, devenant plus large vers l'extrémité, jusqu'à 10 cm de large et 20 cm de long, à pétiole court.
- Fleurs :** Inflorescence jaune pâle à vif, formant d'abord une grappe ombelliforme plutôt lâche puis s'allongeant et se redressant rapidement, formant un épi de fleurs de 50 cm de long. Fleurs de 5 à 12 mm de diamètre.
- Fruits :** Fruit allongé de 2,5 à 6 cm de long et 2 à 3,5 mm de large, renfermant jusqu'à 20 graines.  
Graines globuleuses, de 1 à 1,5 mm de diamètre, couleur jaune, jaune-brun ou brun foncé, riches en huile.
- Autres :** Forte racine principale, pivotante, racines latérales fibreuses.  
Les tiges peuvent atteindre 2 cm de diamètre.
- Température minimale (Rusticité) :** de -5°C à 0°C
- Recommandations :** L'usage de l'huile en cuisine est limité à cause de sa forte teneur en glucosinolates (presque exclusivement de la sinigrine, qui a des propriétés anti-oxydantes mais aussi goitrigènes) et en acide érucique.

## Culture

- Exposition :** Plein soleil
- Substrat / Sol :** Riche, fertile & humifère, \*Fertile, Bien drainant, \*Humifère, Calcaire
- Arrosage (plante adulte) :** 4/5 Arrosage abondant
- Maladies / Ravageurs :** Piéride du chou (papillon), Fonte des semis, Maladies virales (viroses), Ver blanc ou gris, Maladies cryptogamiques, Pucerons, Rouille (maladie cryptogamique), Alternariose (brûlure du feuillage - maladie cryptogamique)
- Culture au jardin :** Arrosez régulièrement pour éviter une floraison précoce.
- Culture en pot :** Oui
- Conseils du comptoir des graines :** Culture facile dans une grande jardinière arrosée régulièrement.  
Les jeunes feuilles se consomment crues en salade. Les feuilles plus grandes et les tiges se consomment cuites comme le chou vert.

## Semis

- Facilité semis :** 1 Facile - voir aussi les conseils de semis généraux dans le menu
- Mode de semis :** **Période de semis pour les climats tempérés :** de début printemps au début automne
1. Semer en place entre 10 et 15°C, toutes les 2 à 3 semaines
  2. Protéger avec une cloche si nécessaire

**Durée de germination :** 5 à 10 jours

## En savoir plus

- Origine :** Afrique
- Intérêt :** \*Productif, \*Permaculture, \*Comestible, \*Plante mellifère, Plante amie des auxiliaires du jardin
- Recolte :** Récoltez les feuilles à fur et à mesure de vos besoins.
- Conservation :** Les feuilles se conservent quelques jours humides dans un sac kraft à l'abri de la lumière dans un endroit frais.  
La plante entière se conserve aussi quelques jours avec ses racines trempées dans l'eau.
- Propriétés :** Riche en oligo-éléments.  
\*
- \*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.