

Semences non traitées de *Cichorium intybus* var. *foliosum*

## Caractéristiques principales

- Nom latin :** *Cichorium intybus* var. *foliosum*
- Nom vernaculaire :** Chicorée de Bruxelles, Witloof de Bruxelles, Chicorée amère, Chicorée sauvage, Chicorée commune, Chicorée ordinaire, Chicorée intybe, Barbe-de-capucin
- Variété :** Alban
- Lieu de culture :** Potager & Verger, Jardin ami Abeilles & Papillons (plantes mellifères)
- Hauteur :** la plante 30 à 120 cm, l'endive 15 à 20 cm
- Type de plante :** Plante vivace (cycle de vie sur plusieurs années, décennies, siècles ou millénaires), Plante potagère
- Port :** Compact, Dressé (érigé)
- Période de floraison :** Été, Printemps
- Feuilles :** 1ère année : rosette de grande feuilles vert franc, marquées d'une côte blanche, profondément découpées en lobes. 2ème année : hampe florale, feuilles intermédiaires entières lancéolées, feuilles supérieures réduites à des bractées.
- Fleurs :** Floraison de mai à septembre, la 2ème année. Hampe florale avec capitules étoilés bleu pâle de 2 à 4 cm de diamètre, s'étalant par temps ensoleillé, se renfermant la nuit ou par temps couvert.
- Fruits :** Akènes à aigrettes.
- Autres :** Grosse racine pivotante, charnue. Latex blanc très amer.  
Longue tige unique, velue, très rameuse, à rameaux rigides et minces, la 2ème année.
- Température minimale (Rusticité) :** inférieure à -20°C
- Recommandations :** Attention aux mulots en hiver.

## Culture

- Exposition :** Plein soleil, Ensoleillé, Mi-ombre
- Substrat / Sol :** Bien drainant, Léger & Meuble, Neutre, Frais (garde un certain temps l'humidité après arrosage & pluie), Profond
- Arrosage (plante adulte) :** 2/5 Arrosage moyen
- Maladies / Ravageurs :** Rongeurs, Pucerons, Limaces, Rouille (maladie cryptogamique), Ver blanc ou gris, Oïdium (maladie cryptogamique - été chaud et sec), Pourriture grise (botrytis - maladie cryptogamique), Chenilles
- Culture au jardin :** Cultivez la Chicorée de Bruxelles dans une terre qui n'est pas trop riche et où vous n'avez pas cultivé des Chicorées depuis 4 ans.  
Arrosez et binez régulièrement pendant les périodes sèches (évités les arrosages en fin de journée).  
Supprimez les feuilles abîmées.
- Conseils du comptoir des graines :** Forçage au jardin, d'octobre à novembre :

- déterrez les plants de Chicorées avec une fourche bêche, sans abîmer les racines
- laissez sécher les racines saines qui ont au moins 3 cm de diamètre au niveau du collet, à l'abri de la pluie, pendant 2 à 7 jours
- coupez le feuillage à 2 ou 3 cm au-dessus du collet de la racine
- coupez la racine pivot à 15 ou 20 cm et coupez les petites racines latérales
- creusez un carré de 15 ou 20 cm de profondeur qui est assez grand pour placer les racines bien serrées les unes contre les autres
- remettez la terre enlevée du carré entre les racines
- arrosez
- rajoutez une couche de 20 cm d'un mélange léger de terre, de terreau et de sable pour former une butte
- arrosez
- couvrez la butte de 20 cm de paille
- couvrez la totalité d'une bâche opaque

Même procédé pour un forçage dans une grande caisse dans un lieu frais comme la cave, à l'abri de la lumière. Vous pouvez étaler le forçage dans le temps pour pouvoir consommer des endives tout au long de l'hiver en mettant les racines en jauge (dans du sable) avant le forçage.

## Semis

- Facilité semis :** 1 Facile - voir aussi les conseils de semis généraux dans le menu
- Mode de semis :** **Semis direct en place** : de mi-avril à fin juin, quand il fait plus de 20°C dans la journée  
Type de semis : en lignes espacées de 25 cm Profondeur : 5 à 10 mm  
Humidité : garder le sol humide jusqu'à la germination  
Eclaircir et repiquer : les plants vigoureux de 7 à 8 feuilles, à 15 cm de distance sur la ligne
- Durée de germination :** 7 à 10 jours

## En savoir plus

**Origine :** Europe

© L'intégralité du contenu de cette fiche est la propriété intellectuelle du Comptoir des graines - [www.comptoir-des-graines.fr](http://www.comptoir-des-graines.fr)  
La reproduction totale ou partielle est interdite.

L'usage de cette fiche est strictement réservé aux clients du Comptoir des graines pour les aider à manipuler et faire germer les semences acquises sur le site.

- Intérêt :** Plante amie des auxiliaires du jardin
- Recolte :** Récoltez les endives de 15 cm de haut, environ 4 semaines après le forçage, en coupant au-dessus du collet. Quelques semaines plus tard : 2ème récolte sur la même racine. Plus tard la même racine produira de multiples petites "endivettes".
- Conservation :** Une bonne semaine dans le bac à légumes du réfrigérateur.
- Propriétés :** Riche en vitamine A, B et C. Tonique amer, cholagogue, dépuratif, sudorifique et légèrement laxatif. La racine contient de l'inuline.
- \*
- \*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.