

La Consoude, la Grande Amie du Jardinier Bio

La **consoude** demeure encore trop méconnue. Pourtant, ses vertus sont nombreuses.

Jugez-plutôt :

- Son **pouvoir fertilisant** est supérieur à un bon compost ;
- Elle **renforce les défenses naturelles des plantes** en les revitalisant ;
- Elle aide à la **cicatrisation** des tissus blessés.
- **Les abeilles l'adorent** (floraison longue de mai à octobre).

Présentation



Jeune plant de consoude Bocking 14 en fleurs

La **Consoude de Russie** ((Symphytum Peregrinum), est le résultat d'un croisement entre la consoude spontanée d'Europe occidentale (Symphytum officinale) et sa cousine orientale ((Symphytum Asperum).

Elle est particulièrement riche en potasse (jusqu'à 14% pour la bocking14).

La consoude de Russie forme des touffes impressionnantes pouvant mesurer pratiquement 2 m de hauteur. Son feuillage est très dense. La consoude de Russie est la plus utilisée par les jardiniers.

La Grande **Consoude**, ou **Consoude Officinale** (Symphytum officinale) se trouve à l'état spontané en Europe, notamment dans les prairies humides et les sols lourds.

La grande consoude est moins riche en éléments fertilisants que la consoude de Russie, mais contient néanmoins du calcium, de la potasse, du phosphore et des vitamines A et C.

Elle peut donc être également utilisée au potager.

Composition de la consoude

La consoude contient des mucilages, des alcaloïdes, des vitamines, des minéraux, du potassium, du phosphore, de l'azote organique, une huile essentielle...

Cultivez la consoude



26 mars 2013 : mes boutures de consoude Bocking 14, mises en terre à l'automne, sortent enfin de terre.

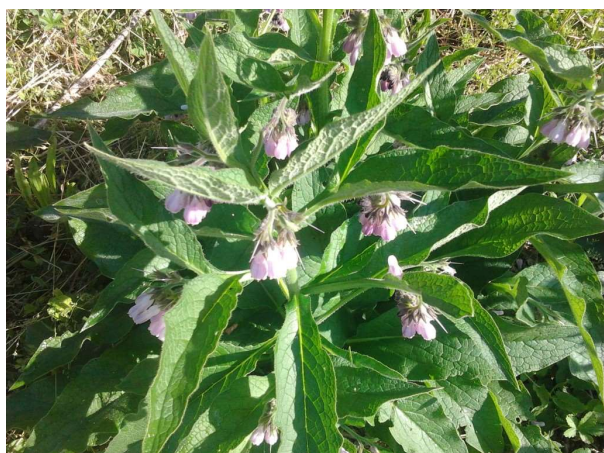
Emplacement : La consoude est une plante vivace très vigoureuse et rejetant très facilement. On lui réservera donc une place en bordure de potager. Elle apprécie particulièrement les sols humides et riches ainsi qu'une situation bien ensoleillée.

Multiplication : la consoude se multiplie aisément par boutures de racines ou encore par boutures de tiges arrachées avec un petit bout de racine. Les boutures peuvent être plantées de la mi-février jusqu'en novembre à au moins 70 cm de distances en tous sens.

Utilisations de la consoude au Potager Bio

Fertilisation :

Sa richesse en azote, en phosphore, en potasse organique et la grande diversité d'éléments minéraux qu'elle contient (bore, cuivre, fer, manganèse, zinc...) font de la consoude la plante idéale pour la fertilisation de la plupart des légumes.



Consoude en fleur en mai 2014

Sa biomasse impressionnante permet jusqu'à 4 coupes par an. A partir du mois de mai, on utilisera son feuillage comme couverture du sol (mulch) pour les cultures gourmandes. On incorporera ensuite légèrement ce mulch par le binage, fournissant ainsi une nourriture de choix à nos plantes cultivées. Tout comme pour l'ortie, on pourra également mettre une poignée de feuilles de consoude au fond du trou de plantation des tomates.

La dernière coupe d'automne viendra enrichir le compost.

Revitalisation :

Sa richesse en vitamines et en minéraux lui confère un pouvoir revitalisant inégalable.

Les plantes carencées (notamment en azote ou en potasse) pourront être traitées efficacement par une **décoction* diluée à 5 %**.

Des arrosages réguliers au pied avec un **purin* dilué à 10 %** favorisera la croissance des légumes gourmands et renforcera leurs défenses naturelles.

Cicatrisation :

Comme son nom le suggère, la consoude "soude". Elle est ainsi capable de régénérer et de soutenir la cicatrisation des tissus blessés.

Pulvériser du **purin* dilué à 5 %** sur une plante blessée...et attendez que le miracle opère !

***Préparation purin et décoction de consoude.**

Pour les purins comme pour les décoctions, on utilise la plante entière fraîche (feuilles, tiges, fleurs) excepté les racines dans la proportion de 1 kg de plante pour 10 litres d'eau.

Le purin : remplir un récipient (en terre, en bois ou en plastique mais en aucun cas en métal) de plantes fraîches. Compléter avec de l'eau de pluie. Couvrir en laissant une aération. Remuer chaque jour : vous pouvez observer une mousse qui se forme à la surface. Le purin est prêt à être utilisé quand il n'y a plus de mousse (1 ou 2 semaines). Filtrer. Diluer le purin à 5% pour pulvériser et à 10% pour arroser au pied des plantes.



ça mousse, il faut attendre pour utiliser ce purin de consoude...

La décoction : mettre les plantes fraîches à tremper (100g pour 1 litre d'eau) pendant 24 h. Porter ensuite à ébullition pendant 20 mn. Couvrir et laisser refroidir. Filtrer avant de pulvériser (dilution à 5%).