



Le panais culture, entretien et récolte



Légume d'automne et d'hiver est un légume délicieux dont on consomme la racine.

Sa culture a peu à peu été délaissée et il a fait partie des "légumes anciens oubliés", Il est actuellement remis au goût du jour.

Très rustique, il ne craint pas les grands froids et est adapté à toutes les régions.

Nom latin : Pastinaca sativa

Autres nom : Le Panais est également appelé "Grand Chervis", "Pastenade", "Patenais" et "Racine Blanche".

Famille : Apiacées

Quelques variétés

Il y a peu de variétés de panais :

- **Panais "Demi-long de Guernesey"** c'est la variété la plus courante. La racine est allongée et bien charnue.
- **Panais "Exhibition Long"** variété anglaise à très longue racine, souvent proposée dans les concours. Sa chair est de très bonne qualité.
- **Panais "Javelin F1"** : variété résistante qui supporte bien les conditions difficiles de culture. Sa racine est longue, fine et tendre.
- **Panais "Gladiator F1"** variété vigoureuse et productive avec des racines demi-longues et charnues.
- **Panais "White King"** variété anglaise avec une racine demi-longue de bonne saveur.

Semis

- De février à juin en lignes espacées de 40 cm, en sol profond et frais.
- Recouvrir peu les graines et plomber.
- Maintenir la terre humide jusqu'à ce que les plants aient plus de 2 feuilles.
- Éclaircir dès que le temps le permet quand la plante a 4 ou 5 feuilles.

La levée est capricieuse, les graines ont une durée germinative qui **n'est guère supérieure à un an**. Pour être sûr qu'elles soient récentes et qu'elles aient été conservées dans de bonnes conditions, **récoltez-les vous-même**.

Culture

Exposition : Soleil

Sol : frais et profond

Rusticité : Résistant au gel

Semis ; Février - Juin

Espacement : 5 x 30 cm

Durée de levée : 10 à 12 jours

Récolte : Juin – Mars

Entretien

Plante rustique, le panais ne demande rien de particulier si ce n'est **des binages fréquents et des arrosages copieux pendant les périodes chaudes de l'été**. Il appréciera aussi un buttage léger.

Le panais peut rester en terre tout l'hiver sans protection, mais couvrez-en une partie avec des feuilles afin de pouvoir en récolter même quand le sol est gelé.

Attention, les rongeurs adorent le panais, même si le sommet de la racine est visible, il arrive qu'il n'y ait plus rien dessous...

Récolte

Elle **commence environ quatre mois après le semis**, au fur et à mesure des besoins. Armez-vous d'une **bonne bêche ou, mieux, d'une Grelinette**, car la racine est parfois dure à arracher. En plein hiver, **disposer un paillage** pour faciliter l'arrachage. Arracher les panais après les dernières gelées, cela leur donne un supplément de saveur sucrée.

Les racines peuvent rester en terre tout l'hiver, protégé par un paillis, ou bien être sorties en automne et conservées en cave.

Parasites

Altises, Mouches de la carotte et Mouches du chou

Maladies

Chancre du panais, Mildiou, Oïdium et Rouille

Bons compagnons

Ail, brocoli, chou, chou de Bruxelles, chou-fleur, fève, haricot, navet, oignon, poireau, pois, radis, salsifis, scorsonère

Mauvais compagnons

Aneth, bette, carotte, céleri, persil.

Rotation des Cultures

Du fait qu'il **épuise le sol**, il ne faut pas ressemer des panais au même emplacement **avant 4 ans**.

Conseil

Pour avoir des graines, on laisse en terre, l'automne, quelques belles racines. Elles seront **repiquées au mois de mars** de l'année suivante pour obtenir des **graines vers la fin d'août**.

Lorsque les semences se colorent d'un jaune roux, coupez les bouquets, qu'on fait sécher à l'air libre pendant plusieurs jours, on les bat ensuite, et on les conserve en sac dans un lieu sec, sans feu.

Elles seront employées dans l'année qui suit la récolte. Elles peuvent éventuellement se conserver deux ans, dans de très bonnes conditions.

Propriétés du panais

Le panais est plus riche en vitamines et minéraux que sa cousine la carotte.

Riche en potassium avec 600 mg aux 100 g.

Le panais est aussi une bonne source de fibres alimentaires

La racine du panais est dépurative, diurétique et sédative.



Bonne culture

Fiche : 🌱 2019 JDN © jardins-du-nord.com

Pour en parler sur le forum : ouvrir un nouveau sujet dans les légumes d'aujourd'hui

Photos : du net