



jardins du nord



Le cresson de jardin : semis, culture et récolte



Le cresson de jardin a une saveur légèrement poivrée très agréable au palais. Il se consomme en salade, cuit comme les épinards ou en potage.

Noms latins

Barbarea Verna, Barbarea Praecox

Noms communs

Cresson de terre, Cresson de jardin, Cresson vivace, Barbarée printanière, Cressonnette de jardin, Cresson des vignes

Familles

Brassicacées, Crucifères

Types

Plante comestible, médicinale

Culture

Sol : frais, humifère, assez riche et bien drainé

Exposition : soleil - mi-ombre

Utilisation : en pleine terre, en pot, en bac et en jardinière.

Semis : de mars à août

Plantation : de mars à août

Espacement : 20 cm entre les lignes

Récolte : de juillet à novembre

Le cresson de jardin est une plante bisannuelle et rustique.

Ne pas confondre

Ni avec **le cresson de fontaine ou cresson d'eau** (*Nasturtium officinale*) => qui est en fait le véritable cresson, ni avec **le cresson alénois ou cressonnette** (*Lepidium sativum*) => qui fait plus office d'aromate que de légume.

Semis et plantation

Comment le semer et planter ?

Vous pouvez soit acheter des graines en jardinerie, soit **les récupérer sur les fleurs fanées et les faire sécher**. Les graines ainsi récoltées peuvent être utilisées **pendant 4 ans** pour des semis.

Note

Le cresson de terre **monte moins vite en graines** que le cresson alénois, en 3 semaines environ.

Au bout de 2 mois, vous pouvez repiquer les jeunes plants en pleine terre. Veillez juste à ne pas abîmer leurs racines.

- Préparez le sol, en le retournant et en faisant un apport de compost décomposé.
- Semez en place, clair et en lignes espacées de 15 cm environ.
- Recouvrez les graines de 5 mm de terre fine.
- Humidifiez légèrement sans détrempier la terre pour maintenir le sol frais.
- Lorsque les graines germent, éclaircissez en laissant 15 à 20 cm entre deux plants.
- Arrosez régulièrement.

Pour la plantation en pot, choisissez un contenant profond à cause de la racine pivot du cresson de jardin, qui pousse à la verticale.

- Préparez un mélange de terreau et de sable.
- Disposez vos graines en les espaçant et recouvrez de 5 mm de terre fine.
- Humidifiez légèrement sans détremper la terre pour maintenir le sol frais.
- Lorsque les graines germent, éclaircissez si nécessaire.
Arrosez régulièrement.

Entretien

Arroser régulièrement pour que les feuilles soient bien tendres.

En été

- **Paillez** le sol pour maintenir une terre fraîche

En hiver

- Vous pouvez placer **un châssis ou un tunnel de protection** sur vos cultures.
- Pensez régulièrement **à biner autour du pied et à désherber**.
- Après avoir récolté feuille à feuille tout le cresson souhaité, **coupez la touffe restante** au ras du sol.
- **Supprimez les fleurs** lorsqu'elles apparaissent, afin de stimuler la repousse des feuilles.
- Au potager, prévoyez **une rotation tous les 4 à 5 ans** de la culture du cresson de jardin.

Récolte

Il se récolte **de juillet à novembre**, lorsqu'il n'est pas protégé. Sous protection, la récolte peut aussi avoir lieu en hiver. En général, elle a lieu deux bons mois après le semis.

La récolte se fait **manuellement en fonction de ses besoins**, en coupant chaque feuille à l'aide d'un couteau tranchant.

Couper d'abord **les grandes feuilles**, lorsqu'elles **ont atteint 10 cm et plus de hauteur**, et de laisser quelques feuilles sur chaque pied.

Note

Les feuilles les plus grandes deviennent fermes et sont alors réservées au potage.

Conservation

Consommez **assez rapidement** le cresson de jardin après sa cueillette. Une fois coupé, il se conserve une semaine environ, dans le bac à légumes du réfrigérateur.

Vous pouvez aussi **le congeler et le garder un an environ**, mais il est préférable de **le blanchir avant**.

Maladies

Le cresson de terre est résistant aux maladies.

Parasites

Les limaces et escargots, qui dévorent ses feuilles. **Les pucerons noirs** peuvent se nicher dans ses feuilles, qui se recroquevillent.

Plantes compagnes

Le radis, le poireau, le chou, le chou-fleur, l'oseille, le pissenlit, l'épinard ou la tanaïs (barbotine).

Plante incompatible

La laitue

Variétés

'Espèce type' => **Feuilles** => Couleur verte => **Utilisation/qualités** => Potager et ornement, notamment en bordures.

'Cresson de terre panaché' => **Feuilles** => Couleur verte, panachée de jaune => **Utilisation/qualités** => Variété très décorative.



Bonne culture

Fiche : 🌸 2020 JDN jardins du nord

Pour en parler sur le forum : <https://www.jardins-du-nord.fr/viewtopic.php?f=3&t=270&p=2079=cresson#p2079>

Photo : du net