



TOMATE PRINCIPE BORGHÈSE

SEMIS : débutez les semis à l'intérieur de février à avril, plantez en pleine terre à partir de mi-mai. Semez en caissette une graine tous les cm. Une fois que les plants ont développé +/- 4 feuilles, repiquez un plant par pot à l'intérieur (15-20°C). Gardez les semis à l'intérieur derrière une fenêtre ensoleillée. Après le 15 avril, vous pouvez planter les plants sous serre ou après les dernières gelées, en pleine terre. Espacez les plants de 40 cm et les rangs de 60 cm.

ENTRETIEN : exposez au soleil et arrosez pour maintenir la terre humide.

RÉCOLTE : de juillet à octobre.

CONSEILS : une fois le plant repiqué, installez un tuteur pour guider la croissance de la plante et enterrez la tige jusqu'aux premières feuilles.

LE SAVIEZ-VOUS ? Les tomates sont très sensibles au mildiou, maladie qui s'attrape au contact de l'eau. Pour l'éviter, placez les plants de tomates sous un toit et évitez d'arroser les feuilles. Retrouvez tous les conseils dans [nos fiches techniques](#).



LAITUE À COUPER FEUILLES DE CHÈNE BLONDE

SEMIS : vous pouvez semer les graines à l'extérieur de mars jusque début septembre. Semez les graines à 2 cm d'intervalle en lignes distantes de 10 à 15 cm. Le semis doit être dense : 4 graines par cm.

ENTRETIEN : arrosez suffisamment pour maintenir la terre humide.

RÉCOLTE : de fin avril à octobre. 8 semaines après le semis, les feuilles mesurent environ 10 cm. Vous pouvez alors les couper à l'aide d'un couteau juste au-dessus du sol. Les feuilles repoussent et se récoltent jusque fin octobre.

CONSEILS : pour échelonner les récoltes, vous pouvez semer quelques graines toutes les deux semaines.

LE SAVIEZ-VOUS ? Les limaces sont très friandes des feuilles tendres de laitue, il existe des astuces pour les garder éloignées. Retrouvez tous nos conseils dans [nos fiches techniques](#).



RADIS DE TOUS LES MOIS

SEMIS : vous pouvez semer les graines à l'extérieur de mars jusque début septembre. Semez les graines à 2 cm d'intervalle, en lignes distantes de 10 à 15 cm.

ENTRETIEN : arrosez suffisamment pour maintenir la terre humide.

RÉCOLTE : d'avril à octobre. Après une semaine, les plantules de radis apparaissent. Après 6 à 8 semaines, vous pouvez déjà les récolter. Pour les récolter, sortez-les de terre en les saisissant par les fanes.

CONSEILS : pour étaler les récoltes, semez quelques graines toutes les deux semaines. Les radis ne se conservent pas bien, récoltez-les donc selon vos besoins.

LE SAVIEZ-VOUS ? On consomme généralement les petits tubercules des radis, mais les fanes sont également comestibles et sont délicieuses [dans une soupe](#), en pesto ou dans une omelette.



PLUS D'INFOS

Vous voulez en savoir plus sur les différents moyens de cultiver en ville ? Consultez nos [fiches techniques](#) pleines de conseils et d'infos utiles.

[Abonnez-vous à notre newsletter](#) et recevez tous les 2 mois une série d'astuces pour cultiver en ville et vivre en mode Good Food !

Retrouvez également toutes les infos liées à la production alimentaire urbaine (formation,...) sur le [portail Good Food](#).

Besoin de conseils particuliers ? Posez vos questions au sein du [groupe Facebook des Maîtres Maraichers](#), un réseau de bénévoles formés pour vous aider.