

### VEGETAL

## L'amarante, à regarder... et à déguster !



Utilisée depuis longtemps dans les massifs, l'amarante est bien connue en tant qu'annuelle colorée et comme fleur à couper. Mais on connaît moins son côté comestible et ses multiples possibilités ! En effet, l'amarante constituait, avec le maïs et les haricots, la nourriture de base des Aztèques. Elle est riche en protéines, minéraux, fibres, acides gras insaturés et vitamines. Les feuilles et les graines sont comestibles, avec des espèces et variétés davantage usitées pour leur production de graines, telle que *Amaranthus*

*cruentus* et *A. hypochondriacus*, ou davantage pour la récolte des feuilles (*A. tricolor* et *A. gangeticus*). Autre variété connue pour sa valeur esthétique, mais tout aussi comestible : l'amarante 'Love Lies Bleeding'. Voilà donc de quoi "donner du goût" à vos massifs !

### SECHERESSE

## Des valeurs sûres pour tenir face à la sécheresse

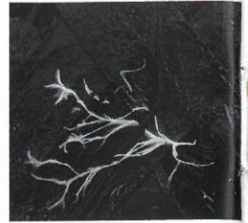
Avec des étés comme celui de l'année passée, autant se prémunir face aux sécheresses estivales à venir. Quelques espèces "valeurs sûres" et faciles à vivre résistent ainsi avec bravoure à la chaleur et tiennent bon face aux périodes prolongées sans pluie. Parmi elles, le géranium vivace 'Rozanne', les hémérocailles (dont *Hemerocallis fulva*), les acanthes et leurs spectaculaires inflorescences dressées de couleur blanche (*Acanthus mollis*, *Acanthus hungaricus* et *Acanthus spinosus*) qui s'adaptent même en région montagneuse, les agapanthes ou encore les dahlias (à planter suffisamment en profondeur et à protéger le cas échéant pour résister au froid). Pour renforcer la résistance à la sécheresse, quelques petits gestes supplémentaires : biner régulièrement et légèrement la surface du sol entre les plantes pour émietter la surface (cela limite la perte d'eau par remontée capillaire) ou encore apporter du mulch (écorces, graviers, roche volcanique...).



© Commune de Ayen

### BIOSTIMULATION

## Mycorhizes : de nombreux avantages



L'apport de mycorhizes est une technique qui s'adapte à des pratiques culturales pérennes et respectueuses de l'environnement, en réinstaurant des processus initialement présents dans les sols. Elle permet :

- une meilleure assimilation des éléments minéraux en les rendant solubles et disponibles progressivement pour les racines (action comparable à un engrais organique à libération lente), et donc une meilleure croissance ;
- une meilleure alimentation en eau de la plante qui peut aller chercher plus loin et plus profondément dans le sol ;
- une meilleure résistance au stress hydrique : le champignon sécrète des composés qui renforcent la résistance à la sécheresse de la plante ;
- une meilleure reprise à la plantation : taux de mortalité beaucoup moins important observé lorsque les plantes sont mycorhizées (flagrant chez les rosiers) ;
- une bio-protection contre les agents pathogènes du sol (nématodes, mauvaises bactéries, autres champignons).

Abonnez-vous !

# Profitez de notre offre d'abonnement

Nouveau, chaque mois



- Toute l'actualité des villes et villages fleuris,
- Des reportages, des interviews,
- En direct des régions et des départements
- Des réalisations exemplaires, des patrons de massifs...

Offre d'abonnement  
1 an/9 numéros au prix de 91 euros

### Bulletin d'abonnement

- Nous vous adressons ci-joint le règlement à l'ordre des Editions de Bionnay et nous désirons recevoir la facture correspondante.
- Nous réglerons par mandat administratif à réception de la facture en 3 exemplaires. Crédit agricole St Etienne Wilson : 14506 00044 51775107060 62.

Mairie : .....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

CP - Ville : .....

E-mail : .....

Signature : .....

À retourner avec votre règlement à :

Les Editions de Bionnay - 493 Route du Château de Bionnay - 69640 Lacenas



Tarifs TTC (IVA : 2,10 % sur l'abonnement). Tarif réservé à la France Métropolitaine. Pour l'étranger rajouter, 21 euros de frais de port en plus. Conformément à la loi Informatiques et libertés du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Il vous suffit de nous écrire en nous indiquant vos coordonnées. Pour assurer la continuité de votre service abonnement, votre abonnement est reconductible, annuellement, par tacite reconduction, sauf dénonciation par lettre recommandée, deux mois avant son échéance.