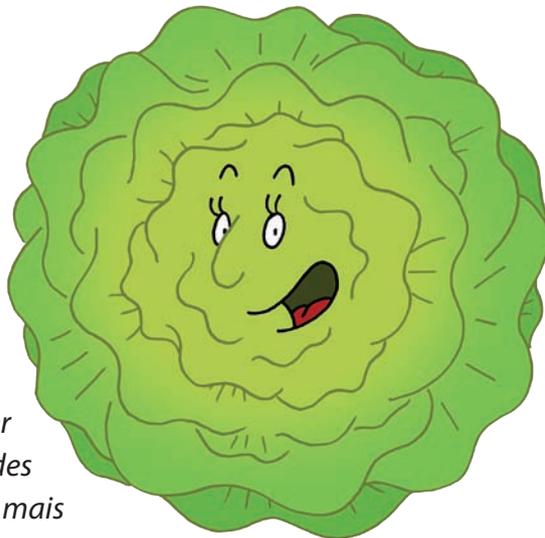


La laitue



L'ancêtre sauvage de l'espèce, une petite salade aux feuilles dentelées et à la saveur amère poussant sur de longues tiges, proviendrait du Proche-orient et de l'Asie de l'ouest. Elle a longtemps conservé cette caractéristique gustative. Dans la bible, la laitue figure parmi les plantes que Moïse préconisait pour accompagner l'agneau pascal afin de rappeler l'amertume de l'exil. Plus tôt, on trouve déjà des traces de laitue dans des tombes égyptiennes datant de 4500 ans avant J.C. Les Grecs l'appréciaient, mais c'est, sans nul doute, aux romains, qui en raffolaient, qu'elle doit sa renommée.

Son nom dérive du latin lactus, lait, en référence au liquide blanchâtre qui s'écoule de ses tiges lorsqu'on les coupe. Ce suc, tout comme le lait chaud, était apprécié pour ces qualités soporifiques. Progressivement la laitue est diffusée à travers tout l'empire. Au fil du temps les sélections et les croisements s'opèrent pour obtenir finalement une laitue sans tige, avec de grandes feuilles comestibles et sans amertume.

COMMENT LA CULTIVER ?

Besoins particuliers, caractéristiques

La laitue est une plante qui demande un sol frais, bien aéré, riche et humide. Elle craint la sécheresse et la chaleur. Ses racines peuvent s'enfoncer jusqu'à 60 cm de profondeur.

La germination s'effectue déjà à partir de 2°C mais est plus rapide dans un sol à 20°C. Par contre, elle est altérée au delà de 30°C.

Grâce aux différentes variétés, la laitue se cultive du printemps jusqu'aux gelées et même au-delà si on prend soin de lui apporter une protection (tunnel, voile d'hivernage, serre). Comme tout les légumes feuilles, la laitue a besoin d'azote et apprécie un sol enrichi en compost.

Maladies/ravageurs

Limaces, fonte des semis, maladies cryptogamiques (botrytis, mildiou,...).

Le choix des variétés

Il existe plusieurs types de laitues : pommées, batavia, romaines, à couper. Pour chacun de ces types, on trouve de nombreuses variétés dont certaines sont plus adaptées à l'une ou l'autre saison.

De façon générale, les laitues pommées tolèrent moins bien la chaleur que les laitues frisées et romaines.

Variétés des quatre saisons :

Les laitues pommées : *Appia, Du bon jardinier, Merveille des quatre saisons,...*

La batavia : *Merveille de Verano,...*

Laitues à couper : *Feuille de chêne blonde ou rouge, Lolo rossa,...*

Variétés de printemps :

Les laitues pommées : *Gotte, Reine de mai, la Première,...*

La batavia : *Dorée de printemps,...*

La romaine : *Angèle,...*



Variétés d'été :

Les laitues pommées : *Grosses blondes paresseuse, Blonde de Laeken, Augusta, Rougette de Montpellier, Sucrine,...*

Les batavias : *Beaujolaise, Pasquier, Blonde de Paris,...*

La romaine : *Blonde maraîchère,...*

La laitue à couper : *Cocarde,...*

Variétés d'hiver :

Les pommées : *Herkule, Grand-mère rouge,...*

Les batavias : *Reine des glaces, la Rouge grenobloise,...*

La laitue romaine : *Rouge d'hiver,...*

Les laitues à couper : *Verte d'hiver, Lattughino,...*

La laitue asperge est une variété de romaine ne formant pas de pomme. C'est la grosse longue tige centrale que l'on mange une fois montée, mais avant la floraison. On la prépare comme les asperges, après les avoir pelées.

Semis :

Semer clair en pépinière*, repiquer tout les 25 cm en laissant le collet bien hors de terre pour éviter qu'il ne pourrisse. On peut aussi semer directement en pleine terre et éclaircir si nécessaire, ou repiquer de façon plus espacée.

Pour les laitues à couper, semer en lignes ou à la volée. Éclaircir si nécessaire, ou repiquer de façon plus espacée.

Suivi :

Maintenir le sol frais et humide.

Biner entre les laitues pour éviter les mauvaises herbes et maintenir l'approvisionnement en eau.

En été, pailler pour maintenir l'humidité.

Quand et comment récolter:

Selon les besoins, 4 à 8 semaines après le semis selon les variétés et la période de culture.

Les laitues à couper produisent assez rapidement: on coupe les feuilles dès qu'elles atteignent 15 cm en prenant soin de laisser le cœur intact afin de profiter de plusieurs récoltes successives.

Les laitues d'hiver, qui connaissent un repos hivernal, ne sont prêtes que le printemps de l'année suivante.

Truc :

Pour échelonner les récoltes selon les besoins il est conseillé de répartir les semis de façon successive.

Afin de gagner de la place, on optera pour le semis en pépinière.

*Le semis en pépinière se fait sur un emplacement réduit, riche, humifère, bien exposé (sud) et abrité des vents. Les plantes y amorcent leur croissance avant d'être repiquées ou transplantées dans le jardin ou le potager, à leur emplacement définitif. Il permet notamment de :

- donner aux graines toutes les chances de germer en leur offrant de la chaleur et un substrat adéquat, riche en éléments nutritifs.
- réduire le temps d'occupation d'une planche par une plante, et donc y faire succéder plusieurs cultures.
- démarrer une culture alors que le potager ne dispose pas de planches libres.
- limiter le gaspillage des graines ; toutes les plantules sont repiquées.

