

Les familles de légumes

Par Yannick Hirel du blog [Au potager bio](http://www.au-potager-bio.com)

Je vous propose aujourd'hui de découvrir ou re-découvrir les différentes familles de légumes qui se trouvent dans nos jardins-potagers. Personnellement, je trouve toujours cela très intéressant de s'intéresser aux différentes familles de plantes car chacune d'elles a ses propres particularités. Ensuite, je ne pense pas qu'il soit vraiment important de connaître ces détails pour cultiver un potager mais cela apporte toujours une satisfaction personnelle de développer ces connaissances sur ce sujet passionnant.

Cela peut vous servir si vous faites des associations de légumes dans votre potager, ou si vous vous intéressez au fonctionnement de chacune des familles, de ce qu'elles apportent au sol, ce qui les caractérise ...



Les Fabaceae



Incontournable et plus connu sous le nom des légumineuses. Les plantes qui composent cette famille ont la particularité de fixer l'azote. Concrètement l'azote est fixé dans des petites boules qui se forment au niveau des racines ; il me semble que ces dernières se nomment des nodules mais je n'ai pas réussi à trouver de sources pour confirmer mes dires ! Si des experts passent dans le coin et lisent cet article, n'hésitez pas à me contacter pour corriger ou approuver mes dires.

Ces petites boules sont le résultat d'une parfaite entente (symbiose) entre un certain type de bactéries capable de fixer l'azote et des bactéries résidant dans le sol et favorisées dans des milieux aérobie (riche en oxygène). Attention toutefois, parmi les légumineuses ont distingue également des "sous-catégories" ou devrais-je dire des sous-familles qui ont également leur particularités.

Parmi les plantes appartenant à la famille des Fabaceae nous trouvons : les fèves, les pois, les haricots vert, à rame ... mais aussi des plantes à croissance rapide que j'ai souvent eu l'occasion de présenter sur le blog : j'ai nommé [les engrais verts](#) !

Les Brassicaceae



Cette famille regroupe l'ensemble des choux (fleurs, chinois, brocolis, de Bruxelles, frisés, raves ...) mais aussi les navets, les radis ... Savez-vous ce qui donne ce gout unique à ce genre de récoltes ? Ce gout un peu piquant et/ou un peu amer ? J'ai appris cela que très récemment mais il semblerait que ces plantes possèdent un certain type de molécules qui servent non seulement à donner cette saveur unique à ces aliments mais qui permettent aussi de protéger la plante contre certains ravageurs.

Tous ceci est lié à une réaction entre les enzymes et ces mêmes molécules permettant de fabriquer un nouveau composé responsable de cette amertume et ce gout. Cette famille a également la particularité de ne pas avoir besoin de beaucoup d'eau pendant leur croissance.



Les Solanaceae



Cette grande famille de plantes contient l'une des cultures les plus répandues dans nos jardins-potager : la tomate ! Mais pas seulement, vous trouverez également la pomme de terre, l'aubergine, le poivrons, le piments ... Saviez-vous que dans cette famille certaines plantes peuvent être dangereuses pour la santé de l'homme ? C'est le cas par exemple de la Datura, le tabac ... L'intégralité des plantes qui composent cette famille contiennent une substance toxique qui se nomme la solamine. Mais rassurez-vous, cette substance n'est pas présente dans la partie que nous consommons et à faible dose, il semblerait que cela soit inoffensif pour l'homme.

Cependant, un ancien de mon village m'a dit qu'il en fallait pas consommer les pommes de terre Verte et qui ont développé des tubercules verts car elles contiendraient de la solamine ; ensuite est-ce vraiment dangereux ? Je ne saurai vous répondre.

Les Apiaceae



Au sein de cette famille vous trouverez les carottes, les cèleris rave, les panais, le fenouil ... Ces plantes potagère ont toutes un point commun, c'est qu'elles sont assez longue à offrir leurs récoltes et à germer. Si nous prenons le cas des panais, ce n'est qu'au bout de 3 bonnes semaines que vous les verrez apparaitre. L'astuce pour accélérer cette germination est de placer vos graines dans de l'eau avant de les semer.

J'allais oublié de préciser que cette famille est plus connu sous le nom des Ombellifères et je ne sais pas si vous avez déjà remarqué mais le feuillage de ces différentes plantes potagères se ressemblent un peu. Je trouve personnellement qu'il se forme (quasi) de la même façon.

Les Liliaceae



Sauf erreur de ma part, je crois que c'est l'une des plus grandes familles ! Et dans un premier temps, nous pouvons diviser cette dernière en deux groupes bien distinct qui vont être classé selon leur façon de développer leurs feuillages : les monocotylédones et les dicotylédones mais l'explication de ces deux termes feront l'objet d'un autre article 😊

Les liliacées regroupent des plantes tels que [les poireaux](#), les oignons, les échalotes, l'ail ... Je trouve cette famille particulièrement intéressante dans sa façon de produire son feuillage qui est complètement différents des autres plantes mais comme je vous le disais, je profiterai d'un autre article car cela rentre dans les explications des deux termes cités ci-dessus.

Les cucurbitaceae



Cette famille est forcément présente dans votre jardin-potager ! L'ensemble des plantes qui composent les cucurbitacées offrent différentes saveurs et regroupent les concombres, les courges, les courgettes, les pastèques, les citrouilles ... Que dire de plus sur cette superbe famille à avoir dans son potager.

Au niveau des associations bénéfiques, vous pourriez envisager de les cultiver avec les haricots et le maïs. Dans cette association, chaque plante va pouvoir s'apporter quelque chose. Le maïs profitera de l'azote dégagé par les haricots qui se serviront du maïs comme tuteur, tandis que la plante de la famille des cucurbitacées permettra de conserver la fraîcheur au niveau du sol. Ces associations ne datent pas d'aujourd'hui, il me semble qu'elles ont des origines Incas.



Les Asteraceae



Parlons salades ! les astéracées sont composés des laitues, de la chicorée (et de l'endives par la même occasion), voici le lien vers mon tout premier fichier audio sur [l'histoire de l'endive et ses conditions de cultures](#). Pour continuer cette liste, vous trouverez l'artichaut ou encore le topinambour.

Il faut tout de même faire une distinction importante entre les membres de cette famille, il y a les groupes à proprement parler des salades et le groupe des chardons qui vont regrouper plus l'artichaut, le topinambour ...

Il y a également la famille des Chenopodiaceae (Chenopodiacées) représenté par les épinards, les bettes, les poirées ou encore les betteraves.

Un grand merci à vous de me suivre

Avec toute mon amitié

Yannick Hirel

[Retournez sur la page d'accueil du site](#)