



Jardiner Roussillon, simplement !

4^e capsule pour s'initier au
jardinage. LA RÉCOLTE

Création: Cultivons Châteauguay et Annie Landry.



M R C D E R O U S S I L L O N

La récolte

Déterminer le bon moment pour faire la récolte :

- À partir des temps de cultures prévus;
- À partir d'une inspection visuelle de notre potager;
- Ne pas trop attendre pour faire la récolte, sinon on risque de la perdre!

Prévoir les outils nécessaires à la récolte :

- Un récipient pour recevoir la récolte;
- Un canif, des ciseaux ou un petit sécateur;
- Une petite pelle si nécessaire;
- Mais l'outil que vous utiliserez le plus : vos mains!



Laver et entreposer la récolte

Adapter la méthode de lavage à la récolte :

- Laitues et autres feuillages : laisser tremper dans l'eau, agiter, essorer et entreposer.
- Légume fruit : rincer si nécessaire et entreposer.
- Légume racine : brosser si c'est pour une consommation rapide. Pour un entreposage d'hiver, ne pas brosser et les entreposer tels quels.

Prévoir ce que vous ferez de vos récoltes afin de ne pas les perdre. Organiser votre menu en conséquence et prévoir du temps pour transformer vos récoltes si nécessaire.



La transformation

Plusieurs options selon ses goûts, le temps que l'on a et notre budget.

De la consommation immédiate à l'entreposage pour plusieurs années, tout se fait.

Par contre, pour débiter, nous vous suggérons de commencer simplement!





La congélation

Une méthode assez rapide et peu coûteuse, elle permet de préserver les aliments environ une année.

Avant de procéder à la congélation, il faut d'abord trancher les aliments au format où ils seront consommés une fois décongelés. Aussi, certains légumes, comme le brocoli, le chou-fleur, la carotte, etc. demandent à être blanchis avant d'être congelés.

Afin d'éviter que les légumes prennent en pain lors de la congélation, il faut d'abord les faire congeler sur une plaque à biscuit puis les transférer dans un contenant hermétique par la suite.

Le séchage

Plusieurs méthodes sont possibles :

La méthode la moins coûteuse et la plus simple est de faire sécher les herbes suspendues. On peut également se fabriquer une étagère pour le séchage à plat.

Pour les autres légumes et fruits, il faut utiliser une source de chaleur afin de pouvoir faire sécher convenablement les aliments. Un séchoir ou un four conventionnel peuvent être utilisés.

Il est important de bien espacer les aliments afin d'assurer un séchage uniforme.

Par la suite, on les entrepose dans un contenant hermétique. Ils peuvent ainsi se conserver jusqu'à plusieurs années.





Les conserves

C'est une méthode plus complexe et plus longue pour arriver à une préservation adéquate, mais elle permet beaucoup de variété et conserve les aliments pour plusieurs années.

Il faut s'assurer de prendre une source fiable pour les recettes. Une trop faible acidité dans la recette ou une mauvaise stérilisation peut favoriser l'apparition de [botulisme](#).

Il faut bien stériliser les pots avant d'y déposer des aliments et inspecter le sceau des couvercles avant de les refermer. Par la suite, faire chauffer les pots selon la recette. Les entreposer dans un endroit frais et sec.



La chambre froide

Cette pièce traditionnelle dans beaucoup de maisons permet de préserver des récoltes à peu de coûts.

Il suffit de récolter nos légumes d'hiver, tels que les courges, les choux, les oignons et les légumes racines et de les y entreposer.

Pour certains légumes racines, comme la carotte, il faut toutefois prévoir un bac rempli de sable humide afin de les y enterrer.

