

## Les plantes compagnes au potager

Favoriser de bonnes associations de légumes en les semant ou plantant côte à côte permet de créer des échanges ou actions bénéfiques entre elles. D'autres associations sont au contraire à éviter car elles sont néfastes pour la croissance et la santé de l'une et de l'autre.

On appelle cela le **compagnonnage**, le but étant d'utiliser les propriétés répulsives ou attractives de certaines plantes, soit pour éloigner ou limiter les insectes nuisibles, soit pour attirer d'autres animaux dits auxiliaires et éviter ainsi l'utilisation de pesticides chimiques.



Dans un potager, plus les espèces semées, repiquées et plantées sont différentes et plus le jardinier favorise les équilibres nécessaires au bien-être des plantes. Vous pouvez ainsi créer différentes associations au potager.

### Associer pour protéger

Certaines plantes émettent de fortes odeurs et sont donc très efficaces pour déranger ou faire fuir les insectes en quête de nourriture ou de lieu de ponte (par exemple, poireaux et carottes en rangs alternés, chacun faisant fuir les prédateurs de l'autre).

Il existe aussi :

- **des plantes insectifuges** qui repoussent un grand nombre de parasites du sol grâce aux substances qu'elles produisent, (oeillet d'inde, thym, tanaïsie...)
- **des plantes fongicides**, qui limitent, voire empêchent le développement de maladies liées aux champignons (l'ail planté au milieu des fraisières empêche la pourriture grise de s'installer).
- **des plantes qui attirent à elles les prédateurs** qui n'iront pas voir du côté de vos légumes (capucine, sureau, ortie...).



Oeillet d'inde et basilic aux pieds des tomates



Pied de capucine bordant les allées du potager

### Associer pour augmenter la pollinisation

Les fleurs (sauvages, aromatiques ou ornementales) attirent les insectes pollinisateurs et favorisent alors la pollinisation de vos légumes et fruits du jardin.

### Associer pour apporter l'ombre et la fraîcheur

Les haricots rames, tomates, concombres ou melons conduits verticalement protègent les salades et autres légumes feuilles délicats des rayons du soleil en été.



Les concombres protègent les salades plantées sur leur face Nord.

## En pratique

Les légumes qui ont de bonnes affinités peuvent être cultivés :

- **Sur des lignes ou des carrés accolés :** par exemple, une ligne de carottes et une ligne d'oignons, ou bien une ligne de laitues et une ligne de radis.
- **Sur le même rang en alternance :** un chou, un céleri, etc... ou bien une salade, un plant de cerfeuil...
- **Plantés devant/derrière :** par exemple, un pied de basilic devant chaque pied de tomate.

Les légumes ayant de moins bonnes affinités et dont la cohabitation est néfaste doivent être éloignés d'au moins la largeur d'une allée.

Ne pas oublier de pratiquer la rotation des cultures pour ne pas épuiser votre sol et d'associer à vos légumes une grande diversité de fleurs afin d'attirer les pollinisateurs (basilic, thym, menthe, sauge, bourrache, oeillet, capucine, souci, cosmos, dahlia, tournesol...)



## Les 3 sœurs, technique ancestrale de culture associée

Voici une association bénéfique et sans concurrence entre trois légumes :

- les haricots apportent l'azote nécessaire au maïs et à la courge,
- les maïs servent de tuteur aux haricots,
- la courge permet de garder la fraîcheur aux pieds des légumes grimpants grâce à son imposant feuillage.

## Quelques exemples d'associations au potager

	ail	aubergine	carotte	chou	courge	échalote	épinard	fraise	haricot	laitue	navet	oignon	poireau	pois	p. de terre	radis	tomate
ail																	
aubergine																	
carotte																	
chou																	
courge																	
échalote																	
épinard																	
fraise																	
haricot																	
laitue																	
navet																	
oignon																	
poireau																	
pois																	
p. de terre																	
radis																	
tomate																	

■ Favorable     
 ■ Non favorable     
  Sans incidence

## En bref...

→ Toujours éloigner les légumes qui ont les mêmes ennemis (carottes, persil et céleris, tous victimes de la même mouche).

→ Associer les plantes qui se protègent mutuellement en les plantant de telle sorte que leurs feuillages se touchent (oignons et poireaux avec carottes, basilic avec concombres...).

→ Les légumineuses (pois, haricot, fève) ne supportent pas les alliacées (ail, échalote, poireau, oignon).

→ Les tomates et courgettes n'aiment pas le concombre.

→ Les salades ne supportent pas le persil ni le céleri.

→ Éloigner les différentes variétés de choux.

→ Pas de haricots nains à côté de haricots à rames.

Conception :



Avec le soutien de :



Illustration : Julie Stoehr  
Graphisme : Mathias Graff

## À lire aussi...

Jardin au naturel - Fiche 1 « La rotation des cultures au potager »

Jardin au naturel - Fiche 3 « Les engrais verts »

Biodiversité en ville - Fiche 4 « Réussir un potager de balcon »