

## Chicorée sauvage



La chicorée sauvage (*Cichorium intybus*) est un légume feuille de la famille des astéracées du genre *cichorium*.

La chicorée sauvage amère est à l'origine de la barbe-de-capucin par le forçage de ses racines. Sa racine peut être torréfiée pour remplacer le café. Plante médicinale aux propriétés stomachiques, dépuratives et légèrement laxatives. La chicorée était utilisée par les égyptiens pour la fabrication de papyrus.

C'est une plante indicatrice des sols argilo-calcaires.

## Caractéristiques de la chicorée sauvage

**Cycle :** vivace

**Hauteur :** 40 cm à 1,5 m

**Besoin en eau :** pousse en terrain sec et aride

**Effet allélopathique :** possède des composés antimicrobiens et nématocide, protège le pommier.

**Ses ennemis :** Lin, asperge

## Plantation de la chicorée sauvage

**Exposition :** ensoleillée

**Type de sol :** sol franc et argileux

**Espacement des plans :** lorsque les jeunes plants ont développé 3 ou 4 feuilles, éclaircissez-les à 8 /10 cm de distance

**Profondeur :** de 0.5 cm à 1 cm au maximum

## Calendriers de la chicorée sauvage

### Chicorée sauvage

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Semis pleine terre				A	M	J						
Floraison										O	N	

La chicorée sauvage est à l'origine de la Barbe-de-capucin. Semer en pleine terre la Chicorée sauvage pour la production de la Barbe-de-capucin l'hiver prochain.

## Barbe-de-capucin

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Plantations	J	F								O	N	D
Récoltes	J	F	M								N	D

D'octobre à Février, arrachez et plantez les racines de chicorée sauvage, dans l'obscurité dans du sable ou terreau et récoltez les feuilles blanchies de novembre à mars.