

Épinard

(*Spinacia oleracea*)



Plante annuelle ou bisannuelle aujourd'hui cultivé dans toutes les régions tempérées pour les qualités nutritionnelles de ses feuilles, lesquelles sont lisses ou cloquées, vert foncé.

Semis en lignes espacées de 25-30cms (à un ou deux centimètre-s de profondeur), puis éclaircissage de sorte à laisser un plant tous les 15-20cms sur chaque rang.

Rusticité : -10°C (-5/-6°C selon d'autres sources)

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

Besoins : 



>Saints de glace (Du 11 au 13 Mai)

 Semis sous abris  Semis en pleine terre  Plantation  Récolte

Besoin en eau (arrosage) :  important  modéré  faible

Besoin d'ensoleillement (exposition) :  plein soleil  mi-ombre

Notes :