Chou-fleur

BESOINS SPÉCIFIQUES DE CULTURE

En juillet, quand les choux-fleurs ont la grosseur d'un 2 dollars, on enveloppe la fleur avec les grandes feuilles et on attache le tout avec un élastique. Ceci permettra d'avoir de beaux choux-fleurs bien blancs.

Récolte :

Récoltez le chou-fleur lorsque le légume mesure entre 7 et 10 cm de diamètre. Coupez sous le chou-fleur et laissez le plant en place afin de permettre à des têtes secondaires de pousser. Récoltez tôt le matin pour un maximum de saveur.

INFORMATION GÉNÉRALE	
Niveau de difficulté : Jardinier averti	**Type de légume :** Légume fruit
INFORMATIONS À LA MISE EN TERRE	
Tuteur : Non	**Mycorhizes :** Non
Type de culture : Plantation en plant en pot	**Engrais à la plantation :** Non
Nombre de plants par 50 cm X 50 cm : 2 plants	**Compost et/ou fumier à la plantation :** Oui
INFORMATIONS EN COURS DE SAISON	
Éclaircissement : Non	
Engrais de culture : Oui (selon le mode d'emploi et la fréquence du fabricant)	
Compost et/ou fumier de culture : Oui	
Insectes et maladies courants : Altise, limaces et escargots, piéride du chou, ver gris	
Sensibilité au gel au sol : Non	

Mjardiner, 2022 - Tous droits réservés

Nos coups de coeur

LE CHOU-FLEUR MAUVE

Mettez de la couleur dans votre assiette! Le chou-fleur mauve possède un goût plus doux et une saveur plus sucrée que le chou-fleur traditionnel. Des légumes colorés peuvent intriguer les enfants et leur donner le goût de les essayer. En crudités, avec une trempette, c'est l'idéal pour l'apprivoiser. Vous aimeriez le faire cuire? Évitez de le faire bouillir, ce qui lui causerait un changement de couleur pour devenir vert. La cuisson à la vapeur est préférable pour conserver sa jolie couleur.
La récolte s'effectue lorsque la tête du chou-fleur est ferme et de la grosseur désirée.

SAVIEZ-VOUS QUE le chou-fleur est une excellente source de vitamine C? Une portion de 125ml (1/2 tasse) contient 40% de l'apport quotidien recommandé de vitamine C.

Mjardiner, 2022 - Tous droits réservés