



agence
de l'eau
rhône méditerranée & corse



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



C FPPA des Pays d'Aude



Jardiner Bio chez soi



Les plantes bio-indicatrices



Des graines sont présentes dans le sol, certaines sont périmées, mais d'autres sont en dormance. Pourquoi germent-elles tout d'un coup? Parce que les conditions du terrain et du climat lui conviennent et correspondent aux besoins de leur patrimoine génétique. Voilà ce que l'on appelle la levée de dormance. De la présence des adventices, on peut en déduire les composants du terrain et sa dynamique, mais aussi ce que l'on peut faire pour améliorer sa fertilité. Suivre l'évolution des indésirables vous permet de savoir où en est votre terrain.



LIBERTÉ • ÉGALITÉ • FRATERNITÉ
REPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude



Il ne faut pas focaliser ces craintes sur la montée à graines des adventices (qui est certes importante mais qui n'explique pas tout). Ce n'est parce qu'une plante monte à graine de façon importante que cela signifie une population forte l'année prochaine. Une graine ne germe que si l'on lui crée les conditions propices à sa germination.

On a recherché pour chaque plante le ou les milieux naturels dans lesquels elles se développaient avant toutes interventions humaines. Ces observations sur la biologie des plantes sont ensuite mises en parallèle avec des analyses de sols et des observations sur fosses. Cela a permis d'affirmer la ou les caractéristiques de chaque plante. À ce jour environ 150 plantes ont été étudiées sérieusement.

Les plantes apparaissent bien avant les problèmes. Cela permet de faire un diagnostic et d'agir.

Il y existe trois types de plantes :

- Celles qui indiquent un excès
- Celles qui indiquent une carence
- Celles qui servent d'indicateur de la vie microbienne du sol

Pour être considéré comme indicatrice, une plante doit être en nombre suffisant (5 à 10 pieds par mètre carré), elle doit être dominante par rapport aux autres espèces présentes.

Rappelons aussi que les plantes ne sont « mauvaises » que parce que ce n'est pas le jardinier qui l'a semé. En fait, elles ne sont pas là par hasard, et si elles sont présentes sur un terrain donné, c'est bien pour protéger et améliorer cet endroit.

Mai au jardin

- Semer en place les betteraves, les blettes, la bourrache, les choux, les radis, les carottes, la coriandre, le fenouil, les laitues à couper, les lentilles, le maïs doux, les navets, le persil, les pois, les artichauts, les basilics, les courges et les piments
- Planter l'aneth, les artichauts, les basilics, les chayottes, les courgettes, les concombres, les cornichons, les aubergines, les tomates, les coquerets du Pérou, les piments, les poivrons, les pommes de terre, les poireaux d'été, les salades de printemps et d'été.
- Diviser les grosses touffes d'artichauts et de menthe.



Mouron blanc ou Mouron des oiseaux ou stellaire intermédiaire



MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE DE L'ALIMENTATION DE LA PÊCHE ET DE LA RURALITÉ ET DE L'AMÉNAGEMENT DU TERRITOIRE



Mouron des champs (toxique) aux fleurs rouges



Mouron des champs rouge ou bleue (toxique)

FPPA des Pays d'Aude



Céraiste commun

-Céraiste commun (Cerastium triviale)-

Habitat naturel: Pelouses des plateaux calcaires et basaltiques. Pelouse des vallées alluviales et pelouses alpines.

Indications sur l'état du sol: Sols dans lesquels la matière organique est en cours de minéralisation par la vie microbiennes aérobie. Sols riches en matières organiques et en azote.

Cuisine: La partie aérienne s'utilise pour les salades composées et pour les plats cuisinés.



Tige de Céraiste commun



Fleur de Céraiste commun

-Mouron blanc (Stellaria media)-

Habitat naturel: Lisières et clairières forestières. Forêts alluviales et riveraines.

Indications sur l'état du sol: Cette plante annuelle signale une terre équilibrée, c'est la légion d'honneur du potager. De l'air, du carbone, des nitrates, de la vie bactérienne, le sol est en bonne santé, continuez sur cette voie. C'est une des rares plantes indicatrices d'équilibre. Minéralisation active de la matière organique par les bactéries aérobies. Libération de nitrates. Équilibre des sols.



Flours et bouton de Mouron blanc

Cuisine: La partie aérienne fleurie ou non est un très bon comestible, crue ou cuite (en jus, en salade...)

Attention à ne pas confondre avec le mouron des champs (Anagallis arvensis) aux fleurs rouges (sol acide) ou bleues (sol calcaire), qui est toxique.



Renoncule rampante

-Renoncule rampante (Ranunculus repens)-

Habitat naturel: Vallées alluviales, forêts alluviales et riveraines. Marécages et tourbières.

Indications sur l'état du sol: Engorgement des sols en eau et en matières organiques. Hydromorphismes. Piétinement des jardins par temps humide. Compactage des sols, battance. Travail du sol par temps très humide.



Feuille de renoncule rampante



Fleur de renoncule rampante



Fruit de renoncule rampante

Cuisine: Plante toxique pour l'homme.





Mentha à feuilles rondes

-Menthe à feuilles rondes (*Mentha rotundifolia*)-

Habitat naturel: Prairies humides, marécages, tourbières. Zones humides des vallées alluviales, des fleuves et des rivières. Clairières forestières humides.

Indications sur l'état du sol: Hydromorphisme. Engorgement en eau et en matière organique, surpâturage, piétinement, excès d'irrigation.

Cuisine: La partie aérienne est aromatique.



Flour de menthe à feuilles rondes



MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude



Prêle des champs (15 à 60cm de haut)

-Prêle des champs (*Equisetum arvense*)-

Habitat naturel: Sols des vallées alluviales et des arènes granitique.

Indications sur l'état du sol: Présence d'une nappe d'eau. Plante des sols alluvionnaires jeunes, non encore structurés, ou au contraire, des sols déstructurés.

Cuisine: Utilisation des tiges fertiles cuites, les stériles n'étant pas mangeables car elles contiennent trop de silice.



Tiges de Prêle des champs qui contiennent des spores

-Ortie dioïque ou grande ortie (*Urtica dioica*)-

Habitat naturel: Forêts alluviales et riveraines. Lisières et clairières forestières.

Indications sur l'état du sol: Changement d'état du fer dans le sol, par hydromorphisme. Excès de matière organique végétale archaïque. Excès de matière organique animale. Pollution ou apport de fer (boîtes de conserve, vieilles ferrailles...).

Cuisine: Les jeunes orties, avant floraison, sont excellentes crues ou cuites.



Ortie dioïque ou grande ortie



Ortie en fleurs





MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



C FPPA des Pays d'Aude



Liseron des haies

-Liseron des haies (*Calystegia sepium*)-

Cuisine: Plante **toxique**.

Habitat naturel: Sur l'ensemble des lieux boisés, buissonnants et herbacés présents sur les rives d'un cours d'eau, forêts riveraines inondables, bras morts des cours d'eau. Forêts intermédiaires des vallées alluviales.

Indications sur l'état du sol: Cette mauvaise herbe désigne une terre asphyxiée par trop de matière organique et d'eau, voire par le travail sur un sol détrempé. Les nitrates, le fer et l'aluminium prennent leur forme toxique. Ce terrain produit des aliments nocifs pour l'homme et les animaux. Engorgement en matière organique animale sur sols frais et humides provoquant des anaérobioses complètes et la production de nitrites et de nitrates. Hydromorphismes, par engorgement naturels ou induits, en eau et en matière organique. Engorgement des sols en matière organique ou en nitrate d'ammonium produisant les mêmes effets. Dissociation du complexe argilo-humique par les hydromorphismes avec libération d' Al^{3+} et de Fe^{3+} , et production de nitrites. Le liseron des haies est une espèce nitritophile.



Fleur de liseron des haies

-Rumex (*Rumex obtusifolius*)-

Habitat naturel: Vases et limons humides des bras morts des grandes vallées alluviales. Vasières des lacs et des étangs. Marécages et tourbières.

Indications sur l'état du sol: Le rumex à feuilles obtuses était très cultivé au Moyen Age, sous le nom de « patience ». Rare avant 1970, il est devenu commun aujourd'hui, à cause de nos pratiques agricoles. Le terrain est imbibé d'eau, compact et des nitrites pathogènes sont présents en excès. Engorgement en eau et en matière organique provoquant des hydromorphismes et des anaérobioses complètes avec blocage des oligo-éléments et du phosphore. Tout apport de matière organique supplémentaire peut conduire à des dégâts irréversibles. Destruction du Complexe argilo-humique avec libération d'aluminium (Al^{3+}), de fer ferrique (Fe^{3+}) et production de nitrites. Espèce poussant généralement sur substrat acide.



Fruits du Rumex



Rumex

Cuisine: Feuilles et jeunes pousses comestibles (amères et astringentes). Elle contient de l'acide oxalique: les personnes sensibles ne doivent pas en consommer. Les oxalates solubles formés à partir de l'acide oxalique sont irritants: en trop grosse quantité, ils peuvent provoquer des troubles rénaux. Une cuisson à l'eau permet de les éliminer en grande partie.

-Grand plantain (*Plantago major*)-

Calme les piqûres d'insectes et d'ortie en frottant une feuille sur la blessure.

Habitat naturel: Sables et limons compactés des grandes vallées alluviales.

Indications sur l'état du sol: Tassement et compactage provoquant l'anaérobiose des sols, piétinement du bétail dans les prairies surchargées. Hydromorphismes induits par le tassement du sol par temps humide (travail du sol, piétinement du bétail).

Cuisine: Les jeunes feuilles du centre ont un goût de champignon (en salade). Les jeunes plantes se mangent crues ou cuites.



Fleurs de plantain lancéolé



Grand plantain



Feuilles et fleurs du trèfle blanc

-Trèfle (*Trifolium repens*)-

Habitat naturel: Vallées alluviales, plateaux calcaires et basaltiques. Lisières et clairières forestières.

Cuisine: **Toxique**, comme toutes les légumineuses.



Feuilles de trèfle blanc



L'exception pour les chanceux

Indications sur l'état du sol: Compactage des sols riches en calcaire. Engorgement en eau et en matière organique. Fort contraste hydrique. Surpâturage, piétinement par les animaux. La densité de trèfle blanc est proportionnelle à la pression du pâturage.

-Chiendent des champs (*Elytrigia campestris*)-

Habitat naturel: Sables alluviaux régulièrement remaniés des fleuves et des rivières. Ce chiendent se rencontre surtout en zone méditerranéenne.

Indications sur l'état du sol: Fatigue des sols qui méritent une régénération par la prairie naturelle multiflore. Destruction des sols par les labours. Excès de nitrates et de potasse, compactage des sols limoneux à pH élevé, fort contraste hydrique.

Cuisine: Les parties tendre du rhizome sont comestibles.



Chiendent des champs



Fleur de chiendent



Épis de chiendent

-Pissenlit (*Taraxacum officinale*)-

Habitat naturel: Prairies naturelles des plaines et des montagnes. Des plateaux calcaires et des vallées alluviales. Lisières et clairières forestières.

Indications sur l'état du sol: Engorgement en matière organique animale (fumiers). Blocage de la matière organique par le froid. Compactage des sols riches en calcaire et en matière organique. Bon indicateur de prairie riche tant que le pissenlit n'est pas dominant, mais révélateur d'aggravation des engorgement et des compactages du sol lorsque la présence du pissenlit explose.

Cuisine: La plante entière est comestible crue ou cuite. On peut utiliser les racines, les fleurs et les feuilles.



Pissenlits en fleurs



Fleur et fruit du pissenlit



MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude





Feuilles de bourse à pasteur



Fleur de bourse à pasteur

-Bourse à pasteur (Capsella bursa-pastoris)-

Habitat naturel: Sables et limons riches en calcaire des grandes vallées alluviales subissant des alternances de périodes d'inondation et de grande sécheresse.

Indications sur l'état du sol: Variations hydriques importantes sur des terrains limoneux ou sableux. Compactage des sols riches en calcaire. Blocage de phosphore et de potassium par anaérobiose sur sols riches en calcaire et compactés.



Fruits des bourse à pasteur

Cuisine: Très bonne comestible: rosettes de feuilles à utiliser dans les salades composées ou les plats cuisinés.



MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE DE L'ALIMENTATION DE LA PÊCHE ET DE LA RURALITÉ ET DE L'AMÉNAGEMENT DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude



Fleurs d'ail des maraîchers

-Ail des maraîchers (Allium oleraceum), Muscari négligé (Muscari racemosum), Ornithogale (Ornithogalum umbellatum)-

Habitat naturel: Prairies permanentes des grandes vallées alluviales et des plateaux calcaires. Maquis et garrigues.

Indications sur l'état du sol: Carences réelles ou induites en Potasse, bloquée par le manque de vie microbienne. Compactage des sols riches en calcaire, à pH souvent élevé.



Muscari négligé



Fleur d'ornithogale



Ornithogale

Ornithogale: Cuisine: Toxique

Muscari négligé: Cuisine: Le bulbe cuit est comestible.

Ail des maraîchers: Cuisine: crus en condiments et cuits comme les poireaux.

-Véronique de Perse (Veronica persica)-

Cuisine: Plante toxique.

Habitat naturel: Sables et limons riches en calcaires et en matières organiques des grandes vallées alluviales. Clairières des forêts alluviales.

Indications sur l'état du sol: Richesse en calcaires, en azote et en matières organiques. Compactage provoquant un début d'anaérobiose. La véronique de Perse est une espèce nitrato-phile.



Véronique



Boutons et fleurs de Véronique





Cerfeuil doré

-Cerfeuil doré (*Chaerophyllum aureum*)-

Cuisine: Toxique

Habitat naturel: Lisières et clairières des forêts de montagnes de 500 à 2000m d'altitude. Ce cerfeuil se trouve sur des sols riches en calcaire et en matière organique, de pH neutre à légèrement acide.

Indications sur l'état du sol: Engorgement par excès de matière organique, souvent d'origine végétale, mais parfois animale; saturation du complexe argilo-humique. Blocage de l'activité microbienne par engorgement en eau ou en matière organique. Si l'excès de matière organique provient de matière organique végétale, l'évolution du milieu se fera vers la forêt.



Feuille de Cerfeuil doré



MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE DE L'ALIMENTATION DE LA PÊCHE ET DE LA RURALITÉ ET DE L'AMÉNAGEMENT DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude



Lamier pourpre

-Lamier pourpre (*Lamium purpureum*)-

Habitat naturel: Sables et limons riches en azote des vallées alluviales des fleuves et des rivières. Les lamiers sont des espèces nitratophiles.

Indications sur l'état du sol: Excès d'azote et de matières organiques dans des sols riches en calcaire. Érosion et lessivage, coefficient de fixation bas. Le lamier pourpre prolifère au bord des chemins et des routes et sur les vieux murs. Il est favorisé par l'azote provenant principalement de la pollution des pluies par le dioxyde d'azote d'origine industrielle ou automobile.



Fleurs de lamier pourpre



Fleurs de lamier pourpre

Cuisine: La partie aérienne, aromatique, parfume salades et plats cuisinés.



-Chardon commun (*Cirsium arvense*)-

Habitat naturel: Bois et prairies des vallées alluviales. Clairières forestières. Le chardon commun existe partout en France, mais il est rare en région méditerranéenne. Le chardon est une plante riche en phosphore.

Cuisine: Bon comestible, malgré ses épines.

Indications sur l'état du sol: Saturation du complexe argilo-humique par excès de matière organique, d'engrais azotés ou d'épandage de fumiers, lisiers et purins non compostés provoquant le blocage de phosphore. Saturation naturelle du complexe argilo-humique par un pH trop élevé. Le surpâturage risque de provoquer l'explosion des chardons par excès de matières organiques et compactage des sols.



Chardon commun



Fleurs et fruits de chardon commun





-Pâquerette (*Bellis perennis*)-

Habitat naturel: Pelouses alluviales des plateaux calcaires et basaltiques. Pelouses alpines et alluviales. Prairie naturelle. Clairières forestières. La pâquerette est une plante très courante dans toute la France.

Indications sur l'état du sol: Décalcification des sols en début d'érosion et de lessivage. Déficience du complexe argilo-humique et baisse importante du pouvoir de fixation. Perte des ions Fer et Calcium assurant la cohésion du complexe argilo-humique.



Flours de pâquerette

Cuisine: Les jeunes feuilles et les fleurs sont comestibles crues ou cuites. La plante entière, fleurie ou non, s'utilise comme le pissenlit.



MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude



Mercuriale annuelle

-Mercuriale annuelle (*Mercurialis annua*)-

Habitat naturel: Pelouses des terrains riches en calcaire et en matière organique. Sables et graviers des vallées alluviales. Maquis et garrigues.

Cuisine: Plante très toxique.

Indications sur l'état du sol: Cette plante indésirable fait partie de la famille des euphorbes, toutes toxiques, voire mortelles. Elle indique une érosion intense des sols, par manque de couverture végétale, hiver comme été, provoquant le lessivage de l'azote et de la potasse. Le sol ne fixe plus les éléments minéraux. Nécessité de protection de ces sols fragiles pouvant évoluer vers des formes de destruction beaucoup plus graves. Risque d'érosion physique du sol lors des orages d'été.

-Oxalis pied-de-chèvre (*Oxalis pes-caprae*)-

Habitat naturel: Limons, sables et graviers. Arènes granitiques. Maquis et garrigues. L'oxalis pied-de-chèvre est une espèce exclusivement présente en zone méditerranéenne.

Indications sur l'état du sol: Érosion intense et lessivage de surface des sols laissés à nu l'hiver et l'été. Fragilité des sols pouvant, par manque de protection, évoluer vers des destructurations beaucoup plus graves. L'oxalis se trouve principalement sur sol siliceux. La couverture du sol par l'oxalis est très bénéfique pour le terrain et pour la vie microbienne aérobie.



Oxalis pied-de-chèvre

Cuisine: Très bonne comestible crue ou cuite. Elle contient de l'acide oxalique: les personnes sensibles ne doivent pas en consommer. En trop grosse quantité, ils peuvent provoquer des troubles rénaux.





MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude



Pâturin annuel



Pourpier potager

-Pâturin annuel (*Poa annua*)-

Habitat naturel: Sables et limons des vallées alluviales.

Indications sur l'état du sol: Érosion et lessivage des sols à faible pouvoir de rétention, ou des sols ayant manqué de couverture végétale. Dégradations des gazons, des prairies par surpâturage et piétinement.



Flours de Pâturin annuel

-Pourpier potager (*Portulaca oleracea*)-

Habitat naturel: Originaire de l'Inde, très anciennement naturalisée. Sables et limons des vallées alluviales des fleuves et des rivières.

Le pourpier se trouve surtout dans le sud de la France mais également dans les mêmes biotopes au nord, sous les microclimats chauds.

Indications sur l'état du sol: Sols à très faible pouvoir de rétention. Érosion, lessivage des sols laissés à nu et non protégés. Tassement et compactage par piétinement dans les jardins. Érosion des sols en été.



Fleur de Pourpier potager

Cuisine: Crue ou cuite, cultivée comme légume sur tous les continents. Régime crétois.

-Coquelicot (*Papaver rhoeas*)-

Habitat naturel: Terrain remaniés lors des crues des fleuves et des rivières. Clairières forestières en microclimat chaud. Le coquelicot est une espèce qui aime la chaleur, d'origine méditerranéenne.

Indications sur l'état du sol: Brusque remontées de pH, quel qu'en soit le niveau initial (acide ou alcalin). Contraste hydrique: humidité hivernale et sécheresse estivale.



Flours et bouton de coquelicot



Fruits du coquelicot



Coquelicot

Cuisine: Les rosettes de feuilles au printemps sont comestibles crues ou cuites.



Fleur de datura

-Datura (*Datura stramonium*)-

Habitat naturel: Espèce exotique, originaire d'Amérique, naturalisée dans les sables et limons des rivières dans toute la France. Le datura est une plante thermophile, beaucoup plus fréquente et abondante dans le sud de la France, mais il est possible de le rencontrer sur l'ensemble du territoire



Fruit et graines de datura

Indications sur l'état du sol: Pollution des sols par les eaux des rivières et des fleuves lors des crues. Ces pollutions peuvent être d'origine agricoles (engrais, pesticides), industrielles ou urbaines. Dans certains cas, beaucoup plus rares, la pollution peut provenir d'infiltrations de lisiers, de purins ou de fosses septiques. Remontées de sels dans les sols compactés des régions littorales. Salinisation des sols par excès d'irrigation.

Cuisine: Extrêmement toxique, souvent mortelle. Ne pas désherber votre jardin ou vos champs sans gants et masques, la plante est extrêmement dangereuse, même par simple contact.



MINISTÈRE
DE L'AGRICULTURE
DE L'ALIMENTATION
DE LA PÊCHE
ET DE LA RURALITÉ
ET DE L'AMÉNAGEMENT
DU TERRITOIRE



FPPA des Pays d'Aude



Sources:

- L'encyclopédie des plantes bio-indicatrices (volume 2) de Gérard Ducerf
Éditions Promonature 2008
- L'encyclopédie des plantes bio-indicatrices (volume 1) de Gérard Ducerf
Éditions Promonature 2005
- Éloge du plantin de Bernard Bertrand
Éditions de Terran 2000
- Fleurs des prairies de Bruno P.Kremer
Éditions Nathan 1994



PETIT RECAPITULATIF DE LA CLASSIFICATION DES PRINCIPAUX LEGUMES

Les plantes ont été regroupées par les botanistes en fonction de la ressemblance entre elles de leurs feuilles, fleurs, fruits et tiges.

FAMILLE	LEGUMES	PLANTES SPONTANÉES ou ORNEMENTALES
<p>Asteracées (ex-Composées). Du grec « <i>astro</i> » = <i>étoile</i>, allusion à la forme des fleurs.</p>	<p>Laitue, chicorée, artichaut, topinambour, salsifis</p>	<p>Tournesol, chardon, pissenlit, centaurée, marguerite, pâquerette, vendangeuses, chrysanthèmes</p>
<p>Alliacées (ex-Liliacées)</p>	<p>Ail, oignon, échalote, poireau, asperge</p>	<p>Lys, muguet, jacinthe, tulipe, narcisse, muscari, fragon-houx</p>
<p>Apiacées (ex-Ombellifères)</p>	<p>Carotte, céleri, fenouil, panais, persil, cerfeuil, cumin, coriandre</p>	<p>Livèche, anis, aneth, cigüe, buplèvre</p>
<p>Brassicacées (ex-Crucifères du latin « <i>crucis</i> » = <i>croix</i>, allusion à la forme des fleurs)</p>	<p>Chou, navet, radis, rutabaga, cresson, roquette</p>	<p>Moutarde, colza, giroflée, aubriète, ibéris</p>
<p>Chénopodiacées (Du grec « <i>chénos</i> » = oie et «<i>podos</i>» = pied, allusion à la forme des feuilles)</p>	<p>Betterave, blette, épinard</p>	<p>Chénopode blanc, salicorne, arroche, quinoa</p>
<p>Cucurbitacées</p>	<p>Courgette, courge, melon, pastèque, concombre, cornichon, chayotte</p>	<p>Bryone</p>
<p>Fabacées (ex-Légumineuses)</p>	<p>Haricot, fève, petit pois, lentille, pois chiche, arachide</p>	<p>Luzerne, trèfle, soja, réglisse, sainfoin, mélilot, lotier</p>
<p>Solanacées (du latin « <i>sol</i> » = <i>soleil</i>, allusion au besoin de ces plantes)</p>	<p>Tomate, pomme de terre, poivron, aubergine, physalis, goji</p>	<p>Morelle, pétunia, tabac, datura</p>

