

JARDINAGE

JEAN-LUC PASQUIER

Découvrez le chêne favori de Popeye

Gontran est un glouton. A force de se goinfrer de hamburgers, il a le visage bouffi et le ventre tout rond. Ça lui coûte un bras à chaque fois, mais il ne peut pas s'empêcher de s'empiffrer de son bricolage culinaire favori. Il vendrait père et mère pour s'offrir un disque de viande prémâchée prise en étau entre deux rondelles de pain spongieux. Son addiction est telle qu'elle l'a ruiné. Et depuis que ce goinfre n'a plus de sou pour manger mou, il tente de rouler son monde. Le bonhomme cherche l'aumône de façon assez originale: «Je vous paierai volontiers demain pour un hamburger acheté maintenant.» Cette couardise à peine dissimulée a déjà bien entamé la confiance de ses amis.

L'arbre à épinards peut être mangé en salade

Heureusement, il lui reste son fidèle compagnon Popeye. Gonflé aux testostérones, cet ami marin lui file parfois un peu d'oseille. C'était sans compter sur la perspicacité d'Olive, qui n'apprécie pas de voir le budget familial filer dans le dodu Gontran. La direction des finances n'y tenant plus, elle envoie une volée de bois vert à son Popeye et lui intime de mettre le joufflu au régime. Ainsi, lorsque Gontran approcha une nouvelle fois son pote à gros bras pour lui soutirer quelques pesetas, Popeye lui tendit une bolée

d'épinards en guise d'obole. Interloqué par cet ersatz bourré de vitamines et de chlorophylle, le vorace fit semblant de ne pas comprendre et s'effondra dans un long râle théâtral: «Je me meurs, vite, un hamburger...»

Des épinards en été

Les épinards se sèment en septembre pour une récolte à l'automne et une dernière à la reprise de la végétation au printemps. Ils peuvent aussi être semés en mai, toutefois la récolte préestivale tourne souvent au fiasco. En effet, l'arrivée des journées chaudes et sèches les font vite monter en graines.

Alors que faire si vous voulez égayer votre régime à base de cheeseburgers durant l'été? Il suffit de semer des arbres à épinards! Euh... pardon?! C'est quoi «un arbre à épinards»? Eh bien, il s'agit d'un légume qui permet de cuisiner des épinards même en été. Il suffit de le semer. Reprenons, voulez-vous: l'«épinard en arbre» est effectivement un légume ancien dont les qualités gustatives et nutritives sont presque identiques à l'épinard cher à Popeye. Nul besoin de sortir l'échelle pour la récolte (les anciens avaient des problèmes de vue) car l'épinard en arbre n'atteint que deux mètres de haut. Il est surtout aussi décoratif qu'il est délicieux. Portrait d'un légume qui reprend du galon.

A voir et à manger

Aussi appelé ansérine amarante, chénopode géant ou chénopode à couleur d'amarante, l'épinard en arbre porte le joli surnom botanique de *Chenopodium giganteum*. Sur ce coup-là,



Ces magnifiques jeunes pousses rosées sont capables de sublimer une salade d'été ou de finir dans l'estomac d'un amateur d'épinards comme Popeye. Jean-Luc Pasquier

les botanistes ne se sont pas foulés. Passons. L'épinard en arbre est une plante annuelle extraordinaire: non seulement ses jeunes pousses sont d'un étonnant rose magenta, mais en plus, il peut être récolté déjà un mois après le semis. Vous l'aurez compris, ce véloce végétal est aussi beau que bon: il donne à voir et à manger.

Originaire du nord de l'Inde, du Népal et du Sichuan chinois, il y est cultivé pour ses jeunes feuilles fraîches en salade et pour ses feuilles plus anciennes cuites comme des épinards. Afin de profiter de ses valeurs décoratives, je vous recommande d'en semer deux ou trois pour assouvir vos besoins nutritionnels et d'en garder un pour apprécier sa beauté. Cette plante isolée poussera vite et formera un tronc, puis des fleurs et enfin des graines qui se ressèmeront alentour.

Plus facile que les pinards

La technique est très simple: acheter un sachet de graines, trouver un coin de jardin suffisamment grand pour accueillir ce légume XXL pour Gulliver, semer sans couvrir et arroser. L'épinard en arbre apprécie la chaleur, alors attendez fin mai pour les semer directement en place. Vu que les graines sont juste déposées sur le sol, il convient de surveiller que le jeune semis ne dessèche pas juste après la levée; après ce petit effort, plus de soucis. Ce beau légume à feuille est tellement facile à cultiver que vous n'avez même pas besoin de Popeye, ni de ses gros bras. Nom d'une pipe en bois! >>

JEUX

Tirages du 28 mai 2018

TRIO MAGIC
ORDRE EXACT: Fr. 359.40
TOUS LES ORDRES: Fr. 59.90
MILIEU: Fr. 3.60

MAGIC 4
ORDRE EXACT: Aucun gagnant
TOUS LES ORDRES: Fr. 316.00
1er CHIFFRE: Fr. 7.60

BANCO
2 3 4 8 12 13 15
26 29 33 37 41 56
57 59 60 63 64 69 70

Seule la liste officielle des résultats de la Loterie Romande fait foi.
www.loro.ch

Envie de comprendre? Abonnez-vous!

LA LIBERTÉ

SUDOKU

	8		5		1	6			
	3			9	6				
		7					4		
		2			9				8
3									4
9			1			5			
	5					4			
			3	7				2	
		1	6		4			5	

N° 3699 Difficile

La règle du SUDOKU est on ne peut plus simple. Le but est de compléter la grille en utilisant les chiffres de 1 à 9 et en tenant compte que chaque ligne, colonne et carré contient tous les chiffres une seule fois.

Retrouvez la solution avec une nouvelle grille dans la prochaine édition de *La Liberté*

Grilles de fabrication Suisse
WWW.EX-PERIENCE.CH

5	1	9	6	7	3	8	2	4	
7	8	3	4	2	9	5	6	1	
6	2	4	8	1	5	9	7	3	
8	3	2	5	9	7	1	4	6	
4	7	5	3	6	1	2	9	8	
1	9	6	2	8	4	3	5	7	
2	4	8	9	3	6	7	1	5	
9	5	1	7	4	8	6	3	2	
3	6	7	1	5	2	4	8	9	

MOTS CROISÉS

- Horizontalement**
- Envoyés en reconnaissance.
 - Mettre à la porte dans le milieu. L'héroïne des mots croisés.
 - Oui de la France d'en bas. Changement de genre, avec effets.
 - Sans souci des sous. Participe passé.
 - Il est tondu ras. Le technétium.
 - Jeune pousse. Totale interdits.
 - Eut bien en main. Sous-chef de Gard.
 - C'est-à-dire, en deux lettres. Femmes proches des bêtes.
 - Une étoile du drapeau américain. Piécette nordique.
 - Gros besoins.

- Verticalement**
- Accident musculaire.
 - Toujours prête à défendre sa mère.
 - Extrait du quotidien. Tube dans la pub. Entrée à Echallens.
 - Vengeance posthume. Fleuve hispano-portugais.
 - Qui convient parfaitement. Possessif dans les deux sens.
 - Prénom masculin. A prendre avec de l'eau. Elle s'étend autour de Vienne.
 - Grosse mouche qui ressemble à une abeille.
 - Point donné.
 - Jongle avec ses pieds. Elle s'étend autour de Vienne.
 - Mère et filles. Titre de propriété.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

SOLUTION DU LUNDI 28 MAI

- Horizontalement**
- Despotisme. 2. Inter. Veut. 3. Plonge. Ver. 4. Li. Serre.
 - Osée. Rires. 6. Démuseler. 7. Omise. Amis. 8. Céleri. Ego.
 - Uni. Pneu. 10. Stem. Potée.
- Verticalement**
- Diplodocus. 2. Enlissement. 3. STO. Emilie. 4. Penseuse.
 - Orge. Serf. 6. Erre. 7. IV. Rila. Pô. 8. Sévèrement. 9. Mue. Erigée.
 - Etres. Soue.