

# Associer les cultures au potager pour jardiner sans pesticides

**Les associations de cultures permettent d'éloigner les insectes indésirables du potager sans recourir aux pesticides. Découvrez tous les autres avantages.**



Les oignons aiment les carottes. Et oui, au potager, les associations de cultures peuvent être déterminantes. Certaines plantes font fuir des insectes qui nuisent à tel légume.

D'autres produisent les nutriments dont certaines racines ont besoin... Certains mariages sont bénéfiques, d'autres sont désastreux.

## Quels légumes associer au potager ?

Ce tableau présente les principales associations de cultures.

Les associations bénéfiques sont en vert, celles à éviter en rouge.

En blanc, les associations qui ne sont ni positives, ni négatives.

Associations des cultures	Ail	Basilic	Bette	Betterave	Bourrache	Capucine	Carotte	Céleri	Chou	Concombre	Courgette	Echalote	Épinard	Fenouil	Fraisier	Haricot	Laitue	Mâche	Navet	Oignon	Persil	Poireau	Pois	Pomme de terre	Radis	Souci	Tagète	Tomate
Ail	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Basilic	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Vert	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Bette	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Vert	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Rouge	Vert	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge
Betterave	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Vert	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Rouge	Vert	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge
Bourrache	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Capucine	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Carotte	Blanc	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Céleri	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Chou	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc
Concombre	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Courgette	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Echalote	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Épinard	Blanc	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Fenouil	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge
Fraisier	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Haricot	Rouge	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge
Laitue	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Mâche	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Navet	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Oignon	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Persil	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Poireau	Blanc	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Pois	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge
Pomme de terre	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Radis	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Souci	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Tagète	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc
Tomate	Blanc	Blanc	Rouge	Rouge	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc

## Les avantages de l'association des cultures

### Éloigner les maladies et les parasites

L'association des cultures implique de mélanger les différentes plantes sur une même parcelle. Cette polyculture disperse les plantes et **empêche qu'une culture entière soit ravagée** lorsque des animaux ou une maladie s'installe.

Certaines plantes **éloignent les insectes et ravageurs** ou peuvent prévenir des

maladies. Elles émettent des molécules répulsives par leurs racines, leurs feuilles ou leurs fleurs. Ces plantes agissent comme des **répulsifs naturels** aux côtés des plantes sensibles.

Par exemple :

- **contre les mouches de l'oignon et de la carotte** : la carotte + l'oignon ou l'échalote;
- **contre les altises** (petits insectes) : le chou + la laitue ou l'épinard ;
- **contre le tarsonème** (acararien) : le fraisier + l'ail ;
- **contre la mouche des semis** : le haricot + la tomate ;
- **contre la teigne du poireau** (papillon) : le poireau + la carotte ou le céleri.

Parfois, certaines plantes **attirent tel ou tel insecte**. On peut les utiliser pour éloigner les indésirables des cultures à protéger. Ou les transformer en piège en y attirant les prédateurs des nuisibles.

Par exemple, la bourrache attire **les syrphes**, une espèce de mouche qui pond sur les choux plantés à proximité. Les larves des insectes y consomment les pucerons et les chenilles de la **piéride du chou**, ce qui protège le légume de ses nuisibles.

## Apporter des nutriments

Le compagnonnage permet de **nourrir des cultures**. Par exemple, la famille des légumineuses (haricot, pois, fèves...) puise l'azote dans l'air et le libère dans le sol au fur et à mesure de la décomposition des racines. On associe donc ces légumes à des plantes gourmandes en azote (épinard, fenouil, choux, plantes aromatiques annuelles...). Ce principe ressemble à celui des [rotations de culture](#). La différence est que les cultures sont cultivées ensemble, pas l'une à la suite de l'autre. Idéalement, les deux systèmes se complètent.

## Assurer la pollinisation

Pour avoir de bons légumes, rien de tel que la pollinisation. Pour l'encourager, on plante des **espèces mellifères** près des cultures. Bourrache, phacélie, achillée ou centaurée attirent les abeilles et autres insectes pollinisateurs. Ceux-ci en profitent pour féconder les plantes du potager. Ce qui valorise la production des légumes « fruits » (fraises, concombres...).

## Optimiser l'occupation du sol

Certaines plantes sont de véritables couvre-sols. Par exemple, la **courge** possède de grandes feuilles. Bien déployées, elles s'étalent pour former une **couche protectrice**. Cela [freine le développement des « mauvaises » herbes](#) et conserve l'humidité. Ses voisines profitent de ces avantages.

Le cycle de vie d'une espèce peut être long ou court. **Associer des cultures rapides avec des lentes** rentabilise l'espace. Par exemple, les plants de choux ou de tomates demandent du temps avant d'atteindre la maturité. On peut les combiner avec des salades qui se récoltent assez vite, avant que les plantes lentes n'occupent leur espace de culture.

## Donner un coup de main végétal

Certaines plantes se développent en hauteur. Cela peut avoir des avantages pour d'autres cultures. Par exemple, le maïs peut servir de **tuteur naturel** au haricot. D'autres variétés hautes peuvent protéger les salades des rayons du soleil.

## Faciliter le travail du jardinier

On peut cultiver certaines plantes ensemble en fonction de leurs caractéristiques : **mêmes besoins** en eau ou en éléments fertilisants.

## Sources

- Pirlet M. et G., 2009, « Les cultures associées », éd. Nature&Progrès.
- Trédoulat T., 2011, « Le traité Rustica du jardinage avec la lune », éd. Rustica.
- Thorez J.-P., 2008, « Pucerons, mildiou, limaces... Prévenir, identifier, soigner bio », éd. terre vivante.
- Louis J.-P., 1999, « Jardiner plus naturel », éd. minerva.
- Beauvais M., 2011, « Jardiner bio sans se raconter de salades ! », éd. Rustica.

---

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

### Source URL:

<http://ecoconso.be/content/associer-les-cultures-au-potager-pour-jardiner-sans-pesticides>