



Les Fiches Cultures Bios :

MACHE

De la famille des valérianacées, la mâche porte autant de noms que de régions. C'est une plante bisannuelle qui fleurit en 2^{ème} année avec des inflorescences bleutées en avril-mai. Les feuilles, en forme de rosette caractéristique, sont devenues de plus en plus larges au cours des sélections par rapport à la plante sauvage. Elle est très prisée par les nutritionnistes pour sa richesse en oméga 3.



© CIVAM Bio 09

ITINÉRAIRE TECHNIQUE

Pépinière

Durée de la pépinière : de 16 jours à 5 semaines, 4 à 7 graines par motte.

Température de germination comprise entre 15 et 20 °C

Attention à l'arrosage car les plants sont sensibles au flétrissement

Planning de cultures

Semis toutes les semaines de septembre à fin janvier.

Les dernières plantation de mâche en serre ont donc lieu début mars avec une récolte échelonnée jusqu'à la mi-avril.

Durée de la culture : De 5 à 10 semaines de culture

Plantation en serre

La mâche affectionne plutôt un sol riche en humus, ameubli et bien rappuyé, pour la plantation en serre comme en plein champ. Elle préfère plutôt un sol frais et non séchant.

La plantation se fait sur un paillage plastique de 1,50 m de large, pré-perforé de 40 à 50 trous au mètre-carré. L'aspersion préalable de la planche avant plantation permet de poser la motte sur le sol sans l'enfoncer ; l'eau remonte par capillarité et la plante s'enracine rapidement. Certains producteurs confinent un peu la serre avec aspersion supplémentaire jusqu'à la reprise complète des plants, avec une période d'aération ensuite.

En hiver il faut protéger la mâche avec un voile thermique style P17 qui apportera une sécurité de croissance. Au printemps, il faut planter des plants jeunes pour éviter le risque de montaison.

Le paillage peut être réutilisé après nettoyage, mais pas au même endroit.



Semis direct

Le semis direct est à considérer au regard du prix du plant. Il peut être réalisé en plein champ ou en serre à condition de respecter la température de germination (15 à 20 °C).

Dose de semis pour les variétés petites graines : 80 g/are

Dose de semis pour les variétés grosse graines : 150 g/are

La mâche est semée sur des reliquats de fertilisation en fin d'été de préférence avec un semoir mécanique type Nibex ou Ebra plutôt qu'à la volée, à cause des problèmes d'enherbement. Les conditions de semis direct sont les mêmes que pour une plantation en mottes. Le semis peut être roulé pour avoir un effet de plombage et maintenir la fraîcheur du sol surtout en terrain sableux où elle pousse plus vite.

A noter que dans les régions spécialisées, on recouvre le semis de sable pour éviter la souillure des feuilles lors des arrosages par aspersion.

Avec le soutien de:



Choix variétal

Les variétés à grosses graines ne sont plus guère utilisées car peu résistantes au gel, tandis que les variétés à petites graines sont assez résistantes au froid : Coquille de Louviers, Verte d'Etampes, Verte de Cambrai. Les autres variétés améliorées à petites graines sont à croissance plus rapide mais moins résistantes au froid : voir ci-dessous.

Variété	Caractéristiques
GALA (NT)	Résistante au froid, forte productivité, proche de la montaison à la récolte, pouvant jaunir à la base
TROPHY (NT)	Bien en plein champ et hiver en serre, feuille large et longue, port assez dressé
VIT (AB)	Culture sous abri d'automne et d'hiver, productive, beaucoup de feuilles par plante mais feuillage assez épais car intermédiaire entre Verte de Cambrai et Grosse graine, tolérante au mildiou
MEDAILLON (AB)	Plante compacte, feuillage fin et cloqué

Hild commercialise des variétés bio : Baron (culture tardive), Granon, Vit.

Protection phytosanitaire

La principale attaque en début de saison (conditions sèches et chaudes) est celle de l'oïdium. La plante se couvre d'une poussière grise et blanchâtre qui la fragilise et la flétrit.

En préventif on peut utiliser la décoction de prêle : Décoction avec 50 g de plante par litre d'eau ; puis dilution à 20 % pour l'utilisation ; 2 à 3 fois sur la culture

En curatif le produit utilisable en agriculture bio est Heliosoufre sous forme mouillable, à la dose de 5 à 7 litres/ha selon la pression de la maladie. A pulvériser entre 16 et 28°C maximum, à faire deux fois.



Récolte

La récolte doit se faire sur plante jeune.

Rendement autour de 1,5 kg /m², avec une vitesse de 40 kg/h.



Stade récolte

Conservation

La conservation est très courte sur feuillage ressuyé car la qualité des rosettes peut s'altérer en cas de conservation en chambre froide.

RÉSULTATS ECONOMIQUES

La culture de la mâche présente encore une marge nette intéressante en vente au détail mais il faut compter **à l'are**.

	Charges	€/are	Recettes	€/are
Plant	6 à 7 cts/plant	240€/are	Vente au détail	12€/kg soit 1800€/are
Paillage		10€/are	Vente en gros	4 à 8€/kg Soit 600 à 1200€/are
Main œuvre	Plantation : 800 à 1000 plants/h Récolte : 40 kg/h			



Fiche réalisée par :

CIVAM Bio 09 - Les Bios d'Ariège - Cottes - 09240 La Bastide de Sérou - Tél: 05 61 64 01 60 - civambio09@bioariego.fr -

www.bioariego.fr

CHAMBRE D'AGRICULTURE D'ARIEGE - 32, av du Gal de Gaulle - 09000 FOIX - Tél : 05 61 02 14 00 - accueil@ariego.chambagri.fr

FRAB Midi-Pyrénées- Fédération Régionale des Agriculteurs Biologiques
61, allées de Brienne - BP 7044 - 31069 Toulouse Cedex

Tél: 05 61 22 74 99 - frab@biomidipyrenees.org - www.biomidipyrenees.org

Avec le soutien de :

