

La mâche

Culture légumière

1. Introduction :

1.1. Origine :

La mâche est une plante autochtone d'Europe et d'Asie, où elle est consommée sous forme sauvage depuis l'Antiquité.

Deux espèces ont été sélectionnées comme espèces potagères :

- *Valerianella eriocarpa*, ou mâche d'Italie, à feuilles vert jaunâtre, longues, dentées et velues.
- *Valeriana locusta var. olitoria* L. qui comprend l'essentiel des variétés cultivées, dont la mâche à grosse graine et la mâche à petite graine.

Les jeunes feuilles, tendres, ont une saveur douce (d'où l'autre nom de « doucette ») et une consistance légèrement grasse et mucilagineuse.

1.2. Particularités

1.2.1. Type de plante (Organe végétatif) :

Petite plante herbacée annuelle de la famille des Caprifoliacées (anciennement Valérianacées) de 10 à 40 cm, presque glabre, d'aspect délicat. Feuilles vertes très tendres, toutes de forme spatulée, obtuses, légèrement charnues : à la base en rosette, se superposant pour former de petites touffes ; feuilles caulinaires opposées sur la tige.

1.2.2. Racines :

Petite racine pivotante non tubérisée et blanche.

1.2.3. Organe reproducteur

Inflorescences globuleuses de très petites fleurs hermaphrodites à 5 pétales de couleur bleu cendré fleurissant de mai à juillet dont la pollinisation est autogame.

1.2.4. Fruit

La graine est un akène.

1.2.5. Repères de culture

1.2.5.1. Facultés germinatives

Elle est de 5 ans selon les variétés et les conditions de conservation

1.2.5.2. Levée

En une à trois semaines

1.2.5.3. Nb de graines / gramme

Mâche à grosse graine : 500–600
Mâche à petite graine : 700–1000

1.2.5.4. Peuplement

500 à 1 000 plantes au mètre linéaire, avec un interligne de 10 à 15 cm en culture semée. 50 à 70 plants/m² en culture plantée (à raison de 4–5 graines ou plantes par motte)

Mâche à grosse graine : 60 000 à 90 000 graines / are
Mâche à petite graine : 45 500 à 85 000 graines / are

2. Les Besoins

2.1. Climat

Sensible à la sécheresse et à la chaleur qui provoque la montée en graine, elle se plaît dans des climats des climats tempérés et même un peu froids.

2.2. Températures

Températures optimales comprise entre 12 et 15°C mais sensible au gel en dessous de -5°C selon les variétés.

2.3. Eau

Les arrosages par aspersion conviennent parfaitement à condition de préserver une bonne aération de la culture (pour les cultures sous abris) et doivent être réguliers car la mâche craint la sécheresse.

Le maintien de l'humidité de surface est fondamental pendant la période de levée : il faut pratiquer des irrigations rapides mais très régulières dans le cas de semis directs.

3. La culture

3.1. Rotation

L'intervalle de retour est assez court, de deux à trois ans. Il n'existe apparemment pas de précédent qui lui soit défavorable.

3.1.1. Choix des variétés

Deux créneaux de production sont risqués du fait de la probabilité de montaison :

- Les semis du 15 septembre jusque début octobre, pour une plantation en octobre et une récolte début décembre : les températures sont encore trop élevées au moment des semis
- Les semis au-delà de début novembre, pour une plantation en novembre-décembre et une récolte en février : les températures peuvent commencer à être trop élevées pendant la période de récolte.

- Pour avoir une production régulière de mâche, il est important de planifier des plantations régulières.

Au sein de l'espèce *Valerianella olitoria*, il existe deux types de mâche :

- Les variétés à grand développement, peu ou pas résistantes au froid, essentiellement représentées par la mâche à grosse graine. Ces variétés rustiques, à grosses feuilles, permettent une certaine souplesse dans la récolte et sont souvent choisies par les maraîchers diversifiés en circuit court.
- Les variétés à petit développement, précoces, résistantes au froid, aux feuilles plus petites mais plus denses. C'est au sein de ce dernier type qu'on retrouve la plupart des variétés anciennes et actuellement cultivées.

Les sociétés spécialisées proposent une gamme de variétés surtout adaptées à la production de plein champ de saison, mais peu de variétés pour la culture sous abri. Il n'y a pas eu, ces dernières années, d'évolution notable de l'offre en semences biologiques : on trouve essentiellement des variétés disponibles en non traité.

On trouve peu d'hybrides F1 de mâche. Les obtentions les plus récentes visent à proposer des variétés dont le créneau de production est le plus large possible (certaines sont ainsi adaptées à une culture tout au long de l'année) et dont les feuilles ne se recourbent pas à maturité (elles ne forment pas de « cuillère »).

3.1.2. Cycle de culture

Les cycles de production sont dans l'ensemble très court : de 90 jours entre la plantation et la récolte pour les variétés les plus tardives, à 60 jours pour les variétés hâtives.

La mâche d'été a un cycle encore plus court : 28 jours seulement.

3.1.3. Semis et production de plants développer selon ce qui est nécessaire

La technique du semis direct est surtout le fait des producteurs spécialisés. Les quelques maraîchers diversifiés qui pratiquent le semis direct se caractérisent par leur bonne maîtrise des adventices et de la densité de semis. L'implantation se fait généralement par planches, recouvertes de 0,5 cm de sable et protégées par un tunnel nantais.

On sème tous les 3 cm sur la ligne, avec 8 cm entre les rangs. La densité oscille selon le mode de conditionnement (vrac ou présentation en plateau) et selon la date de semis (la densité est plus importante pour les semis de plein hiver).

On compte environ 60 à 80 grammes de semences pour un are de culture de mâche à petites graines.

3.1.4. La plantation en mottes

La plantation de mâche en motte est recommandée aux maraîchers diversifiés, ou à ceux qui s'installent. L'autoproduction de plants est possible, en mottes ou en mini-mottes.

Les semis se font par poquet en motte de 4x4 cm, du fait d'une levée souvent capricieuse.

En plaques alvéolées, la vigilance sur l'irrigation sera renforcée.

La plantation est assez dense. Si la culture n'est pas paillée, il faut prévoir un écartement entre les rangs suffisant pour pouvoir passer un outil de type binette. Autrement, la plantation se fait sur paillage plastique, pour limiter l'enherbement et donc le « salissement » de la culture. On peut avoir recours à un paillage de type laitue, avec un entre-rang de 25 cm, dont on augmentera les perforations sur la ligne. Selon ce système, une densité de 32 plants/m² (c'est-à-dire avec un espacement sur la ligne de 12,5 cm) semble être la plus appropriée. Il existe aussi du paillage spécial pour la mâche, avec un entre-rang de 15 cm, et un espacement sur la ligne de 15 cm, soit une densité de 44 plants/m².

Il faut immerger les mottes dans l'eau avant la plantation. La profondeur de plantation est d'environ 1 cm, de façon que le haut de la motte dépasse du niveau du sol. L'opération de plantation est gourmande en main-d'œuvre, du fait de la forte densité de peuplement.

3.1.5. Fertilisation

La mâche n'est pas très gourmande. Elle peut se contenter des reliquats de la culture d'été, si nécessaire un complément d'engrais organique à minéralisation rapide sera apporté.

Pour un rendement de 8 tonnes par hectare, les exportations moyennes seront de :

- N : 30kg/ha
- P2O5 : 15kg/ha
- K2O : 50kg/ha

3.1.6. Sol

La préparation du sol est assez simple. Il faut obtenir un sol suffisamment rappuyer : un passage de cultivateur ou de herse rotative peut suffire, il faudra juste veiller à un bon fonctionnement du rouleau. Les planches doivent être bombées afin d'éviter l'accumulation d'eau dans les zones basses.

3.1.7. Irrigation

Les arrosages aériens doivent être réguliers environ une fois par semaine et il faut veiller à une aération franche de la culture surtout sous abri. Il faut couper l'irrigation quelques jours avant la récolte afin d'optimiser la conservation.

3.1.8. Entretien de culture

Afin de faciliter la récolte, la maîtrise des adventices est essentielle, dans l'idéal la pratique du faux semis est recommandée. Le recours au paillage ou au sable permettent de limiter les interventions.

4. Protection et soin des plants

La mâche n'est touchée que par peu de maladie du fait de son cycle court et hivernal. On veillera aussi particulièrement à la qualité sanitaire des semences.

4.1. Maladies

- Oïdium : les écarts de température entre la nuit et le jour sont un facteur favorisant d'apparition du de l'oïdium, il faut veiller à une aération franche des cultures sous abri

- Pourriture grise (*Botrytis cynerae*): elle se développe par temps humide et doux occasionnant une pourriture partielle ou totale des plantes
- Fonte des semis (*Phoma*): la destruction due à ce champignon peut parfois être très importante dans les jeunes plants
- Mildiou (*Phytophthora*): cette maladie concerne principalement les variétés à petites graines et se manifeste lorsque le sol reste trop humide

4.2. Ravageurs

- Les limaces : leur présence est favorisée par une atmosphère humide. Des produits anti-limace autorisés en AB peuvent être utilisés
- La mouche des semis, dont les dégâts ont lieu en pépinière : les plantules sont attaquées par les larves des mouches.
- La mouche mineuse : elles sont très polyphages et peuvent donc s'attaquer à d'autres types de légumes-feuilles.

(Une fiche fille sera actualisée afin de détailler plus en profondeur les maladies et ravageurs)

5. Récolte et conservation

La récolte intervient dès que les rosettes sont formées généralement lorsque les feuilles sont longues de 7 cm plus les feuilles sont jeunes plus elles sont tendres. Dans les exploitations de maraîchage diversifiées la récolte se fait au couteau où est l'appel à mâché. Le temps de récolte étant important il peut être astucieux de bricoler des outils.

La mâche est conditionnée en cageots de 30 par 50 cm, d'un kilo, où en barquette de 250 g, la présentation généralement en vrac en plateau ou en barquette.

Comme repère de qualité, l'absence d'adventices, de terre, et de plantes non montées seront à prendre en compte.

Le stockage de la mâche est très limité à quelques jours de chambre froide, le froid doit y être maintenu avec humidification.

La période des fêtes de fin d'année constitue un créneau de vente très important : les semis d'octobre sont à soigner mais une saturation peut très vite arriver sur le marché.

6. Bibliographie

Titre : Guide technique Tome 2

Auteurs : ITAB

Titre : Maraîchage biologique

Auteurs : Joseph ARGOUARC'H; Valérie LECOMTE; Jean-Marie MORIN