

## Expériences pour faire pousser des légumes avec des restes.

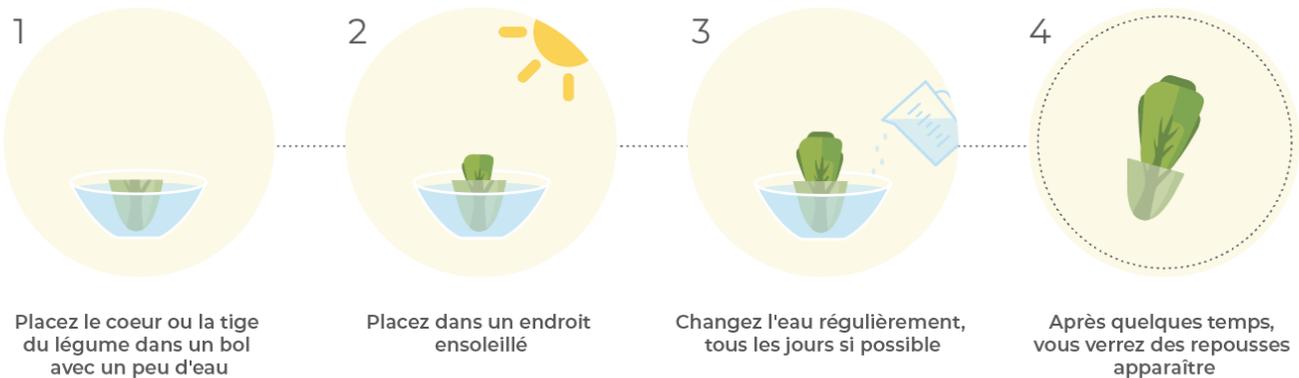
Saviez-vous que vous pouvez donner une seconde vie à vos restes de légumes avant de les jeter? Certains légumes repoussent facilement avec un peu d'eau, de soleil et de patience. Parmi ceux-ci, on retrouve la salade, le chou, le céleri, les oignons verts, le poireau, le fenouil, les carottes et l'ail.

### Les 4 étapes nécessaires à la repousse du légume

1. Placez le cœur ou la tige du légume dans un bol avec un peu d'eau
2. Placez dans un endroit ensoleillé
3. Changez l'eau régulièrement, tous les jours si possible
4. Après quelque temps, vous verrez des repousses apparaître

# LES 4 ÉTAPES

*nécessaires à la repousse du légume*



Voici quelques exemples en photo :

**La salade** ( facile / Temps de croissance : 10-12 jours)



Conservez le cœur de votre laitue, c'est-à-dire la partie blanche au pied de la laitue, puis placez-le dans un bol avec un peu d'eau. Gardez le bol dans un endroit ensoleillé et changez l'eau régulièrement pour favoriser la repousse. Au bout de quelques jours, vous verrez de petites repousses apparaître, puis, après quelques semaines, vous pourrez déguster les nouvelles pousses de votre laitue.

### Le chou chinois (facile / Temps de croissance : 12-14 jours)



Comme pour la salade, on peut facilement faire repousser un plant de chou chinois, à partir du cœur. En suivant les mêmes quatre étapes, placez le légume dans un bol avec un peu d'eau au soleil et attendez de voir les premières pousses apparaître au bout de la première semaine. N'oubliez pas de changer l'eau le plus régulièrement possible.

### Le céleri (modéré / Temps de croissance : plus de 10 jours)



Lorsque vous coupez votre céleri, gardez le pied et placez-le dans un bol avec un peu d'eau, sans submerger le reste de céleri. Il faut également le placer dans un endroit ensoleillé et changer l'eau régulièrement pour éviter la moisissure. Lorsque les pousses apparaîtront, vous pourrez utiliser un vaporisateur d'eau pour arroser doucement la plante tous les deux jours. Les minuscules feuilles jaunes autour du centre de la base vont s'épaissir et devenir vert foncé.

### Les oignons verts (facile / Temps de croissance : 5-7 jours)



Les oignons verts font probablement partie des légumes les plus faciles à faire repousser. En effet, toujours avec un peu d'eau au niveau des racines et du soleil, ils grandissent vite et atteignent même leur taille habituelle en aussi peu que deux semaines. Vous aurez donc de nouveaux oignons verts que vous pourrez faire repousser à l'infini!

### Le poireau (facile / Temps de croissance : 7 à 14 jours)



Le poireau repousse tout aussi facilement que l'oignon vert. Il suffit encore une fois de nourrir les racines dans un bol ou un verre avec un peu d'eau, puis de lui offrir un espace lumineux. Comme pour tous les autres légumes, il faut toujours changer l'eau régulièrement. Pour mieux le tenir en place dans le bol, nous avons utilisé quatre cure-dents plantés dans le légume de manière à former un axe.

### Le fenouil (modéré / Temps de croissance : plus de 14 jours)



Comme pour plusieurs des légumes présentés, il suffit d'un peu d'eau et de soleil pour faire repousser le fenouil. Cependant, il est nécessaire de changer l'eau tous les jours.

**L'ail** (facile / Temps de croissance : de 3 à 4 jours pour les pousses, plusieurs mois pour une nouvelle tête)



Pour en arriver à une pousse aussi longue que sur la dernière photo, nous avons utilisé des cure-dents pour faire tenir la gousse d'ail en place, comme pour le poireau. En ajoutant de l'eau jusqu'à la base de la gousse, en la plaçant devant une fenêtre et en changeant l'eau régulièrement, nous avons obtenu une pousse verte d'environ 5 cm, et ce, en 14 jours. Des racines ont également bien poussé sous la gousse d'ail et, lorsque c'est le cas, vous pouvez la transplanter en terre pour encore plus de germes.

**Les carottes** (modéré / Temps de croissance: 1 à 2 semaines pour les racines)



Plongez la partie supérieure des carottes dans un récipient peu profond rempli d'eau pendant une semaine et repiquez dans la terre quand les racines commencent à se former. La partie supérieure poussera et vous donnera des pousses qui sont fantastiques en salades et pestos, pour remplacer le persil par exemple, ou simplement pour décorer.

A vous de jouer ! Essayez avec ces légumes...ou avec d'autres !

... et, si vous le pouvez, gardez vos expériences. Vous les apporterez lors du retour à l'école. Nous les observerons !