

## Graines de Luzerne

[5MED0101]



Semences non traitées de Medicago sativa



## Caractéristiques principales

- Nom latin :** Medicago sativa
- Nom vernaculaire :** Luzerne, Luzerne cultivée, Luzerne commune, Grand trèfle, Foin de Bourgogne, Alfalfa
- Lieu de culture :** Jardin fleuri, \*Jardin tropical, Potager & Verger, Gazon & Prairies fleuries, \*Jardin tempéré, Culture en pot - Balcon & Terrasse
- Hauteur :** 80 à 100 cm
- Emprise au sol :** 30 à 80 cm
- Type de plante :** Plante vivace (cycle de vie sur plusieurs années, décennies, siècles ou millénaires)
- Port :** Dressé (érigé), Rampant
- Type de feuillage :** Persistante
- Période de floraison :** Automne, Été
- Feuilles :** Feuilles vert gris à vert bleuâtre, 3 folioles de 1 à 3 cm de long, obovales, linéaires, pubescentes, dentées au sommet.
- Fleurs :** Floraison de juin à octobre. Courtes grappes axillaires de fleurs mauve pâle à violettes de 5 à 10 mm de long, papilionacées, grand étendard au sommet, 2 ailes latérales et une carène basse, légèrement odorantes.
- Fruits :** Petites gousses brun foncé spiralées ou falciformes. Graines ovales brillantes.
- Autres :** Tiges fines. Système racinaire particulièrement développé, jusqu'à plusieurs mètres en profondeur, avec des nodosités qui fixent l'azote de l'air et enrichissent le sol, comme les autres légumineuses.
- Température minimale (Rusticité) :** \*inférieure à -5°C
- Recommandations :** **Attention :** les graines sont toxiques avant la germination ! Le processus de germination fait disparaître la substance toxique (la canavérine).  
**Attention :** plante contre indiqué pour les personnes ayant eu un lupus érythémateux (maladie auto immune chronique).

## Culture

- Exposition :** Plein soleil, Ensoleillé, Mi-ombre
- Substrat / Sol :** Calcaire, Frais (garde un certain temps l'humidité après arrosage & pluie), Profond, Neutre, Bien drainant, Pauvre
- Arrosage (plante adulte) :** 2/5 Arrosage moyen, 1/5 Arrosage faible
- Maladies / Ravageurs :** Pucerons, Anthracnose (taches brunes à noires du feuillage - maladies cryptogamiques), Limaces
- Culture au jardin :** En engrais vert, fauchez la luzerne avant la première floraison, avant qu'elle ait fait ses réserves (elle est vivace par ses racines).  
La luzerne a une durée de vie de 4 à 5 ans. Déplacez le lieu de culture après (elle est auto-toxique).
- Culture en pot :** Oui
- Conseils du comptoir des graines :** Culture en pot : semez la luzerne dans un grand pot très profond car son système racinaire est très puissant. Les jeunes pousses vertes se consomment en salade composée. Elles contiennent des protéines complètes. Les graines germées, plus connues sous le nom Alfalfa, sont faciles à faire et contiennent beaucoup de vitamines.

## Semis

- Facilité semis :** 1 Facile - voir aussi les conseils de semis généraux dans le menu
- Mode de semis :** **Période de semis pour les climats tempérés :** de mars à début septembre
1. Semer directement en place, à 1 cm de profondeur
  2. Conserver le sol humide jusqu'à la germination

**Durée de germination :** Quelques jours. Germination irrégulière.

## En savoir plus

- Origine :** \*Asie occidentale, Europe
- Intérêt :** \*Productif, \*Permaculture, \*Comestible, \*Graines, Silhouette remarquable, \*Plante mellifère, Plante amie des auxiliaires du jardin, Plante fourragère, \*Feuillage
- Recolte :** Récoltez les feuilles au fur et à mesure de vos besoins.
- Conservation :** Séchage.
- Propriétés :** Plante nutritive et reminéralisante, riche en vitamines, fer, calcium, zinc, magnésium et potassium. Antihémorragique grâce à la vitamine K. Anti-cholestérol. Œstrogène végétal.
- \*
- \*Attention : Les informations ci-dessus ne sont données qu'à titre indicatif. Consultez un pharmacien ou un médecin avant toute ingestion, inhalation ou application d'un produit végétal. Le Comptoir des Graines décline toute responsabilité en cas de mauvaise utilisation des produits vendus.