

## Graines de Caméline cultivée

[5CAM0103]



Semences non traitées de Camelina sativa



## Caractéristiques principales

<b>Nom latin :</b>	Camelina sativa
<b>Nom vernaculaire :</b>	Caméline cultivée, Lin Bâtard, Sésame d'Allemagne, False Flax, Bastard Flax, German Sesame, Siberian Oilseed, Gold of Pleasure, Cameline
<b>Variété :</b>	type
<b>Lieu de culture :</b>	Jardin ami Oiseaux, Culture en pot - Balcon & Terrasse, Gazon & Prairies fleuries, Jardin ami Abeilles & Papillons (plantes mellifères), Potager & Verger, Permaculture, Potager perpétuel, Jardin forêt
<b>Hauteur :</b>	30 à 120 cm
<b>Emprise au sol :</b>	25 cm
<b>Type de plante :</b>	Plante annuelle (cycle de vie sur 1 an), Plante potagère, Se ressème tout seul
<b>Port :</b>	Dressé (érigé), Buissonnant
<b>Période de floraison :</b>	Été, Printemps
<b>Feuilles :</b>	Rosette de feuilles à la base, oblongues, lancéolées, plus ou moins dentées.
<b>Fleurs :</b>	Floraison de mai à juillet. Grappes longues de fleurs jaune verdâtre.
<b>Fruits :</b>	Fruits obovales-oblongues, arrondies au sommet, contenant jusqu'à 20 petites graines brunes.
<b>Autres :</b>	Longue racine pivotante qui décompacte le sol.
<b>Température minimale (Rusticité) :</b>	de -10°C à -5°C

## Culture

<b>Exposition :</b>	Plein soleil, Ensoleillé
<b>Substrat / Sol :</b>	Bien drainant, Pauvre, Léger & Meuble
<b>Arrosage (plante adulte) :</b>	Craint l'excès d'humidité, Tolère la sécheresse, Jardin sans arrosage, 2/5 Arrosage moyen
<b>Maladies / Ravageurs :</b>	Aucun
<b>Culture au jardin :</b>	La Caméline cultivée freine le développement des "mauvaises" herbes si elle est semée assez dense. Bonne association avec les plantes qui ont besoin d'un tuteur, comme par exemple le pois.
<b>Culture en pot :</b>	Oui
<b>Conseils du comptoir des graines :</b>	Huile de Caméline s'utilise crue, jamais cuite. Huile de Caméline est à conserver à l'abri de l'air et de la lumière, de préférence au réfrigérateur, car elle s'oxyde très vite. Les tiges étaient jadis utilisées pour fabriquer des balais. Les feuilles se consomment crues, mélangées à d'autres salades.

## Semis

<b>Facilité semis :</b>	1 Facile - voir aussi les conseils de semis généraux dans le menu
<b>Mode de semis :</b>	<b>Semis sous abri :</b> au printemps, à 20°C Substrat : mélange de terreau spécial semis et de sable, humide mais non trempé, irrigation par le bas, couvercle transparent jusqu'à la levée, aérer régulièrement cette mini-serre Profondeur : le diamètre de la graine, tasser légèrement le substrat Couvert en surface : 3 mm de vermiculite Luminosité : pleine lumière, sans soleil direct Plantation en place : après les dernières gelées, quand le système racinaire est bien développé <b>Semis direct en place :</b> après les dernières gelées, quand le sol s'est réchauffé
<b>Durée de germination :</b>	4 à 14 jours

## En savoir plus

<b>Origine :</b>	Europe, Zones tempérées
<b>Intérêt :</b>	Sol vivant - Engrais vert, Céréales-Graines-Oléagineux, Plante amie des auxiliaires du jardin, Plante fourragère, Espèces & Variétés anciennes, Plante médicinale ou ayurvédique
<b>Propriétés :</b>	Contre les rougeurs et tous pr Huile alicament, bénéfique pour la peau, en utilisation interne ou externe. Riche en vitamine E, Oméga-3 et 6. oblèmes de peau et contre le Cholestérol, antioxydant * *Attention : Les informations ci-dessus ne sont données qu'à titre indicatif. Consultez un pharmacien ou un médecin avant tout ingestion, inhalation ou application d'un produit végétal. Le Comptoir des Graines décline toute responsabilité en cas de mauvaise utilisation des produits vendus.