

Le jardin participatif des Violettes par RESPECTS Occitanie :

La milpa

La milpa, ou les 3 soeurs, est certainement l'association de culture la plus connue. Présente traditionnellement en Amérique centrale, en Amérique du Sud mais aussi en Chine, la milpa est une association de 3 cultures différentes : le maïs, le haricot grimpant (: haricot à rames) et la courge. Chacune apportant des bénéfices aux autres que nous verrons plus loin. La milpa est une association de culture extrêmement connue par beaucoup de jardinier, grâce au documentaire Les Moissons du futur notamment. Simple à mettre en place, ne nécessitant pas un terrain très fertile, cette technique est abordable par la grande majorité des jardiniers, qu'ils soient amateurs ou confirmés.

Par ailleurs, la milpa présente aussi un autre intérêt. Au niveau alimentaire la milpa présente un **intérêt nutritionnel** : elle a l'avantage de former une association (le maïs et le haricot) qui apporte tous les acides aminés essentiels (ceux que le corps ne peut synthétiser lui-même). Au delà-même du jardinage, la milpa présente donc un intérêt pour notre santé ! Tout pour plaire, mais rentrons dans le détail au niveau de sa mise en place au jardin potager :

L'intérêt de la milpa

La milpa est une **association de culture**. Aussi appelée culture associée, ou encore compagnonnage végétal. Avant d'en dire plus sur les interactions entre les plantes de la milpa, voyons un peu ce qu'est une association de culture.



La milpa, une culture associée

Je vais reprendre rapidement les bases de l'association de culture mais voici un article qui va plus loin si le sujet vous intéresse : [la culture associée ou l'association de culture](#). Sinon, voilà une présentation rapide de ce qu'est l'association de culture et de son intérêt pour le jardinier (ou l'agriculteur).

La culture associée est un procédé agricole qui permet d'associer plusieurs plantes différentes. L'association de culture basique est l'association de différentes variétés de la même espèce de plante, qui se sèment en général à la même période pour une même période de récolte. Par exemple : différentes variétés de salades ou différentes variétés de tomates.

D'autres associations de cultures sont plus recherchées, présentant des intérêts de **lutte biologique** : telle espèce éloignant un ou plusieurs ravageurs de l'autre. Exemple : les oeillets d'Inde (ou tagètes), parmi les pieds de tomates, qui **éloignent les nématodes** qui sont friands des racines des tomates.

Composition de la milpa

La milpa est une association **plus complexe** que celles citées plus haut, mais qui relève du pur bon sens. Comme je le disais au début, elle est aussi appelée les **3 soeurs** car elle associe 3 plantes différentes : le maïs, le haricot et les courges.

1. Le maïs : il sert de **tuteur** au haricot grimpant. Il permet de donner un peu d'ombre au haricot grimpant ce qui améliore sa qualité (car ils produisent ainsi moins d'amidon que les haricots cultivés en plein soleil).
2. Le haricot grimpant : se sert du maïs comme tuteur. Il permet, après la culture, de laisser un sol plus riche en **azote** grâce à ses nodosités (ou nodules) présentes au niveau de ses racines. Ces nodules proviennent d'une symbiose entre la plante (en général des Fabacées = légumineuses), et des bactéries du genre *Rhizobium*.
3. La courge : grâce à ses larges feuilles permet de créer un micro-climat au niveau du sol. Cela permet de garder l'humidité du sol, de le protéger de l'érosion due au vent et à la pluie, et de limiter la pousse d'adventice. Elle joue donc le rôle de **paillage** vivant. Et ses épines permettent de protéger les cultures contre les herbivores.

Comment planter la milpa ?

Plusieurs techniques peuvent être utilisées en fonction de si vous voulez semer directement en pleine terre ou avancer la récolte en semant en godet.

Semis direct en pleine terre de la milpa

Plantez des groupes de 2 ou 3 graines de maïs à la fois, espacés de 30 à 50 cm chacun. Quand le maïs aura poussé à environ **10 cm** de hauteur vous pourrez semer les courges et les haricots grimpants en alternant les espèces. En général, 2 ou 3 haricots au pied de chaque maïs afin de s'assurer qu'au moins 1 lève et pousse. Et beaucoup moins de courges car elles grandissent beaucoup. N'hésitez pas à **tailler** les courges d'ailleurs (la deuxième feuille au dessus du dernier fruit) afin de gagner de la place et pouvoir semer plus de courges.

Semis en godet de la milpa

Il s'agit ici de semer le maïs et les courges en godets afin de gagner du temps sur la récolte. En mi-avril, semez le maïs en godets. Puis, 2 ou 3 semaines après, donc en fin avril ou début mai, semez les courges en godets. En mi-mai, quand vous planterez vos maïs et vos courges, vous pourrez semer directement vos haricots à rames aux côtés des maïs. Les haricots peuvent aussi être plantés en godets, à vous de faire **vos propres tests**.

Pour aller plus loin que la milpa ?

Le jardinage étant affaire d'essai, je vous invite à essayer de compléter l'association de culture par des plantes présentant un autre attrait et à choisir des variétés qui vous intéressent, pas seulement celles présentées sur des articles trouvés sur internet.

Par exemple, certaines tribus ont adaptés la milpa à leur environnement (parfois aride) grâce à des variétés spécifiques résistants à leur climat. Certaines ont aussi rajoutés une plantes mellifère afin d'assurer la pollinisation des haricots à rames et des courges. Vous pouvez aussi changer les courges par des courgettes ou autres.

Vous pouvez vous inspirer de ces exemples afin d'adapter la milpa à vos besoins et surtout à **vos envies**.

N'hésitez pas non plus à laisser les plantes sauvages/adventices se développer, cela présente notamment l'intérêt d'occuper certains ravageurs de culture. Et pendant qu'ils seront occupés à manger ces plantes sauvages, ils ne mangeront pas vos plantes potagères. Cela vous permettra de souffler en attendant la venue de certains **auxiliaires** qui réguleront leur population.