

## Amaranthe à feuilles rouges (Kokopelli) (*Amaranthus caudatus*)



**Famille :** Amarantacées

Graines de...	légume	fleur	aromatique
	X		

**Description :** Cette variété produit de belles feuilles en forme de cœur de couleur verte et rouge. Jeunes, elles se consomment comme des épinards et sont une excellente source de vitamines et d'oligo-éléments. C'est une variété originaire d'Asie.

### **Exigences (climat, exposition, type de sol) :**

On doit les planter dans un godet ou en pleine terre . Le sol doit être riche, meuble et frais, ou sous une serre.

(par ex. : à la volée, en poquet...)

Semis	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Récolte	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D

### **Astuces pour des semis réussis :**

Semer en clayettes, sous abri bien lumineux. Recouvrir très peu les graines et maintenir humide.

### **Astuces pour la plantation :**

Lorsque les plants ont 3 à 4 feuilles, repiquer en godets ou en pleine terre, dans un sol bien réchauffé, à 60 cm en tous sens. Il est aussi possible de semer directement en place, en lignes espacées de 60 cm. Éclaircir à 60 cm sur le rang.

### **Récolte :**

Découper les feuilles avec un petit couteau.

**Anecdote :** l'Amarante possédait une valeur nutritionnelle, thérapeutique et rituelle. Après la conquête espagnole du Mexique, sa culture fut interdite car elle servait dans divers offices religieux aztèques.

### **Comment récolter les graines ?**

Les récolter en fin d'été. Faire sécher les épis d'amaranthe récoltés. Les étaler au sec sur une toile. Les battre et récolter les graines. Quand elles sont sèches, les conserver à l'abri de la lumière et au sec.

