

# Fenouil sauvage

*Foeniculum vulgare*



**Famille :** Apiacées (anciennement Umbellifères)

Graines de...	légume	fleur	aromatique
			X

**Description :** Plante bisannuelle ou vivace de 1 à 2m, à port dressé, avec des tiges un peu glauques et cannelées. Les fleurs sont jaunes et petites. Les fruits sont verdâtres. Toutes les parties dégagent une odeur anisée quand on les froisse.

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

Climat méditerranéen, terre sèche

## Quand semer et récolter?

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 :

Les semis se font en sol réchauffé au printemps. Les arrosages doivent être réguliers. Le sol doit être riche en compost. L'exposition sera ensoleillée. Semez les graines de fenouil en pleine terre dans des tranchées espacées de 50 cm et d'environ six centimètres de profondeur. Recouvrez de terre, tassez doucement puis arrosez en pluie fine.

**Astuces pour la plantation :** Dès que les plants auront atteint 10 cm de haut, éclaircissez à 15 cm de distance. Les plantes nécessitent un binage, sarclage et arrosage réguliers.

**Récolte :** La récolte du fenouil se fait dès juillet, une fois que les bulbes atteignent 8 à 10 cm.

**Anecdote :** La plante contient dans toutes ses parties une huile essentielle (camphène et limonène) et les feuilles sont riches en provitamine A, en vitamines B et C et en sels minéraux.

**Comment récolter les graines ?** En suspendant les tiges la tête en bas dans un sac en papier, et le tout dans un lieu chaud et sec, les graines tomberont d'elles-mêmes dans le fond du sac.

