



## LE HARICOT

*Phæsolus vulgaris*

Mangetout, à filets, à écosser, nain, à rames... : la gamme des variétés de haricot est très large. Importée d'Amérique au début du XVI<sup>e</sup> siècle et présente aujourd'hui sur tous les continents, cette légumineuse joue un rôle important pour l'alimentation humaine dans de nombreuses régions du monde.

### Variétés

Elles se distinguent par leurs formes, leurs qualités gustatives, la couleur de leur gousse ou de leur grain, leur précocité, et leur utilisation.

- Les haricots à filets : ils ont des gousses vertes, fines et longues, d'une excellente saveur lorsqu'ils sont récoltés jeunes. Ce sont les meilleurs au niveau gustatif, mais ils nécessitent des soins attentifs (arrosages) et des cueillettes régulières (tous les 2 jours) pour conserver toute leur qualité gustative, sinon ils prennent le fil.
- Les haricots mangetout : ils peuvent être à gousses vertes ou à gousses jaunes (haricot beurre). Ils restent tendres longtemps car ils ne prennent ni fil, ni parchemin. Ils peuvent ainsi être récoltés à différents stades de maturité, même avancés. Leur saveur est moins fine que celle des variétés à filets mais leur rendement est sensiblement supérieur. Par ailleurs, ces variétés sont les mieux adaptées à la congélation.
- Les haricots à écosser : ce sont des variétés dont on consomme uniquement les grains à l'état demi-sec (haricots à écosser frais) ou à l'état sec (en hiver). Il existe des variétés très typées comme les «cocos» ou les «flageolets».

Les haricots se distinguent également par la taille des plantes.

- Les variétés naines ne dépassent pas 60 cm de hauteur et demandent moins de travail à l'installation (pas de tuteurage).
- Les variétés à rames peuvent atteindre 2 à 2,50 m de haut et nécessitent d'être conduites sur des tuteurs (ou rames) autour desquels les tiges s'enroulent. Les récoltes sont plus faciles et le rendement plus important pour une même surface au sol. Elles sont plus tardives. Comme il s'agit principalement de variétés traditionnelles, elles se montrent moins résistantes aux maladies.

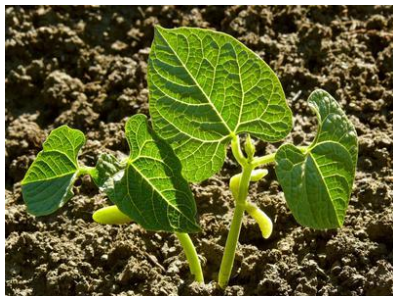
### Caractéristiques

Plantes annuelles herbacées, les haricots grimpants (à rame) ont un port volubile tandis que les haricots nains sont plus ramifiés. Les racines présentent des nodules qui contiennent des bactéries du genre *Rhizobium* capables de capter l'azote de l'air et de le transformer en molécules d'azote assimilable par les plantes et d'enrichir ainsi le sol.

**Rusticité:** Sensibles au froid.

**Qualités nutritives:** Les haricots sont riches en glucides, en protéines, en sels minéraux et en fibres alimentaires. Ils contiennent très peu de lipides.

**Toxicité:** Les graines de haricot rouge consommées crues peuvent être toxiques



**Semis/plantation:** Les semis peuvent commencer dès le mois d'avril dans les régions précoces (Midi et Sud-ouest) et se poursuivent jusqu'en août pour des récoltes qui s'échelonnent de juin à octobre. Il faut semer dans un terrain suffisamment réchauffé, 15 à 18°C de température au sol. Les premiers rayons du soleil au printemps ne suffisent pas.

**Espacement:** 40 à 50 cm entre les lignes pour les variétés naines, 70 à 80 cm pour les variétés à rames.

**Conduite de culture:** Il faut prévoir un binage après la levée, puis un second lorsque les plantes atteignent 10-12 cm de hauteur. Ce second binage sera l'occasion de remonter la terre autour des pieds. Ce buttage améliore l'enracinement des plantes et facilite l'entretien des cultures et les arrosages.

Les rames seront mises en place très tôt après la levée, plantées profondément de chaque côté d'un rang, croisées par paire et solidement attachées à leur sommet. Il est également possible d'utiliser un grillage à maille large ou un treillis tendu entre deux poteaux.

La fertilisation azotée est inutile. Les apports de fumure sont à faire en automne avec un engrais riche en acide phosphorique et en potasse.

En période chaude et sèche, le haricot apprécie les arrosages.

**Cultures associées:** Le maïs, qui a des exigences voisines de celles des haricots à rame peut leur être associé comme plante tuteur. Des variétés de type «Tarbais» ou «Coco blanc» doivent être semées quand le maïs atteint 40 à 50 cm.

Les haricots à rames peuvent aussi être associés à de nombreuses plantes du potager: radis, carottes, aubergines...

Les haricots nains se prêtent mal à des associations.

**Maladies et parasites courants:** Les principales maladies du haricot sont l'antracnose, le virus de la mosaïque et la «graisse». Dans tous les cas, il est conseillé de choisir des nouvelles variétés résistantes aux maladies, en particulier à l'antracnose et au virus de la mosaïque.

Pour la graisse, il faut détruire immédiatement les pieds malades dès l'apparition des premiers symptômes (taches d'aspect gras sur les feuilles, les tiges ou les gousses).

*Extrait inspiré d'une fiche rédigée par Jean-Daniel Arnaud, SNHF,*