



Le potager en carrés au fil des saisons

Planifier, semer, associer et récolter dans un carré potager
de mars à février

GUIDE PRATIQUE JARDIN BLEU

Le potager en carrés au fil des saisons

Planifier, semer, associer et récolter dans un carré potager de mars à février

Au sommaire

- 01 Un carré, quatre saisons
- 02 Planifier ses cases
- 03 Enchaîner les cultures
- 04 La rotation dans un carré
- 05 Associer les légumes
- 06 Le sol vivant
- 07 L'arrosage
- 08 Les ravageurs et les maladies
- 09 Le calendrier mois par mois
- 10 Récolter et conserver
- 11 Plan de culture : printemps
- 12 Plan de culture : été et automne
- 13 Grille de rotation sur quatre ans
- 14 Fiche : mon carré
- 15 Carnet de récoltes
- 16 Check-list : fin de saison
- 17 Check-list : avant le printemps
- 18 Sources

Édité par PRODIF pour Jardin Bleu (jardinbleu80.fr). Rédaction : La rédaction Jardin Bleu. Version du 12 octobre 2026. Ce guide donne des repères généraux : vérifiez toujours les notices des fabricants, les règles locales et les conditions de votre terrain. Usage personnel ; reproduction et revente interdites.

CHAPITRE 01

Un carré, quatre saisons

Un carré potager se remplit facilement au printemps. Ce qui fait la différence entre un carré qui produit quelques semaines et un carré qui nourrit la table toute l'année, c'est l'enchaînement des cultures. Dans un petit espace, chaque case libérée doit être ressemée ou replantée rapidement, avec une culture adaptée à la saison qui commence.

Ce guide part d'un carré déjà construit et rempli. Si vous n'en êtes pas encore là, notre guide gratuit pour construire un premier carré potager détaille l'emplacement, les dimensions, le bois et le remplissage.

Le principe : une case n'est jamais vide longtemps. Quand une culture se termine, une autre prend sa place, et en hiver un paillage ou un engrais vert protège le sol.

Les repères de ce guide

Les dates indiquées correspondent à un climat tempéré de la moitié nord de la France. Dans le Sud et sur la façade atlantique, on peut souvent avancer les semis de deux à trois semaines au printemps et les prolonger à l'automne. En montagne ou dans l'Est, il faut au contraire les retarder. Votre meilleur repère reste la température du sol et la date moyenne des dernières gelées de votre commune.

Repère	Ce qu'il signifie
Dernières gelées	Date après laquelle on peut planter les légumes frileux en pleine terre
Sol à 10 °C	La plupart des semis de printemps lèvent correctement

Repère	Ce qu'il signifie
Sol à 15 °C et plus	Haricots, courges et maïs peuvent être semés
Premières gelées	Fin des cultures d'été, protection des cultures d'hiver

CHAPITRE 02

Planifier ses cases

Le quadrillage

Le carré se divise en cases d'environ 30 cm de côté. Un carré de 1,2 m sur 1,2 m compte ainsi 16 cases ; un carré de 1,2 m sur 2,4 m en compte 32. Chaque case accueille une culture, avec un nombre de plants qui dépend de la taille du légume adulte.

Densité par case	Exemples
1 plant	Tomate, chou, courgette (sur plusieurs cases), aubergine, poivron
4 plants	Laitue, blette, persil, basilic
9 plants	Épinard, betterave, oignon, mâche en plants
16 plants	Radis, carotte, navet nain, oignon blanc

Les légumes coureurs ou volumineux, comme la courgette ou la courge, occupent plusieurs cases ou se placent en bordure pour déborder vers l'extérieur. Les légumes palissés, tomates, haricots à rames, concombres, se placent du côté nord du carré pour ne pas faire d'ombre aux autres.

Le plan de saison

Avant chaque saison, dessinez votre carré et attribuez une culture à chaque case. Notez la date de semis ou de plantation prévue et la date approximative de libération de la case. C'est ce second chiffre qui permet de prévoir la culture suivante.

Culture	Durée d'occupation indicative
Radis	4 à 6 semaines
Laitue	6 à 10 semaines
Épinard	6 à 8 semaines
Carotte	3 à 4 mois
Betterave	2 à 3 mois
Haricot nain	2 à 3 mois
Tomate	4 à 5 mois
Poireau	5 à 7 mois
Chou d'hiver	5 à 6 mois

Les cultures courtes et longues

Mélangez les cultures longues, qui occupent une case pour la saison, et les cultures courtes, qui se succèdent. Les cultures courtes peuvent aussi s'intercaler au pied des cultures longues en début de saison : quelques radis au pied d'une tomate fraîchement plantée seront récoltés avant que la tomate ne prenne toute la place.

CHAPITRE 03

Enchaîner les cultures

Les successions classiques

Une même case peut porter deux, voire trois cultures dans l'année. Voici quelques enchaînements éprouvés, à adapter à votre climat.

Printemps	Été	Automne et hiver
Radis	Haricot nain	Mâche
Laitue de printemps	Betterave	Épinard d'hiver
Petits pois	Poireau planté en juin-juillet	Poireau (récolte)
Épinard	Tomate (plantée en mai)	Engrais vert
Fèves	Navet d'été	Ail planté en automne
Oignon blanc	Laitue d'été	Mâche ou chicorée

Préparer une case entre deux cultures

1. Récoltez entièrement la culture précédente et retirez les déchets malades.
2. Ameublissez la surface avec une griffe, sans retourner le sol.
3. Ajoutez une fine couche de compost mûr, un à deux centimètres.
4. Arrosez si le sol est sec, puis semez ou plantez.

Cette préparation prend quelques minutes par case. Elle maintient la fertilité du carré sans le bouleverser.

Échelonner les semis

Pour éviter de récolter vingt laitues la même semaine, semez peu et souvent. Une case de radis tous les quinze jours, quatre laitues toutes les trois semaines : vous récoltez en continu sans gaspiller.

CHAPITRE 04

La rotation dans un carré

Pourquoi tourner

Cultiver la même famille de légumes au même endroit année après année favorise les maladies et les ravageurs propres à cette famille, et épuise le sol de façon déséquilibrée. Dans un carré, l'espace est réduit, mais une rotation simple reste utile.

Les familles de légumes

Famille	Légumes
Solanacées	Tomate, aubergine, poivron, pomme de terre
Cucurbitacées	Courgette, concombre, courge, melon
Fabacées (légumineuses)	Haricot, petit pois, fève
Brassicacées (choux)	Chou, radis, navet, roquette
Apiacées	Carotte, persil, céleri, panais
Amaryllidacées	Ail, oignon, échalote, poireau
Astéracées	Laitue, chicorée, artichaut
Amaranthacées	Épinard, betterave, blette

Une rotation en quatre zones

Divisez votre carré, ou vos carrés, en quatre zones et faites tourner les groupes d'une zone à l'autre chaque année.

Zone	Année 1	Année 2	Année 3	Année 4
A	Légumes-fruits	Légumineuses	Légumes-feuilles	Légumes-racines
B	Légumineuses	Légumes-feuilles	Légumes-racines	Légumes-fruits
C	Légumes-feuilles	Légumes-racines	Légumes-fruits	Légumineuses
D	Légumes-racines	Légumes-fruits	Légumineuses	Légumes-feuilles

Les légumes-fruits (tomates, courgettes) sont gourmands ; les légumineuses enrichissent le sol en azote ; les légumes-feuilles demandent un sol riche ; les légumes-racines se contentent d'un sol moins fertilisé et n'aiment pas le compost frais. Ne cherchez pas la perfection : l'important est d'éviter de remettre la même famille au même endroit deux années de suite.

CHAPITRE 05

Associer les légumes

Certaines associations sont pratiques parce qu'elles exploitent l'espace différemment : une plante haute et une plante basse, une racine profonde et une racine superficielle, une culture rapide et une culture lente. D'autres associations sont souvent citées pour leurs effets sur les ravageurs ; leurs bénéfices sont variables et dépendent des conditions, mais elles ne présentent pas d'inconvénient dans un petit potager.

Association	Intérêt pratique
Tomate + basilic	Même besoin en chaleur et en arrosage, récolte au même moment
Carotte + poireau ou oignon	Cohabitation courante, occupation de l'espace différente
Radis + carotte	Le radis lève vite et marque le rang de carotte
Laitue + tomate	La laitue profite de l'ombre légère en été
Haricot nain + betterave	Pas de concurrence, besoins compatibles
Fleurs (souci, capucine) en bordure	Attirent les insectes pollinisateurs et auxiliaires

Quelques voisinages sont souvent déconseillés par les jardiniers : les haricots et petits pois à côté de l'ail ou de l'oignon, ou les pommes de terre près des tomates, qui partagent les mêmes maladies.

CHAPITRE 06

Le sol vivant

Nourrir sans retourner

Dans un carré, le sol n'a pas besoin d'être bêché. Les vers de terre et les micro-organismes l'aèrent naturellement, à condition de les nourrir. Apportez du compost mûr en surface au fil des cultures et une couche plus généreuse en fin d'automne.

Le paillage

Un paillage de quelques centimètres garde le sol humide, limite les herbes indésirables et nourrit la vie du sol en se décomposant.

Paillage	Usage
Paille ou foin	Cultures d'été, pieds de tomates et de courgettes
Tontes séchées	En couche fine, au pied des légumes
Feuilles mortes broyées	Couverture d'hiver
Compost demi-mûr	Couverture d'automne des cases vides

Évitez de pailler sur un sol froid au printemps : attendez qu'il se réchauffe.

Les engrais verts

Une case libérée en fin d'été peut recevoir un engrais vert : phacélie, moutarde, vesce ou seigle selon la saison. Il protège le sol pendant l'hiver, puis se coupe et se laisse en surface quelques semaines avant les semis de printemps.

CHAPITRE 07

L'arrosage

Un carré surélevé sèche plus vite qu'une planche au sol. En été, vérifiez l'humidité en enfonçant un doigt dans le sol : s'il est sec sur deux ou trois centimètres, il faut arroser.

- Arrosez au pied, le soir ou tôt le matin, sans mouiller le feuillage des tomates et des courgettes.
- Préférez des arrosages copieux et espacés à de petits arrosages quotidiens.
- Récupérez l'eau de pluie dans une cuve couverte.
- Un goutte-à-goutte ou un tuyau microporeux réduit nettement le temps d'arrosage.

CHAPITRE 08

Les ravageurs et les maladies

Dans un carré, la surveillance est facile : un coup d'œil quotidien suffit à repérer les premiers dégâts.

Problème	Signes	Réaction
Limaces et escargots	Feuilles trouées, traces brillantes	Ramassage le soir, protection des jeunes plants, pièges
Pucerons	Colonies sous les feuilles, feuilles enroulées	Jet d'eau, favoriser coccinelles et syrphes
Altises	Petits trous dans les feuilles de radis et de choux	Arrosage régulier, voile anti-insectes
Piéride du chou	Chenilles vertes, feuilles dévorées	Voile anti-insectes, ramassage
Mildiou	Taches brunes sur les feuilles de tomate	Arroser au pied, aérer, retirer les feuilles touchées
Oïdium	Feutrage blanc sur les courgettes	Aérer, arroser au pied, retirer les feuilles atteintes

Favorisez les auxiliaires : une bordure fleurie, un petit point d'eau et un tas de bois à proximité accueillent les insectes et les animaux qui régulent les ravageurs.

CHAPITRE 09

Le calendrier mois par mois

Mars

Le carré se réveille. Retirez le paillage d'hiver des cases à semer pour que le sol se réchauffe.

- Semis sous voile ou châssis : radis, laitue de printemps, épinard, petits pois.
- Plantation : oignons blancs, échalotes, ail de printemps.
- Semis au chaud, à l'intérieur : tomates, poivrons, aubergines.

Avril

- Semis en pleine terre : carottes, betteraves, radis, navets, persil, laitues.
- Plantation : laitues, choux de printemps.
- Préparez les cases des tomates avec du compost.

Mai

Après la date des dernières gelées de votre secteur :

- Plantation : tomates, courgettes, concombres, aubergines, poivrons, basilic.
- Semis : haricots nains quand le sol est chaud.
- Installez tuteurs et filets pour les légumes palissés.

Juin

- Semis échelonnés : haricots, laitues d'été, radis, betteraves.
- Plantation : poireaux pour l'automne et l'hiver.

- Paillez le pied des légumes-fruits, surveillez l'arrosage.
- Récoltes : radis, laitues, petits pois, premières courgettes.

Juillet

- Semis : carottes d'automne, navets, chicorées, haricots tardifs.
- Arrosage régulier, gourmands des tomates à pincer selon les variétés.
- Récoltes : courgettes, haricots, tomates précoces, betteraves.

Août

- Semis : épinards d'automne, mâche, radis d'hiver, navets.
- Plantation : choux d'hiver si non faits en juillet, laitues d'automne.
- Récoltes en pleine production : tomates, courgettes, haricots.

Septembre

- Semis : mâche, épinards, laitues d'hiver, engrais verts dans les cases libérées.
- Récoltes : dernières tomates, courges, carottes.
- Préparez les protections d'hiver : voiles, châssis.

Octobre

- Plantation : ail, échalotes, oignons blancs, fraisiers.
- Semis : fèves dans les régions douces, engrais verts.
- Arrachez les cultures d'été terminées, compostez les déchets sains.

Novembre

- Récoltes : poireaux, choux, mâche, épinards, carottes conservées en place.
- Paillez les cases vides avec des feuilles mortes.

- Apportez du compost sur les cases qui accueilleront les légumes gourmands.

Décembre à février

Le carré se repose. C'est le moment de :

- récolter poireaux, mâche, choux et racines restées en terre ;
- protéger les cultures d'hiver par grand froid ;
- dresser le plan de la saison suivante en tenant compte de la rotation ;
- commander ses semences et vérifier son matériel ;
- démarrer les premiers semis au chaud en février pour les régions douces.

CHAPITRE 10

Récolter et conserver

Récoltez au bon stade : un radis trop gros devient creux, une courgette oubliée devient énorme et fade, un haricot trop mûr devient filandreux. Dans un carré, une récolte régulière stimule souvent la production des légumes-fruits.

Légume	Conservation simple
Carottes, betteraves	En place sous paillage, ou en caisse de sable au frais
Poireaux	En place tout l'hiver
Courges	Dans une pièce sèche et tempérée
Tomates	À température ambiante, en coulis ou séchées
Herbes aromatiques	Séchées ou congelées

CHAPITRE 11

Plan de culture : printemps

Case	Culture	Date de semis ou plantation	Libération prévue	Culture suivante
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				

CHAPITRE 12

Plan de culture : été et automne

Case	Culture	Date de semis ou plantation	Libération prévue	Culture suivante
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				

CHAPITRE 13

Grille de rotation sur quatre ans

Zone	Année 1	Année 2	Année 3	Année 4
A				
B				
C				
D				

À REMPLIR / À COCHER

Fiche : mon carré

Dimensions et nombre de cases

Exposition

Date moyenne des dernières gelées

Date moyenne des premières gelées

Origine de l'eau d'arrosage

Apports de compost (dates)

Variétés qui ont bien réussi

Variétés à ne pas refaire

À REMPLIR / À COCHER

Carnet de récoltes

Date	Légume	Quantité	Remarque

À REMPLIR / À COCHER

Check-list : fin de saison

- ☐ Cultures d'été terminées arrachées
- ☐ Déchets malades écartés du compost
- ☐ Ail et échalotes plantés
- ☐ Engrais verts semés dans les cases libres
- ☐ Cases vides paillées
- ☐ Compost apporté sur les cases des légumes gourmands
- ☐ Voiles et protections prêts
- ☐ Bilan de la saison noté dans la fiche

À REMPLIR / À COCHER

Check-list : avant le printemps

- ☐ Plan de culture dessiné
- ☐ Rotation vérifiée
- ☐ Semences triées et commandées
- ☐ Bords du carré contrôlés
- ☐ Niveau de terre complété si besoin
- ☐ Système d'arrosage vérifié
- ☐ Premiers semis au chaud lancés

RÉFÉRENCES

Sources

Société Nationale d'Horticulture de France — conseils de saison

<https://www.snhf.org>

INRAE — sols vivants et matière organique

<https://www.inrae.fr>

ADEME — compostage domestique

<https://agirpouurlatransition.ademe.fr/particuliers/>

Météo-France — dates moyennes des premières gelées

<https://meteofrance.com>