



Sommaire

Préface de l'édition anglaise
 par Rob Hopkins 10
Préface de l'édition française
 par Charles-Hervé Gruyer 12
 Comment utiliser le livre ? 15

COMMENT FONCTIONNE UNE FORÊT COMESTIBLE ?

1. Les forêts comestibles 21
 Qu'est-ce qu'une forêt comestible ? 21
 Les bénéfices d'une forêt comestible 23
 Questions fréquentes au sujet des forêts comestibles 27

2. Caractéristiques et productions d'une forêt comestible 29
 Imiter un jeune boisement 29
 Les principaux produits d'une forêt comestible 34

3. Les effets du changement climatique .. 37
 Les changements climatiques attendus en Europe pour les 40 prochaines années 37
 Les effets du changement climatique sur les plantes et les jardins 38
 Dormance 42

4. Plantes indigènes, plantes exotiques 45

5. Imiter la forêt 49
 Ombre 49
 Hygrométrie 50
 Température 50
 Humidité du sol 51

6. La fertilité des forêts comestibles 53
 Des plantes différentes, des besoins différents 53
 Apporter des nutriments dans une démarche durable 54
 Bilans de nutriments 59
 pH du sol 61
 La fixation de l'azote dans les plantes 62
 Plantes fixatrices d'azote 66
 Champignons mycorhiziens 69

CONCEVOIR VOTRE FORÊT COMESTIBLE

7. Préparation du sol et plantation 73
 Sol compacté 73
 Types de sols 74
 Paillage 75
 Plantation 78

8. Produire ses propres plantes 81
 En conteneur ou en pleine terre ? 81

Terreaux de semis et de rempotage 81
 La stratification 83
 La scarification 84
 Nettoyer les fruits pour le semis 84
 Le semis 84
 Repiquage et soins ultérieurs 85
 Quand repiquer en extérieur ? 87
 Le bouturage 87
 Autres méthodes de multiplication 88
 La multiplication des vivaces herbacées 88
 Le greffage des ligneux 89

9. Premières étapes de conception 95
 Trouver son terrain 95
 Quels sont vos objectifs ? 95
 De combien de temps et d'énergie disposez-vous ? 96
 Quel est votre budget ? 97
 Rassembler des informations et cartographier votre site 98
 Étendue de la période de plantation et stades de succession 98

10. Les brise-vent 103
 Principes des haies et brise-vent 104
 La plantation 108
 Espèces brise-vent 108
 Utiliser les clôtures existantes 108

11. Les espèces de la canopée 111
 Arbres fruitiers courants 111
 Fruitiers insolites 119
 Fruitiers à coques 127
 Arbres à feuilles comestibles 134
 Arbres aromatiques et épices 135
 Arbres avec d'autres parties comestibles 137
 Bois de chauffage par recépage 139
 Arbres à usage médicinal 140
 Arbres fixateurs d'azote 141

12. Concevoir la canopée 145
 Répartition des arbres et profil de la canopée 145
 Concevoir la canopée 148
 Exemples de modèles de canopée 151

13. Les arbustes 155
 Arbustes fruitiers courants 155
 Arbustes fruitiers insolites 161
 Arbustes fruitiers à coque 170
 Arbustes à feuilles comestibles 172
 Arbustes pour aromates et épices 173
 Autres arbustes comestibles 176
 Arbustes à usage médicinal 179
 Arbustes pour piquets et tuteurs 180
 Arbustes pour liens 181
 Arbustes pour la vannerie 182
 Arbustes à teintures 183
 Arbustes à savon 184
 Arbres fixateurs d'azote 184