RÉCOLTER, EXTRAIRE ET CONSERVER SES GRAINES

TOURNESOL • AMARANTE • SARRASIN • QUINOA

TOURNESOL

À MATURITÉ

- Pétales tombés
- Arrière du capitule jauni puis bruni
- Graines pleines
- Capitule sec



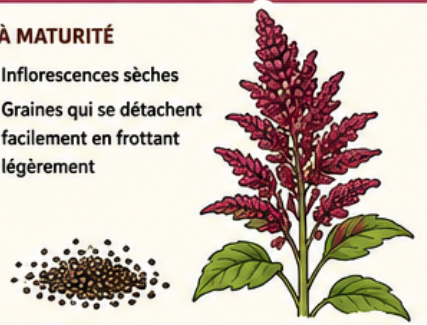
RÉCOLTE

Le capitule sèche sur la plante. S'il pleut ou si les oiseaux risquent de le manger, coupez le capitule et terminez le séchage à l'abri.

AMARANTE

À MATURITÉ

- Inflorescences sèches
- Graines qui se détachent facilement en frottant légèrement



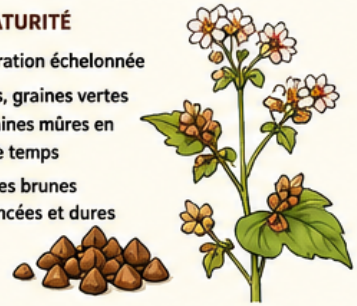
RÉCOLTE

Coupez les inflorescences par temps sec et terminez leur séchage à l'abri dans un endroit sec et ventilé.

SARRASIN

À MATURITÉ

- Maturation échelonnée
- Fleurs, graines vertes et graines mûres en même temps
- Graines brunes ou foncées et dures



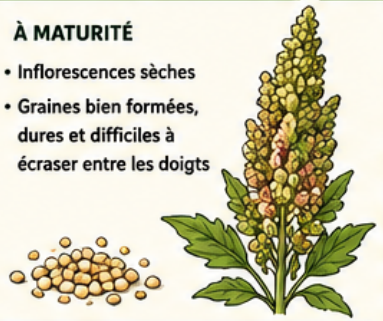
RÉCOLTE

Récoltez lorsque la majorité des graines sont brunes et bien formées, avant qu'elles ne tombent au sol.

QUINOA

À MATURITÉ

- Inflorescences sèches
- Graines bien formées, dures et difficiles à écraser entre les doigts



RÉCOLTE

Coupez les panicules par temps sec et terminez le séchage à l'abri dans un endroit sec et ventilé.

ATTENTION À LA POLLINISATION

Tournesol et sarrasin dépendent fortement des insectes pollinisateurs.

Plusieurs variétés proches peuvent se croiser.

Pour conserver une variété fidèle :

- éloigner les variétés
- cultiver une seule variété pour les semences
- ou pratiquer une pollinisation contrôlée

1 SÉCHER

Terminez le séchage dans un endroit sec, ventilé et à l'abri de la pluie et de l'humidité.



2 EXTRAIRE / BATTRE

Selon l'espèce :

- Frotter les têtes (tournesol)
- Frotter ou battre les inflorescences (amarante, quinoa)
- Battre les plantes sèches (sarrasin)



3 TRIER ET NETTOYER

- Retirer les gros débris à la main
- Utiliser un tamis et un vannage léger
- Répéter jusqu'à obtenir des graines propres



4 GRAINES À CONSERVER

Conservez de préférence des graines :

- bien formées et pleines
- sèches et fermes
- caractéristiques de la variété
- sans moisissure ni détérioration



5 NE PAS LAVER LES GRAINES DESTINÉES AU STOCKAGE (QUINOA)

Le quinoa contient des saponines à la surface de ses graines.

Pour le semis, évitez de les mouiller avant le stockage : elles doivent rester parfaitement sèches.

CONSERVER ET ÉTIQUETER LES GRAINES

Placez les graines parfaitement sèches dans une enveloppe en papier, un sachet identifié ou un contenant adapté.

Rangez-les ensuite dans une boîte ou un bocal propre.



IDENTIFIER LE LOT

Notez au minimum :

- Espèce et variété
- Année de récolte
- Origine / lieu de culture
- Conditions de pollinisation
- Observations utiles

Exemple :
TOURNESOL
variété ancienne
Récolte : 2026
Origine : Bretagne
Pollinisation : libre

OÙ LES STOCKER ?

Conservez les graines dans un endroit :

Sec · Frais · Sombre · Stable

Évitez l'humidité, les fortes chaleurs, la lumière directe et les variations importantes de température.

COMBIEN DE TEMPS ?

Bien séchées et correctement conservées, les graines peuvent garder leur pouvoir germinatif pendant plusieurs années.

Testez et renouvelez régulièrement les lots plutôt que d'attendre qu'ils deviennent trop anciens.

TESTER AVANT DE RESSEMER

Prélevez quelques graines et réalisez un petit test de germination.



> CHOISIR · > LAISSER MÛRIR · > RÉCOLTER · > SÉCHER · > EXTRAIRE · > TRIER · > CONSERVER · > RESSEMER

De la grande fleur du tournesol aux minuscules graines de l'amarante, chaque semence préservée peut porter une nouvelle récolte.