POIS DE SEPT ANS

pois de sept ans, pois du cap, fève créole

Phaseolus lunatus Fabaceae

ECHO® FICHE D'INFORMATIONS DE LA PLANTE

Origine

Le pois de sept ans proviendrait de l'Amérique centrale. Il tire son nom de sa capacité à demeurer productif durant plusieurs années. Les semences d'ECHO proviennent de l'Asveldt Ranch de Mwenezi, Zimbabwe où le pois de sept ans est semé autour des maisons et pousse sur les toits à l'abri des chèvres.

Utilisations

Ce pois a la capacité unique d'étouffer et de supprimer les mauvaises herbes tout en produisant sur une base continue du fourrage pour les animaux et des haricots pour la consommation humaine, une culture de couverture pérenne dense pour les régions tropicales arides et un engrais vert qui ajoute de l'azote au sol. Le pois de sept ans est une vigne à croissance vigoureuse qui développe rapidement une natte dense d'environ 60 cm (2 pi) de hauteur.

Noms courants

- anglais
  - Seven Year Lima
  - Madagascar Bean
  - Painted Lady
  - Tropical Lima
  - Haricot De Madagascar
- castillan
  - Frijol De Lima De Siete Años (Frijol Luna)
  - Haricot De Lima

Culture

Il faut semer les graines de pois de sept ans directement dans le sol préparé car cette plante n'aime pas être transplantée. Le froid peut en entraver la germination. Semer les graines à de 3 à 6 cm de profondeur et espacées d'environ 60 cm. La floraison commence de 60 à 90 jours après l'ensemencement. Cette plante préfère une saison sèche sans gelée mais s'il y en a une, elle perd ses feuilles et tiges avant de repousser. Le temps frais ralentit sa croissance. Elle est assez résistante à la sécheresse et requiert un sol léger et bien drainé avec un pH de 6 ou 7. Elle tolère une large gamme de types de sol. Les graines peuvent être plantées dans des buttes et dotées de treillis ou épandues à la volée pour produire une couverture de sol épaisse. Avant le début de la saison des pluies, il faut tailler la vigne. Sa croissance pourrait diminuer mais elle reprend de la vigueur après la fin de la saison des pluies. Le taillage permet d'obtenir de nouvelles pousses saines pour supporter les périodes de pluie et d'humidité intenses.

récolte et production de semences

La natte peut être taillée et donnée aux animaux mélangée à d'autres fourrages. Il est recommandé de tailler le pois de sept ans occasionnellement pour stimuler des nouvelles pousses vigoureuses et rajeunir la natte. Le sol peut être complètement couvert en de 60 à 75 jours lorsque les graines sont semées à 30 cm de distance et que le temps est chaud. Les gousses, qui sont produites constamment tout au long de la vie de la plante, peuvent être récoltées à de nombreuses reprises. Les pois secs sont prêts à être récoltés après de 7 à 9 mois. Faciles à récolter, ils peuvent être conservés au frais et au sec pendant de nombreuses années.

Ravageurs et maladies

Cette plante est des plus robustes et vigoureuses. Le pois de sept ans est susceptible aux nématodes cécidogènes mais il persiste même lorsque ses racines sont infectées.

Cuisine et nutrition

Les pois peuvent être consommés comme une légumineuse à grains. Il faut les faire tremper pendant de 4 à 6 heures avant de les cuire. Bouillir les pois et jeter l'eau de cuisson avant de les manger. Il ne faut jamais manger crus les pois et les feuilles de cette plante. Ajouté aux soupes et aux ragoûts, le pois de sept ans est une bonne source supplémentaire de protéines. Une fois bouillis et cuits, les pois peuvent être réfrigérés et mangés froids.

ECHO® 17391 Durrance Rd, N. Fort Myers FL 33917 USA
Tel: (239) 543-3246 | Email: echo@echonet.org | Website: ECHOcommunity.org
©2022 ECHO Inc.