

# Laitue

(*Lactuca sativa*)



**Plante herbacée, annuelle ou bisannuelle, largement cultivée pour ses feuilles tendres consommées comme légume, généralement crues en salade ; elle fait partie des plantes recommandées dans les domaines royaux par Charlemagne dans le capitulaire De Villis (8-9ème siècle).**

**Feuilles consommées crues (comme salade)  
ou cuites (comme légume, potherbe).**

**En pépinière ou en place, en lignes distantes de 30-40cms ou à la volée, seul ou en mélange (mesclun), mais aussi en caissettes, plaques alvéolées... ; repiquage tous les 20-30cms et maintien du sol frais, pour éviter une montaison prématurée et obtenir une belle grosse salade.**

**Rusticité : -15°C**

**Notes :**