

DOSSIER SPÉCIAL

DIY COMPOST DE VILLE, SANS MAUVAISE ODEUR !

DIY COMPOST DE VILLE, SANS MAUVAISE ODEUR !

SOMMAIRE

INTRODUCTION	3
COMMENT FONCTIONNE LE BOKASHI ?.....	5
Matériaux	6
Outils	6
CONSTRUIRE VOTRE BOKASHI DE CUISINE.....	7
1 ^{ère} étape : Préparer le bac compost	7
2 ^{ème} étape : Préparer le bac réhausseur	8
3 ^{ème} étape : Préparer le bac réceptacle	9
4 ^{ème} étape : Assemblage	10
5 ^{ème} étape : Remplissage	11
6 ^{ème} étape : Récolte et utilisation du jus engrais	13
7 ^{ème} étape : Utilisation du compost en rempotage	14

INTRODUCTION

Voici le tuto étape par étape pour créer vous-même votre propre composteur Bokashi avec trois fois rien !

Merci à Low-tech Lab pour ce tutoriel, basé sur le modèle de Léon-Hugo Bonte !

Chaque année, un Français produit 320 kg de déchets dont 120 kg sont des déchets organiques potentiellement valorisables. Ils peuvent notamment servir d'engrais pour les cultures.

En campagne, il est simple de composter ses déchets organiques. En ville, c'est plus problématique. Pourtant **plus des 3/4 des Français vivent en milieu urbain**, le potentiel de valorisation est donc très important. **La production de compost via les déchets organiques ouvre les portes de la culture de plantes et légumes chez soi.**

En milieu urbain, les objectifs sont variés :

- Se réapproprier les méthodes de culture.
- Tendre vers la souveraineté alimentaire.
- Dépolluer l'air environnant.
- Manger des produits de qualité et de proximité.

Le Bokashi (« matière organique fermentée » en japonais) est une méthode de compostage très efficace, pouvant être **adaptée au contexte urbain**. Il met en œuvre ce qu'on appelle les micro-organismes efficaces (dits EM). Leur utilisation pour le compost permet d'imiter le fonctionnement d'un humus très sain et d'optimiser la bonne dégradation de la matière organique.

Le résultat du compostage est :

- Un jus très nutritif pour les plantes (à diluer à 1% avec de l'eau).
- Un compost solide riche en minéraux et micro-organismes.

Par l'utilisation d'un contenant étanche et hermétique, le Bokashi est particulièrement adapté au contexte urbain, hors sol :

- Il est fermé,
- Ne sent pas,
- Le compostage est rapide,
- Permettant l'usage d'un bac de petite taille,
- Le jus est directement utilisable pour de la culture hors sol (en pot de terre ou sur substrat).

Le compost utilisant les micro-organismes efficaces (EM) est appelé « Bokashi ». A noter que les EM peuvent être utilisés sur des cultures en terre pour ramener de la vie dans un sol pauvre cependant il peut être néfaste de l'utiliser sur des terres où la vie est déjà bien présente car l'équilibre du lieu peut être dérégulé par leur action. Il est possible de récupérer soi-même des souches locales pour faire ses propres « micro-organismes efficaces », cela nécessite tout de même une bonne maîtrise. Le plus simple est de se procurer des souches sur internet, en France notamment auprès de Bertrand Grevet, spécialiste du sujet.

Les Micro-organismes Efficaces se présentent sous 2 formes :

Les EM 1 : ce sont des souches concentrées qui nécessitent une étape avant utilisation : il faut les « activer » avec de la mélasse.

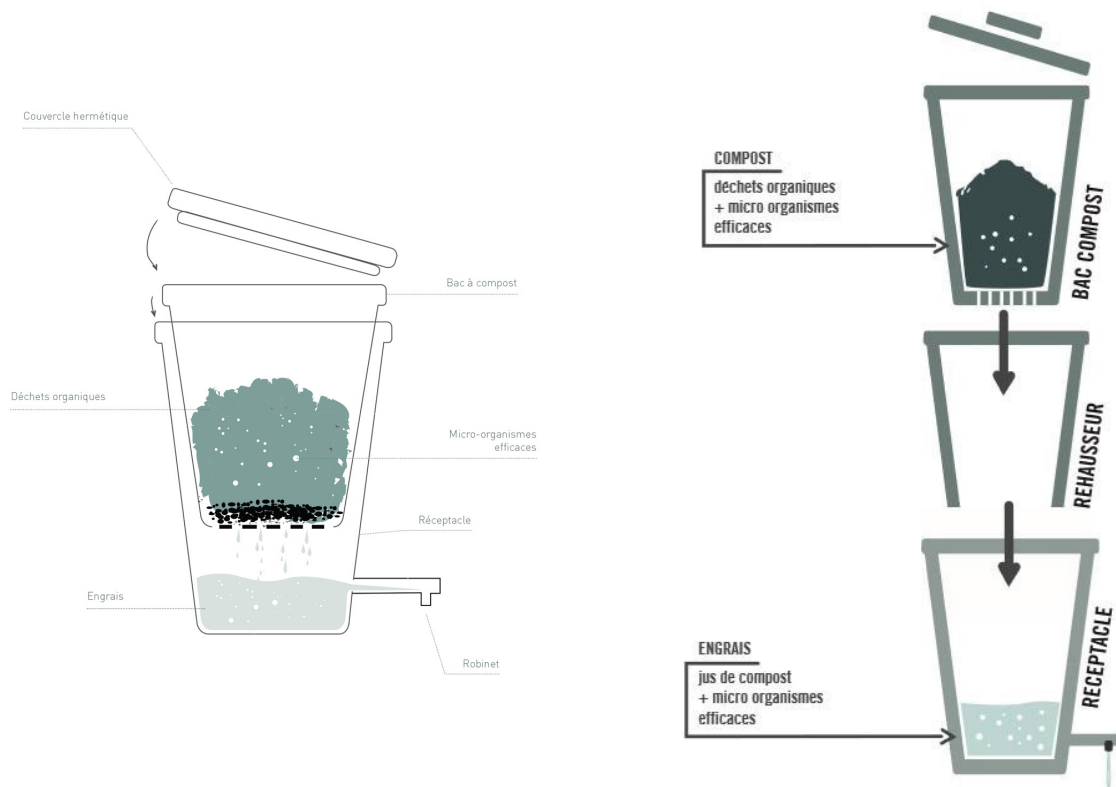
Les EM A (pour micro-organismes efficaces activés ou fermentés) : le mélange avec la mélasse a été réalisé en amont, cependant la durée de conservation est courte (de l'ordre d'un mois). Il est tout de même préférable de se fournir directement des EM A.



COMMENT FONCTIONNE LE BOKASHI ?

Le Bokashi est le produit obtenu par la fermentation des déchets organiques inséminé par des EM A.

Il faut le fermer hermétiquement après chaque utilisation pour que les bactéries se développent au mieux, avec une température de 20°C à 25°C.



• 81

Voici donc comment fabriquer votre propre Bokashi maison !

Matériaux

- 3 seaux alimentaires de 5L et un couvercle permettant une fermeture étanche.
 - ▶ 1 seau est le « bac compost ».
 - ▶ 1 seau est « le réhausseur ».
 - ▶ 1 seau est le « bac réceptacle ».
- 1 robinet adaptable pour fûts plastiques (fourni avec joint et écrou de serrage).
- 1L de pierres ponce ou graviers d'environ 3mm de diamètre.
- Déchets organiques.
- 1 flacon de micro-organismes efficaces activés (EM A) (disponible ici <https://www.synbiovie.fr/boutique/maisons-et-jardins/test/em-fermente.html>)
- Et/ou 1 sachet de son de blé inséminé par des EM (disponible ici <https://www.synbiovie.fr/boutique/maisons-et-jardins/test/demarreur-bokashi-bio.html>)

Outils

- 1 perceuse et 1 foret de 3 mm.
- 1 crayon.
- 1 cutter.
- 1 pulvérisateur (contenance d'environ 1L).

CONSTRUIRE VOTRE BOKASHI DE CUISINE

1^{ère} étape : Préparer le bac compost

Percer de nombreux trous dans le fond du bac compost à l'aide de la perceuse et du foret de 3 mm.



2^{ème} étape : Préparer le bac réhausseur

Couper avec le cutter le fond du bac rehausseur sur 7 cm.



3^{ème} étape : Préparer le bac réceptacle

Tracer le diamètre intérieur du joint du robinet sur le bac réceptacle.

Remarque:

Le robinet doit être placé le plus bas possible sur le bac réceptacle afin de récupérer le maximum de jus. Prévoir cependant la hauteur nécessaire pour l'écrou de serrage.

Découper le cercle à l'aide du cutter.

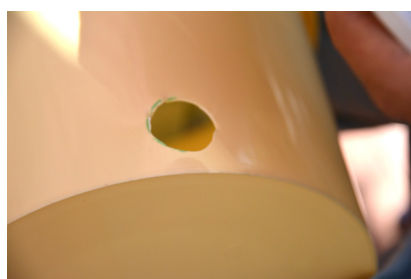
Remarque:

le plastique du bac étant mince, cette tâche demande de la minutie.

Visser le robinet sur le bac réceptacle en prenant soin d'intercaler correctement le joint entre le robinet et le bac, puis serrer grâce à l'écrou.

Tester l'étanchéité du système en versant de l'eau dans le bac réceptacle : aucune goutte ne doit apparaître sur la jointure bac réceptacle / robinet fermé.

Puis vider.



4^{ème} étape : Assemblage

Empiler le bac compost sur le bac rehausseur, lui-même emboîté sur le bac réceptacle.



5^{ème} étape : Remplissage

Disposer une couche de pierre ponce dans le fond du bac compost sur environ 1 cm.

Remarque:

Cette couche sert de drain pour le composteur, afin que les trous ne se bouchent pas.



Disposer des déchets organiques dans le bac compost.

Remarque:

Le compostage se fait plus rapidement si la matière organique est coupée en petits morceaux.



Pulvériser 4 ou 5 doses de micro-organismes efficaces activés (EMA) ou du son de blé inséminé aux EM afin d'inséminer le composteur. La solution d'EM peut ensuite être conservée au réfrigérateur.

Fermer hermétiquement le composteur.



6^{ème} étape : Récolte et utilisation du jus engrais

Récoltez le jus de Bokashi à l'aide du robinet

Remarque:

Une fois le compost bien lancé (2 à 3 semaines), une petite quantité de jus de Bokashi peut être prélevée quotidiennement.

Diluez à 1% avec de l'eau.

Arrosez les plantes avec ce mélange tous les 2 jours ou selon le besoin.

Remarque:

L'état et la couleur des feuilles sont de bons indicateurs des besoins nutritionnels d'une plante.



7^{ème} étape : Utilisation du compost en repotage

Remarque:

Quand le bac compost est plein (au bout de quelques semaines ou quelques mois), on peut observer une dégradation plus importante dans le fond du bac qu'au-dessus.

Pour favoriser la dégradation de la matière organique la plus récemment ajoutée, retournez le composteur durant 15 jours : le jus riche en micro-organismes va imprégner ces déchets et activer le compostage.

Au bout de 15 jours : plantez vos légumes en superposant dans un pot : une mince couche de terreau, une couche de votre compost (1 cm) et remplissez le reste de terreau.

Remarque:

Votre compost est maintenant très riche en minéraux mais également en micro-organismes. Le mélange de minéraux est un excellent aliment pour les plantes. La flore bactérienne va coloniser le terreau, développant un milieu de vie riche pour les racines.

Cependant, le Bokashi est acide : Il est donc important de le placer au fond du pot pour éviter que les racines ne soient en contact avec celui-ci au moment du repotage.

Arrosez vos légumes régulièrement à l'aide du jus de compost.



SANTÉ, AUTONOMIE, TRADITION, GOÛT... COMMENT FAIRE TON PAIN AU LEVAIN NATUREL SIMPLEMENT ET RAPIDEMENT !

Une recette de pain au levain c'est très bien...

Mais **un expert qui vous révèle ses secrets et vous montre le procédé complet en vidéo**, c'est encore mieux !

La thématique du levain m'intéresse énormément et beaucoup de lecteurs de ce dossier m'ont demandé s'il était possible de voir les gestes en vidéo, pour mieux les maîtriser.

Alors je suis parti à la recherche d'un boulanger professionnel, expert du levain, qui accepterait de tourner une formation vidéo.

Et j'ai trouvé la personne parfaite !

Valentin est **sous-chef d'un MOF (Meilleur Ouvrier de France) et formateur dans l'une des meilleures écoles hôtelières du monde**.



Au début, il a hésité à partager tous ses secrets de fabrication en vidéo...

Mais Valentin a toujours adoré transmettre son savoir et former les gens, alors j'ai réussi à le convaincre de faire une exception pour les membres de la communauté Apprendre Préparation Survivre !

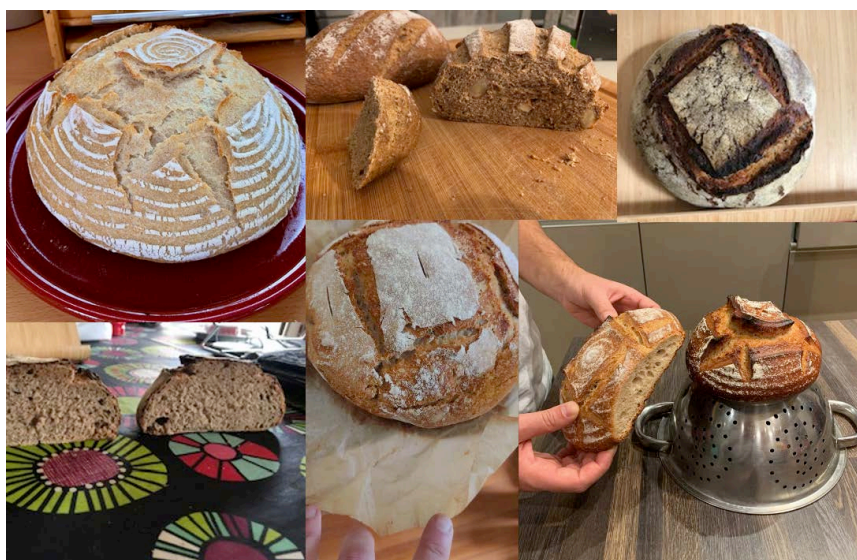
On a passé un week-end entier à tourner plus de 18 vidéos :

- Le matériel et les ingrédients indispensables ;
- La **création du levain-chef**, de A à Z ;
- La **recette du traditionnel pain de campagne au levain** ;
- Toutes les étapes en détail (pétrissage, la mise en forme, la cuisson...) ;
- Les recettes de petits pains ronds, cuits en 7 minutes, de la pizza au levain, l'option du pain aux graines... ;
- **L'entretien et la conservation du levain-chef** ;
- ...

Bref, **c'est une formation ultra-complète !**

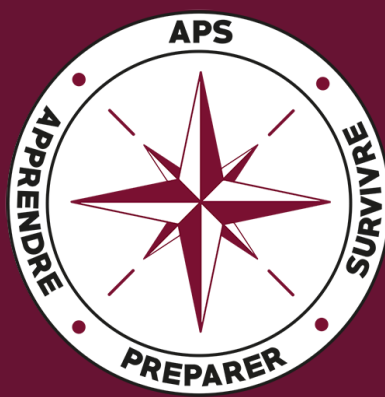
Valentin vous apprendra les meilleurs gestes, recettes et astuces de professionnel pour fabriquer votre pain au levain de A à Z !

Les premiers membres l'ont déjà largement validée, voici quelques uns de leurs premiers pains au levain, réalisés grâce aux conseils de Valentin :



JE DÉCOUVRE LES SECRETS DU LEVAIN NATUREL





DIY compost de ville, sans mauvaise odeur !

Directeur de la publication : Antoine Ledu

Responsable de la rédaction et rédacteur en chef : Antoine Ledu

Crédits photos : © Low-tech Lab.

Société éditrice : APS Formations