

Les paniers des saveurs de l'arc-en-ciel

9 août 2012



L'été semble cette fois bel et bien installé. Le soleil brille, oui, même il tape fort...les salades montent – sur le fond elles ont pas tort, le moment paraît bien choisi pour faire des fleurs et des graines – même si ce n'est pas notre souhait. Enfin, les salades à tondre, ainsi qu'une variété de frisée se portent bien et n'ont pas cette ambition.

Si avec le temps sec, le problème des limaces s'est un estompé – encore que le soir, elles sortent toujours par centaines. Les campagnols, eux, sont toujours aussi voraces. Nos perchoirs à rapace sont boudés par ces derniers quand aux petits rongeurs, ils se sont découvert une passion pour les melons – espérons qu'il en restera suffisamment lorsqu'ils seront mûrs.

Déterminer le contenu des paniers est d'un côté plus facile car il y a du choix et d'un autre côté, la nature s'impose à sa manière. Ainsi, les haricots à rame fournissent des récoltes fort abondantes. Pour les courgettes c'est un peu le même topo : lorsqu'ils produisent, il faut suivre ! Heureusement, la courgette est très polyvalente !

Pour cette semaine, on s'est dit que nous allions vous faire profiter pleinement de ces légumes cultivés pour vous : nous avons planté pour chaque abonné 1 pied de courgettes et une ligne d'un mètre de haricots à rame. Cela ne paraît pas trop, mais multiplié par le nombre d'abonnés, cela représente tout de même près de 200 mètres des légumes rien que pour les courgettes et les haricots à rames – toutes cultures confondues, nous avons ainsi une ligne de légumes de plus de 15 km...

Les courgettes

Elles appartiennent à la famille des cucurbitacées, plus précisément ce sont des *Cucurbita pepo* (comme la citrouille de Cendrillon). Les courgettes ne sont donc rien d'autre que des courges consommées avant maturité. Toute personne qui a un jardin en aura déjà oubliée une quelques jours pour récolter un monstre de plusieurs kg – de quoi inviter tout le quartier pour une courge farcie... Si on la laisse grandir à sa guise et mûrir, elle se conserve d'ailleurs comme une courge jusqu'au moins de décembre ou janvier sans aucun problème.

Voici encore un légume qui nous vient d'Amérique latine ou il fut déjà consommé 10'000 ans avant notre ère – décidément, le régime alimentaire des européens était bien différent avant la découverte de ce continent ! Les conquistadores ramenèrent ces plantes au 16^{ème} siècle, mais comme pour bien d'autres légumes – nos ancêtres étaient fort sceptique et prudents – durant 2 siècles, elle ne fut qu'une curiosité dans les jardins botaniques avant que les français ne se mettent à la consommer au 18^{ème} siècle.

Vous pouvez les apprêter les courgettes de 1001 manières... en voici une tout simple : Coupez la ou les courgettes en cubes ou rondelles, faites les revenir dans une poêle avec un petit peu d'huile, ajoutez-y le contenu d'un pot de fromage frais au herbes (du style cantadou ou tartare) que vous laissez fondre. Il n'y a plus qu'à servir.

Liliane Rochat