

## JARDINAGE

## La scorsonère, exigeante et délicieuse

Joséphine Gretillat

La scorsonère n'a pas les caractéristiques d'un légume «moderne», vite préparé et vite cuisiné. Elle demande du temps et de l'attention. C'est une plante exigeante pour un jardinier exigeant!

Il est vrai que la scorsonère est difficile à cultiver, à récolter et à préparer, mais en contrepartie elle offre une chair blanche, fondante et savoureuse.

## Caractéristiques

Le salsifis et la scorsonère sont deux plantes voisines, tant au point de vue botanique qu'au point de vue cultural. Mais chez le salsifis (*Tragopogon porrifolium*), la racine est jaunâtre et la fleur violette tandis que chez la scorsonère (*Scorzonera hispanica*), la racine est noire et la fleur jaune.

Un glucide, l'inuline, est stocké dans les racines de la scorsonère. Contrairement à l'amidon, l'inuline n'élève pas la glycémie et peut être consommée par les diabétiques. D'autre part, l'inuline stimule le développement des bactéries de la flore intestinale.

## Culture

La scorsonère est très exigeante sur la nature du sol et de sa préparation. On choisit



La scorsonère pousse tout en longueur et nécessite un sol bien préparé.

des sols profonds, légers, riches en humus et sans cailloux. A cause de la longueur des racines (jusqu'à 30 cm) et pour que celles-ci soient droites et régulières, une bonne préparation du sol est capitale.

La levée du semis est souvent capricieuse et lente; en outre, les oiseaux apprécient beaucoup cette graine. Il est conseillé d'utiliser de la graine fraîche, de ne pas trop la recouvrir et d'appliquer un voile sur la culture pour maintenir un sol frais et faire barrière aux oiseaux.

La scorsonère est une plante vivace mais est traitée comme une annuelle ou bisannuelle. Dans le premier cas, on la sème en mars-avril en lignes

distantes de 30 centimètres et à une profondeur de 1 à 2 centimètres. Un éclaircissage à 10 centimètres sur la ligne est ensuite effectué. En culture bisannuelle, la scorsonère est semée en août. Les racines récoltées l'année suivante sont alors plus grosses, plus volumineuses.

Des hampes florales peuvent apparaître dès la première année et sont généralement éliminées mais la qualité de la racine n'en est que peu altérée.

Pour disposer de graines fraîches, on laisse quelques fleurs venir à maturité. Elles ressemblent alors à des fleurs de pissenlits et il faudra veiller à récolter les graines avant leur envol.

## CONSEILS POUR LA PRÉPARATION

Brosser la racine et la peler sous l'eau courante, la couper en morceaux. Plonger ceux-ci dans de l'eau additionnée de vinaigre ou de jus de citron afin qu'ils ne s'oxydent pas. Pour la peler plus facilement et comme la plante contient un latex plutôt salissant, on peut préalablement blanchir la scorsonère avant de la peler. Faire revenir dans du beurre avec de l'ail ou cuire à l'eau salée ou à la vapeur. On peut aussi apprêter les tronçons comme des beignets ou les manger en gratin. A noter que les jeunes feuilles sont également excellentes en salade. JG

## Récolte et conservation

La scorsonère peut rester en place tout l'hiver. La récolte s'opère d'octobre à mars pour une culture annuelle et dès l'été de l'année suivante pour une culture bisannuelle. La longueur et la fragilité de la racine rendent l'arrachage très délicat. Il s'agit de dégager profondément les racines d'un côté puis de les basculer à la bêche. Hors sol, les racines perdent vite leur turgescence. La conservation la plus efficace est de laisser les racines en terre et de les extraire selon ses besoins. Pour l'arrachage en plein hiver, il est prudent de couvrir la culture d'un épais paillage. On peut aussi arracher une réserve de racines et les stocker à la cave dans du sable frais.

## L'agenda des cultures

## Les dernières plantations

**En plaine:** récolter les fruits, les courges, potirons et potimarrons. Effectuer les plantations en bacs de bruyères, cyclamens mélangés aux chrysanthèmes de petite taille, pensées, myosotis, bellis qui orneront les fenêtres au début du printemps prochain. Nettoyer les géraniums avant de les rentrer, ôter les feuilles jaunes, les fleurs fanées et les nouveaux boutons. Ne plus leur donner d'engrais et diminuer sensiblement les arrosages, les rentrer si tôt les températures nocturnes basses. Nettoyer les plantes vivaces et rabattre le feuillage à 10 cm du sol, les recouvrir d'un peu de terre ou de compost si elles ont les racines ou les mottes apparentes. Récolter les graines des fleurs annuelles pour les semis de l'année prochaine et les mettre bien sécher avant de les conserver dans des petits sachets en papier. Autour du 10 octobre, démarrer en cave la culture des endives. Et, si vous avez une serre ou une couche, replantez après les avoir coupées à ras quelques jolis plants de bettes à côtes. Vous aurez une récolte hâtive au printemps suivant, puis elles monteront à graines ensuite. Ratisser les feuilles mortes et effectuer les dernières tonnes du gazon, nettoyer et désherber les parcelles vides, tailler les buis et les thuyas une dernière fois avant l'hiver.

**En montagne:** récolter les courges, courgettes, choux-raves, carottes et racines-rouges avant le gel. Rentrer les dahlias en cave, les géraniums, fuchsias, daturas, laurier et autres plantes gélives à l'abri. Nettoyer les massifs, les plates-bandes et les parcelles, labourer si nécessaire en incorporant du vieux fumier bovin. Planter les bulbes de printemps sur les surfaces disponibles, sinon conservez-les dans du sable humide jusqu'à leur plantation, ils éviteront ainsi de se dessécher. Rabattre les rosiers de moitié ainsi que les petits arbustes tels que potentilles, pivoines, lavandes et spirées. Effectuer les dernières plantations de vivaces, surtout celles que vous aurez divisées car elles doivent encore développer de nouvelles racines avant le gel profond. Pailler les aromatiques sensibles ainsi que les nouveaux rosiers pour les protéger du froid.

KARINE CALAME

## À LIRE

## La Cuisine des champignons

Ce livre s'adresse à toutes les personnes amatrices de bonne cuisine et en particulier de celle des champignons.

Avant même de connaître le plaisir de déguster les champignons, véritable richesse offerte par Dame Nature, ils vous donnent l'occasion de formidables promenades qui peuvent se transformer en chasse au trésor.

Au détour d'un sentier, au pied d'un arbre ou sous un tapis de feuilles dorées, la magie de la découverte, sans cesse renouvelée, procure de merveilleux moments dans les bois aux couleurs de l'automne qui arrive à notre porte.

Le parfum de chacun des champignons permet alors d'anticiper le plaisir de la dégustation qui prolongera celui de la cueillette.

Vient alors le moment de les accommoder: sautés, frits, gratinés, grillés... Il existe de nombreuses façons de les savourer.

Ce livre, qui vous aidera de façon simple à réaliser cinquante recettes originales et savoureuses, s'adresse à toutes les personnes amatrices de bonne cuisine et en particulier de celle des champignons. Il concerne les ramasseurs chevronnés ou occasionnels comme les gourmets qui achètent leurs champignons en épicerie fine ou chez leur primeur. Les recettes proposées sont dans l'ensemble faciles à réaliser quel que soit le niveau de compétence du cuisinier.

SP-AGRI

## INFOS UTILES

Editions Cabédita, 1145 Bière, *La Cuisine des champignons*, en vente en librairie ou sur [www.cabedita.ch](http://www.cabedita.ch)

## MAISON DU BLÉ ET DU PAIN

## La châtaigne s'expose à Echallens

Jusqu'au 11 mars 2012, une exposition de saison met la châtaigne à l'honneur à la Maison du blé et du pain.

Aujourd'hui mets de choix, la châtaigne a longtemps été à la base de l'alimentation, remplaçant même le pain dans certaines classes de la population. Tant les Cévennes, en France voisine, que la région de Fully, en Valais, ont une longue tradition avec cet arbre aux multiples richesses, parfois appelé «arbre à pain».

Grâce à leur expérience séculaire et à une conservation de leur patrimoine, ces deux régions permettent au Musée du blé et du pain challois de faire une incursion passionnante dans l'histoire de la châtaigne et des châtaigneraies. Beaucoup d'objets dédiés à la canasticulture au fil des ans ont été mis à disposition par le Musée des vallées cévenoles de Saint-Jean-du-Gard et son fondateur Daniel Travier. Ils invitent le visiteur à se familiariser avec la brasucada, le bertol ou la grata. Des termes de patois, certes, mais qui ont traversé les années et gardent leur saveur dans le récit en occitan d'Aimé Vignon.

Le châtaignier vit intensément au rythme des saisons, de la montée de la sève à la floraison, puis à la récolte. Rachetée en 1959 par la bourgeoisie de Fully, la forêt comp-



La châtaigne a longtemps été à la base de l'alimentation, remplaçant même le pain.

te actuellement près de mille arbres, répartis sur 15 hectares, formant ainsi l'une des plus grandes châtaigneraies du nord des Alpes.

La Confrérie des Amis de la châtaigne se charge de la plantation, de la greffe, du ramassage, mais également du nettoyage de la châtaigneraie et de l'entretien du sentier didactique ouvert aux promeneurs de tous âges.

A l'heure où l'on ne connaît plus guère de la châtaigne que l'échoppe fumante au coin

d'une rue et le brasero du marchand de marrons, cette exposition met en valeur toutes les qualités du châtaignier, comme sa robustesse, son degré de résistance à la pourriture ou son action répulsive sur les araignées.

De tous temps, on en a fait des objets du quotidien, des charpentes, des meubles, des paniers, des couverts, des auges et des outils divers. Toute une gamme de pièces variées sorties des mains de l'homme, que le visiteur peut admirer en

suivant la vie d'un arbre généreux et ses nombreuses déclinaisons. SP

## INFOS PRATIQUES

L'arbre à pain: châtaignes, châtaigniers et châtaigneraies. A voir jusqu'au 11 mars 2012 à la Maison du blé et du pain, à Echallens, place de l'Hôtel-de-Ville 5, tél. 021 881 50 71. [www.maison-ble-pain.com](http://www.maison-ble-pain.com) Mardi à dimanche, de 8 h 30 à 18 h. Ouvert toute l'année. Accessible aux personnes à mobilité réduite.



Détail de la couverture du livre de recettes.