

Fleurs et légumes du potager

Autres ouvrages d'Hervé Guirriec :

- *Dictionnaire des lycées catholiques de Bretagne* (contribution), dir. Yann Celton, PUR, 2018.
- *Fleurs sauvages du littoral* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2018.
- *Abeilles et plantes mellifères* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2017.
- *Fleurs sauvages en Bretagne, De l'été à l'automne* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2016.
- *Lopérec de A à Z*, Locus Solus, 2016.
- *Fleurs sauvages en Bretagne, Du printemps à l'été* (avec Jean-Yves Kerhoas), Locus Solus, 2015.
- *Tomber dans les pommes* (avec L. Tréhin et J.-P. Roullaud), Locus Solus, 2014.
- *Balade historique et culturelle au Nivot*, Le Nivot Éditions, 2013.
- *Pierre et Rosalie, le prince et la princesse russe*, Le Nivot Éditions, 2012.
- *Un assassinat dans les bois du Nivot*, Le Nivot Éditions, 2011.
- *L'Histoire du Nivot*, 2 tomes, Le Nivot Éditions, 2007 et 2009.
- *Promenade culturelle aux pays des abeilles*, Le Nivot Éditions, 2005.
- « L'école d'agriculture du Nivot », in *Les Enjeux de la formation des acteurs de l'agriculture de 1760 à 1945*, Educagri Éditions, 1999.
- *Jeu éducatif Bretons en questions*, 1996.

À Marie-France et Simone.

À Bérénice, Jullian et Andrea.

À Elyne et Albane.

Remerciements aux jardiniers amateurs : Simone Kerhoas et Marie-France Guirriec, Jeanne et Jean-Yves Diverrès, Hélène et Jean-Paul Chaussy, Guy et Odile Le Dren, Céline et Stéphanie Savarit, Marcel Kerhoas
Et aux professionnels : Gaël et Stéphanie Gourtay, Serres de Pennaod Pleyben ; Jean Picol, Plouarzel ; Anne Léon, Lopérec ; Mona Le Borgne, Le Nivot, Lopérec.

Merci aussi à Hervé Péron pour son travail de secrétaire.



Ouvrage publié avec le soutien
du Conseil régional de Bretagne.

ISBN 978-2-36833-232-0
Copyright Locus Solus, 2019

Les textes et illustrations de cet ouvrage sont protégés.
Toute reproduction ou représentation, totale ou partielle,
par quelque procédé sans autorisation expresse de l'éditeur
est interdite et constituerait une contrefaçon sanctionnée
par les articles L.335-2 et suivants du Code de la Propriété Intellectuelle.



LOCUS-SOLUS.FR

Textes

Hervé Guirriec

Photographies

Jean-Yves Kerhoas

Fleurs et légumes du potager



Botanique - Culture - Histoire - Légendes

**LOCUS
SOLUS**

Un potager extraordinaire

*Bienvenue dans mon potager
Ya plein de bonnes choses à manger
Délicieuses pour la santé
Des légumes bons à croquer*

*J'ai du céleri et des radis
Des petits pois et des brocolis
Du chou-fleur et des poivrons
Du navet et des oignons.*

À écouter cette comptine traditionnelle ou à suivre le conseil « 5 fruits et légumes par jour », le bonheur est assurément dans le potager pour le jardinier. Sentir la chaleur du sol, observer sous la rosée la réussite d'un semis, apprécier la pousse au jour le jour, redécouvrir des variétés oubliées, faire le tour du jardin avec ses invités, autant de plaisirs simples goûtés au fil des saisons. Et au bout du compte, des légumes à mettre en musique en cuisine.

Mais le potager ne se limite pas à la production ; le jardinier est souvent soucieux de l'esthétisme, de « l'élégance » du légume, de son équilibre et de l'éclat de ses fleurs. À l'image du passionné observant ses roses ou ses boutons de camélia, il reste admiratif devant un chou de Milan ou curieux à voir un bourdon s'introduire dans la corolle d'une fleur de courgette ! Grâce aux plantes auxiliaires qui limitent les attaques d'insectes ou contentent l'appétit des butineurs, de nouveaux colo-

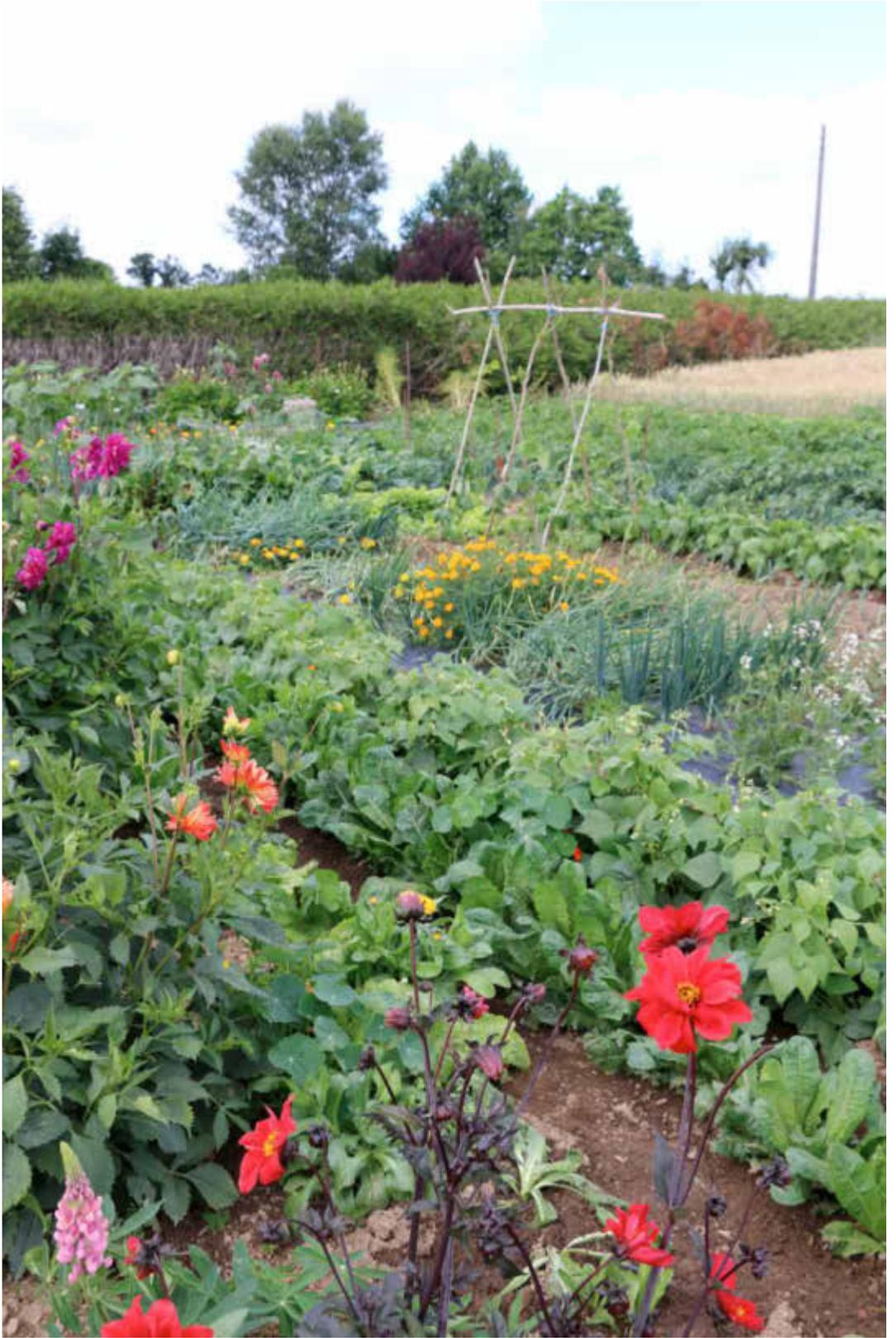
ris s'ajoutent. Les plantes couvre-sol, utiles pour empêcher l'emprise des adventices et fertiliser naturellement, apportent aussi leur contribution.

Au risque de passer pour un distrait ou un poète, pourquoi ne pas laisser de temps en temps un légume monter en fleur ? Tout se conjugue alors pour associer le jaune des laitues, le blanc des carottes, le bleu de la chicorée ou le rose de l'ail aux couleurs déjà présentes dans le jardin à celles des pommes de terre, des courgettes, des potirons ou des petits pois.

C'est cette richesse que nous souhaitons transmettre en rappelant avec Pierre Rabhi que « cultiver un potager, ce n'est pas seulement produire ses légumes, c'est apprendre à s'émerveiller au mystère de la vie ».

Bonne lecture et bon jardinage... tout naturellement.

Hervé Guirriec
et Jean-Yves Kerhoas





L'auteur jardinier aux petits soins pour ses légumes.

Le photographe à l'affût du bon plan.



Légende des icônes



Période de floraison, hors légumes

Les mois indiqués correspondent au début et à la fin de la floraison. Bien entendu, suivant les années et les régions, quelques variations interviennent.



Période de récolte des légumes

Les mois indiqués correspondent au début et à la fin de la récolte. L'indication de deux périodes se réfère à la récolte de printemps et à celle de l'automne. Bien entendu, suivant les années et les régions quelques variations interviennent.



Hauteur de la plante

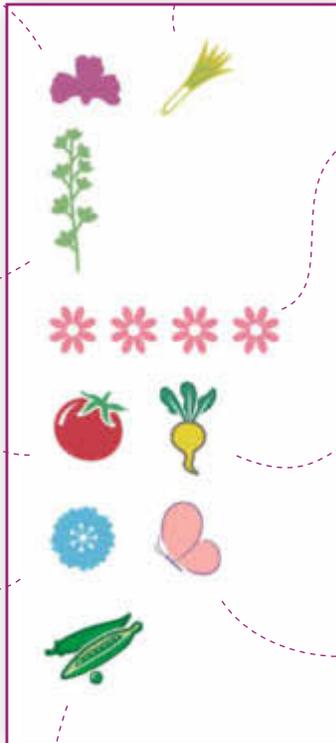
Il s'agit d'une valeur moyenne de la hauteur d'une plante adulte. Lorsque la plante est rampante, son emprise est précisée.



Classique du potager



Plante semée comme engrais vert ou couvre-sol



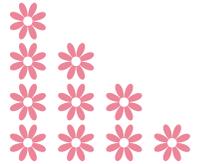
Fréquence

Rare

Peu répandue

Répandue

Très répandue



Légume à (re)découvrir



Plante semée comme auxiliaire

Exemple : répulsive pour les insectes, mellifère ou ornementale.



Partie consommée

Inflorescence, bulbe, fruit, feuille, côte, racine, tubercule, tige, grain, gousse.

Blanc, rose ou fumé

Si depuis 5 000 ans ou plus l'ail conjugue des vertus médicinales et culinaires, il attire tour à tour louange et répulsion. « Rose puante » pour les Grecs, son odeur l'a mis à maintes reprises sur le gril ! Frappé d'interdit au ^{xvi}^e siècle à la cour du roi de Castille, Alphonse XI le Juste, les chevaliers sont réduits à ne pas en consommer « sous peine d'être exilés de la cour pendant un mois ». Il n'est pas étonnant que Don Quichotte conseille à Sancho Panza devenu gouverneur d'éviter d'en manger, son odeur trahissant l'origine paysanne. Shakespeare rejoint Cervantès en déclarant que l'ail n'est pas fait pour les nobles.

Il est vrai que l'ail est d'abord apprécié par les classes populaires. Ainsi, au Moyen Âge, il connaît une formidable consommation avec une sauce à l'ail. Les gousses écrasées et mélangées au pain dans du lait ou du bouillon lui donnent la consistance de notre moutarde. Puis, progressivement, après la Renaissance, cuit ou cru, haché, en lamelles ou en chemise, il participe au fil des saisons à la tradition culinaire française.

Aujourd'hui, avec une production moyenne de 18 000 tonnes chaque année, la France doit largement composer avec la concurrence extérieure, la Chine notamment qui en produit cent fois plus ! Pour ce faire, elle joue d'abord sur les couleurs. Lautrec, la capitale des aulx aux caïeux veinés de rose, a su rebondir sur la légende médiévale qui racontait qu'un marchand ambulant y avait réglé son repas avec de jolies grappes d'ail rose. Associant plus de 80 communes du département du Tarn, « Lautrec l'autre ail » bénéficie du label ail rose. « Ne dites pas ail, avant de l'avoir goûté » conseille sa campagne de promotion.

L'ail à la robe ivoire striée de violet de Cadours en Haute-Garonne est également entré dans la cour des grands en décrochant, en 2015, l'Appellation d'Origine Contrôlée. L'ail blanc règne en maître au nord-est de la Gascogne dans la région de Lomagne, à cheval sur le Gers et le Tarn-et-Garonne. L'IGP (Indication Géographique Protégée) concerne 200 communes autour de Beaumont-de-Lomagne et de Saint-Clar. Arleux, dans le Nord, se distingue par son fameux ail fumé. La promotion se fait aussi au niveau des régions, à l'image de l'ail d'Auvergne, avec Billom dans le Puy-de-Dôme en fer de lance.



Sept. à déc.
Janv. à avril



30 cm – 1 m



Bulbes



*L'entrelacement
de l'ail rose en
caïeux.*



L'ail suscite des jumelages entre cités productrices. Beaumont-de-Lomagne est ainsi associé à Monticelli d'Ongina dans la plaine du Pô, Saint-Clar dans le Gard à la capitale de l'ail américain, Gilroy, en Californie. De nombreuses confréries multiplient aussi les échanges au cours des fêtes et des foires, avec, par exemple, la confrérie de l'ail rose de Lautrec, celle de l'ail fumé d'Arleux ou celle de l'ail de la Drôme.

Le
saviez-
vous
?

Juin 2001, des nuées de papillons, volant à une vitesse de 25 à 30 km à l'heure, étonnent un certain nombre de Finistériens. La dernière invasion datant de 1938 n'est plus que dans la mémoire des très anciens... Poussés par les vents du sud-ouest en ce printemps chaud et humide, des *vanessa cardui* viennent d'Afrique du Nord. Communément appelés Belle-Dame ou *Painted Lady* par les Anglais, ces papillons ont une attirance particulière pour les chardons, ce qui leur vaut le nom de **vanesse des chardons**. Et comme l'artichaut est l'aboutissement, siècle après siècle, de croisements et de sélections du chardon sauvage, les chenilles des vanesses mettent alors en coupe rase les parcelles d'artichauts dans le Léon, terre d'élection du légume.

Signalé en Italie dès la Renaissance, l'artichaut rentre dans les menus royaux avec Catherine de Médicis. Louis XIV conforte son succès, si bien que La Quintinie en dénombre cinq variétés dans les jardins de Versailles. Mais pour connaître le gros camus de Bretagne, l'artichaut le plus consommé en France, il faut attendre le début du XVIII^e siècle. À cette époque, l'Institut de France, par sa section agriculture, justifie ainsi son appellation : « Son fruit est très aplati, ses écailles sont vertes, bordées d'une teinte rousse. Elles se terminent par une forte pointe. Elles se rapprochent du fond ou cul de l'artichaut, en décrivant la moitié d'un petit cercle, ce qui l'a fait nommer artichaut camus. »

Déjà essentiellement cultivé dans l'ouest de la France, cet artichaut camus reste devant le Castel et le Petit-Violet, la principale variété de la Ceinture dorée bretonne qui, du Conquet à Saint-Malo en passant par Saint-Pol-de-Léon et Paimpol, représente 75 à 80 % de la production française. Fleuron de la zone légumière bretonne, l'artichaut donne aussi son nom à la jacquerie qui secoue fortement la Bretagne puis le reste du pays dans les années 1960. Cette Guerre de l'artichaut née du refus des producteurs de vendre les artichauts au-dessous d'un prix plancher, se poursuivra par la prise de la sous-préfecture de Morlaix le 8 juin 1961. Elle fera d'Alexis Gourvennec, le leader paysan, un des symboles forts d'une Bretagne conquérante.



Juin à oct.



Jusqu'à 2 m



Inflorescence



« C'est le seul plat que quand t's fini de manger, t'en a plus dans ton assiette que quand t'as commencé. »
Coluche



Depuis longtemps, on sait que tout finit en chanson. Georges Brassens illustre joliment l'expression « avoir un cœur d'artichaut », héritière de l'ancienne maxime « il ou elle a un cœur d'artichaut, il y a une feuille pour chacune ou chacun. » À vous de chanter ou de fredonner *Embrasse-les tous*.

« Tu n'es pas de celles qui meurent où
Entrée libre à n'importe qui dans la
Cœur d'artichaut tu donnes une
Jamais de mémoire d'homme,
fréquenté. »

elles s'attachent...
ronde

feuille à tout le monde.
moulin n'avait été autant

Le
saviez-
vous
?

L'aubergine, originaire de l'actuelle Birmanie et du nord-est de l'Inde, se déplace au rythme des migrations des Perses et des Arabes. Logiquement, en Europe, l'Espagne musulmane sera la première à la connaître. Seulement mentionnée dès le ix^e siècle à Cordoue, elle est bien plus présente au xii^e siècle, toujours en Andalousie. Dans son livre de l'agriculture, l'agronome andalou Ibn al-Awam y consacre tout un chapitre, présentant différentes variétés aux couleurs blanches, violettes, pourpres et noires, les semis, la pratique de l'irrigation et... des recettes.

Appréciée en Espagne, l'aubergine souffre ailleurs d'une mauvaise réputation, celle dont souffriront aussi la pomme de terre et la tomate. Et cela, d'autant plus que ses fruits, bien plus petits qu'aujourd'hui, se rapprochent de ceux de la si redoutée belladone. Un temps qualifiée de **pomme de Sodome**, elle s'appelle aussi *solanum insanum*, celle qui est mauvaise à la consommation... au risque de rendre fou !

Elle gagne cependant la Provence et l'Italie à la fin du Moyen Âge, mais le reste de l'Europe ne la cultive que par curiosité ou comme plante d'ornement. Cela d'abord parce que, nécessitant une chaleur minimale de 12 °C, elle reste avant tout une plante méditerranéenne et qu'ailleurs elle ne peut être cultivée que sous serre. Remarquée par Louis IV, elle rejoint les jardins de Versailles sans que La Quintinie puisse en faire un succès. Délaissée complètement en cuisine, celle que l'on connaît surtout sous le nom de **béringère** est simplement classée dans le catalogue de 1769 d'Andrieux Vilmorin comme plante annuelle ornementale.

Un premier changement s'opère au moment de la Révolution. Faut-il y voir une influence de la troupe des Fédérés marseillais montés à Paris avec leurs senteurs provençales ? L'histoire ne le dit pas et ne retient que la Marseillaise, entonnée lors de leur entrée triomphale aux Tuileries, le 30 juillet 1792. Un peu plus tard, les Trois Frères Provençaux, le célèbre restaurant du Palais-Royal et Découfflé, le maraîcher, remettent l'aubergine à la mode. Et pourtant, il faudra encore patienter pour qu'au xx^e siècle, la ratatouille ne soit pas qu'un plat du Sud. Aujourd'hui, peu importe sa variété, sa couleur, sa taille ou son poids, l'aubergine, grillée, sautée, farcie, soufflée, en purée, en gratin, à la crème ou même au caviar, donne ses lettres de noblesse à la cuisine ensoleillée.



Juil. à sept.



60 cm à 1 m



Fruits



Avec ses fruits en forme d'œuf, elle est appelée egg-plant par les Anglais.



Implantée très tôt en Turquie, l'aubergine y était consommée grillée, au risque, par l'effet du vent, de déclencher des incendies qui ravagent régulièrement Istanbul à une époque où tiers entiers, étaient construites en cours de l'été, est resté dans les nom de « vent d'aubergine ».

cher des incendies qui ravagent régulièrement nombre de maisons, voire de quartiers. Ce vent, venant de la mer au mémoires collectives sous le

Le
saviez-
vous
?

Appelez-moi poirée

Tout part de la betterave maritime (*beta vulgaris*), qui se rencontre à l'état spontané sur le littoral méditerranéen et atlantique. Sélectionnée au fil des temps, elle donnera, d'un côté par les développements des racines, des betteraves potagères, sucrières ou fourragères et de l'autre, par celui des feuilles et des cardes (les pétioles très charnus), les bettes ou les poirées. La *beta* des Romains est considérée par Pline comme « l'aliment des gens robustes » mais l'auteur de *l'Histoire Naturelle* la juge peu courante. « Je ne me souviens pas d'en avoir vu servir », précise-t-il. Encouragée par Charlemagne dans le capitulaire De Villis, présente dans l'hortus (le potager) du monastère de Saint-Gall, l'abbaye bénédictine en Suisse, une des plus importantes d'Europe, la bette prend une tout autre dimension au fil des siècles. Dans la cuisine médiévale, la soupe de légumes et d'herbes reste le plat de base des classes laborieuses. Avec l'arroche, le pourpier, l'oseille et surtout le poireau, la bette en est l'ingrédient majeur. Si, les jours de gras, le pain trempé dans la porée - le nom de la soupe à l'époque - améliore l'ordinaire du peuple, les classes dominantes y ajoutent lard, tripailles et épices pour en faire un plat plus proche de notre ragoût.

Facile à cultiver et très prolifique, la bette, appelée aussi selon les régions **joutte**, **jotte**, **bette épinards** ou **bette à cardes**, reste importante aux yeux d'Olivier de Serres. « Cette potagère, écrit-il dans son *Théâtre d'agriculture*, tient rang entre les nécessaires et notables du jardin pour son utilité, pour son facile accroissement, par sa longue durée. » Dans son *Voyage à Paris* paru en 1698, l'anglais Listener constate encore son abondance sur les marchés. « En avril et mai, on trouve une quantité de bette blanche, légume dont nous usons guère que je sache, pour en faire du ragoût, les côtes sont larges et tendres et c'est de cela seulement que l'on se sert après avoir jeté les feuilles vertes. »

En soupe, poêlée ou accommodée à la crème ou avec un filet de vinaigre, elle continue son petit bonhomme de chemin jusqu'au ^{xx}e siècle où le consommateur la boude quelque peu. Il faut attendre les dernières décennies pour qu'elle participe au renouveau des légumes oubliés. Et comme l'affirmait un jardinier peu avare de jeux de mots, elle reprend du poil de la bette.



Juil. à nov.



30 - 50 cm



Feuilles et côtes



« Les côtes de bette, poirée ou blette, seront choisies grosses et tendres, coupées de la longueur de demi-pied. »
Olivier de Serres



Très curieusement, Jean-Baptiste de la Quintinie indique dans ses *Instructions pour les jardins fruitiers et potagers* qu'il apprécie aussi les poirées pour protéger les artichauts de la voracité des mulots : « Communément, on en replante des rangées parmi les artichauts, tant pour profiter de la place que pour y servir pendant l'hiver de nourriture aux mulots, qui sans cela rongeraient les pieds d'artichaut dont la perte est plus grande que celle des pieds de poirée. »

Le
saviez-
vous
?

Un succès tardif

Consommée aussi bien crue, râpée que cuite à l'eau, à la vapeur, au four ou encore sous la cendre, la betterave rouge a longtemps attendu avant d'être adoptée au XIX^e siècle par les jardiniers. Son apparition dans la langue française est d'ailleurs significative. Il faut attendre en effet le XVIII^e siècle pour que le mot soit créé en associant simplement bette, dont la betterave est directement issue, et rave qui désignait alors les plantes potagères cultivées pour leurs racines.

La betterave rouge était cependant mentionnée par les auteurs grecs et romains, mais en mettant l'accent sur ses vertus médicinales. Dans ses *Commentaires sur Dioscoride*, Pierandrea Mattioli, médecin et botaniste italien, sera le premier à rassembler bon nombre d'indications sur elle. « En Allemagne, écrit-il en 1558, il y en a de rouges et feuilles et racines lesquelles sont grosses comme des raves et sont si rouges qu'on estimerait leur jus être du sang. Les Allemands mangent leurs racines en hiver et les dépouillent de leur pelure, petit à petit, ils les mangent en salade avec un peu de poivre, tout ainsi qu'on fait des carottes... »

En France, Olivier de Serres prend le relais pour faire connaître celle qu'il appelle la **bette-rave**. « Une espèce de pastenade, laquelle nous est venue d'Italie il n'y a pas longtemps. C'est une racine fort rouge, assez grosse, dont les feuilles sont des bettes, et tout cela est bon à manger, le jus que la racine rend en cuisant est très beau à voir pour sa vermeille couleur. » Cinquante ans plus tard, Claude Mollet, le jardinier d'Henri IV et de Louis XIII, estimait cette « racine grandement excellente. Elle peut se servir en fricassée et en salade » (*Théâtre des plans et jardinages*, 1652).

Comme dans l'aristocratie, la betterave rouge mettra encore du temps pour gagner les jardins populaires. Ce sera largement fait au XIX^e siècle. Aujourd'hui, les jardiniers continuent à cultiver les variétés anciennes, en particulier la crapaudine à la racine allongée et conique et à la peau craquelée et rugueuse comme celle d'un radis noir. Ses aficionados peuvent aussi la retrouver sous le nom de **Petite négresse de Rennes** ou encore de **Rouge des Diorières**. À l'époque déjà, la betterave noire d'Égypte était considérée la meilleure. Quant à l'Amérique, qui a sans doute connu la betterave rouge dès les premières traversées de la colonisation, elle nous transmettait déjà ses variétés type Détroit.

 Jul. à déc.

 40 – 80 cm



 Racine



Consommée traditionnellement cuite, elle s'apprécie aussi râpée.



Saint-Benoit-sur-Loire, dans le Loiret, ville où vécut Max Jacob et où il fut arrêté en février 1944, est aussi la capitale française de la betterave rouge. Près de 50 % de la production nationale avec une quarantaine de producteurs, les deux tiers de la transformation avec cinq « cuiseurs » spécialistes du conditionnement sous vide se retrouvent dans la petite localité du Val de Loire, à une trentaine de kilomètres à l'est d'Orléans.

Le
saviez-
vous
?

Originale de l'Asie Mineure, la bourrache s'est naturalisée depuis belle lurette sous nos climats. S'est-elle répandue à partir de l'Espagne où elle était cultivée par les Arabes ? S'est-elle déplacée au temps des Croisés ? Les incertitudes demeurent et cela d'autant que, longtemps, bourrache et buglosse ont été confondues. La buglosse garde depuis son surnom de bourrache bâtarde. Toutes deux partagent celui de **langue de bœuf**, au regard de leurs feuilles couvertes de poils rêches.

Recherchée d'abord pour ses bienfaits médicaux, la bourrache est en effet d'une grande importance pour soigner les affections respiratoires : rhumes, bronchites, refroidissements. Traditionnellement considérée comme la plante sudorifique par excellence, elle a perdu un peu de son aura auprès des médecins. Mais se ressemant facilement, sa présence est restée très forte. Et c'est tant mieux pour tous les services qu'elle rend aux jardiniers. Ses feuilles aux poils urticants coupées et étalées sur les sols participent à l'éloignement des limaces et des escargots. Ses fleurs en étoile, allant du bleu au mauve, sont une bénédiction pour de nombreux insectes pollinisateurs : bourdons, syrphes, abeilles.

Quant à ses qualités alimentaires, La Quintinie, au temps du Roi-Soleil, la louait déjà comme plante d'assaisonnement. Au début du xix^e siècle, dans *À travers l'hygiène*. Guide précieux de la santé, Ribouveau la mettait en avant : « Bon nombre de familles, dans le Midi surtout, en font un plat dont ils disent merveille et qui remplace le plat d'épinards. Les fleurs servent aussi à orner les salades concurremment avec les fleurs de capucines. » La cuisine moderne ne fait que remettre au goût du jour les recettes d'antan !

La bourrache, même si elle garde toujours ses fleurs tournées la tête en bas, participe aussi à l'esthétisme du jardin. À redécouvrir cette description de Clémentine Louant, on ne peut qu'en être convaincu : « Dans un feuillage d'un vert gris, rude au toucher, comme une étoffe mal tissée, la bourrache ouvre une étoile, formée de cinq pétales pointus, irréguliers, retenus au centre par une griffe noire, et d'un bleu comme l'azur du ciel italien ou comme des yeux d'un enfant blond » (« Le jardin du curé », dans le journal *La jeune fille*, 1898).



Mai à août



20 - 60 cm



*Une très bonne
plante mellifère.*



Le nom bourrache viendrait de l'arabe *abûraq*, que l'on peut traduire par « Père la sueur ». Cette réputation de provoquer la sudation se retrouve dans son nom familier d'**herbe à la suée**. Et parmi les injures aujourd'hui oubliées. Ah ! Une bourrache, dans la langue du faubourg, s'appuyait sur la même référence pour signifier « Tu me fais suer ! ». Dans le même esprit, la bourrache devenait la cour d'assises où le prévenu transpire beaucoup et redoute autrement dit les jurés.

Le
saviez-
vous
?

Une pomme verte ou blanche

Aujourd'hui sur les étals des maraîchers ou des grandes surfaces, la différence entre chou-fleur et brocoli se fait d'abord sur la couleur. Le brocoli se distingue par sa pomme verte alors que celle du chou-fleur est habituellement blanche. En revanche, en consultant les écrits des semenciers au ^{xix}^e siècle, la confusion demeure entre les deux. « Le brocoli blanc de Roscoff, lit-on dans le catalogue Andrieux Vilmorin de 1883, est une excellente variété cultivée sur une très grande échelle dans le département du Finistère. Elle ressemble extrêmement au brocoli blanc tardif. C'est elle, qui chaque année, est apportée en si grandes quantités à Paris dès la sortie de l'hiver. » Et jusqu'aux années 1970, le producteur léonard continue à l'appeler brocoli. Mais, désormais, producteur et consommateur s'accordent pour qu'avec sa large inflorescence blanche, ce soit un chou-fleur.

Dans l'arbre généalogique des brassicacées, on peut considérer que le brocoli est le grand-père du chou-fleur. Création des Romains au ⁱ^{er} ou ⁱⁱ^e siècle avant notre ère, il se développe par la sélection des plus beaux spécimens de chou sauvage poussant sur le littoral méditerranéen. L'origine du terme brocoli est d'ailleurs la simple transposition de nom de pousses tendres et nombreuses que produisait le tronc du chou à la sortie de l'hiver. Ce n'est que par la suite qu'un long travail de sélection permettra de créer les choux-fleurs.

Il faut attendre le ^{xvi}^e siècle pour que les marins de Gênes, aux relations très suivies avec les pays du Levant, le fassent connaître en Italie par où il transite vers la France et les Provinces Unies. En 1600, Olivier de Serres confirme sa présence : « *Cauli-flori*, ainsi dicts des Italiens, encore assez rares en France, tiendront rang honorable pour leur délicatesse. »

Aujourd'hui, le chou-fleur est un des légumes emblématiques de la Bretagne. La douceur du climat, la qualité des sols, le sens de l'organisation des producteurs ont fait de la Ceinture dorée sa culture d'élection. Déjà en 1790, Cambry, dans son *Voyage dans le Finistère*, évoque sa culture autour de Roscoff et de Pont-l'Abbé où « le maire m'a dit avoir mesuré des choux-fleurs de 15 à 16 pouces de diamètre » (soit plus de 40 cm). Mais c'est surtout au début du ^{xx}^e siècle que le chou-fleur commence sa grande ascension en Bretagne, qui représente désormais plus de 80 % de la production nationale.



Avril à juin
Août à nov.



30 – 60 cm



Inflorescence



Entre chou et chou-fleur, le chou aujourd'hui le plus consommé.



La Quintinie, chargé de fournir en fruits et légumes la table de Louis XIV à Versailles, fait venir ses graines de chou-fleur de Chypre pour en produire au Potager du roi. Celui-ci l'appréciant particulièrement, les successeurs du jardinier royal en poursuivront sa culture. Quoi de plus naturel que Louis Signot, le cuisinier de sa dernière favorite la comtesse du Barry passe à la postérité en créant le velouté au chou-fleur Dubarry.

Le
saviez-
vous
?

Table des matières

Un potager extraordinaire	4
Légende des icônes.	7
Ail ♦ <i>Allium sativum</i> ♦ Garlic ♦ Kigenen.	9
Artichaut ♦ <i>Cynara scolymus</i> ♦ Artichoke ♦ Artichaod	11
Aubergine ♦ <i>Solanum melongena</i> ♦ Eggplant ♦ Berjinez.	13
Bette ♦ <i>Beta vulgaris</i> ♦ Chard ♦ Beotez.	15
Betterave rouge ♦ <i>Beta vulgaris</i> ♦ Red beet ♦ Beterabez ruz	17
Bourrache ♦ <i>Borago officinalis</i> ♦ Borage ♦ Kaol-garv.	19
Brocoli ♦ <i>Brassica oleracea italica</i> ♦ Broccoli ♦ Brikoli	21
Cardon ♦ <i>Cynara cardunculus</i> ♦ Cardoon ♦ Askolenn	23
Carotte ♦ <i>Daucus carota</i> ♦ Carrot ♦ Karotez.	25
Céleri rave ♦ <i>Apium graveolens rapaceum</i> ♦ Celeriac ♦ Ach-rabez	27
Chou de Bruxelles ♦ <i>Brassica oleracea gemmifera</i> ♦ Brussels sprouts ♦ Kaol-Brusel ..	29
Chou pommé ♦ <i>Brassica oleracea capitata</i> ♦ Cabbage ♦ Kaol-pome	31
Chou rave ♦ <i>Brassica oleracea gongylodes</i> ♦ Kohlrabi ♦ Kaol rabez.	33
Ciboule ♦ <i>Allium fistulosum</i> ♦ Welsh onion ♦ Sivolez	35
Conopode ♦ <i>Conopodium majus</i> ♦ Pignut ♦ Kokolodig	37
Consoude ♦ <i>Symphytum</i> ♦ Comfrey ♦ Skouarn-azen.	39
Coqueret du Pérou ♦ <i>Physalis peruviana</i> ♦ Cape gooseberry ♦ Alkantez-Pérou.	41
Cornichon ♦ <i>Cucumis sativus</i> ♦ Gherkin ♦ Kornichon.	43
Courgette ♦ <i>Cucurbita pepo</i> ♦ Zucchini ♦ Kourjetez	45
Crambé ♦ <i>Crambe maritima</i> ♦ Sea kale ♦ Kaol-aod	47
Cresson ♦ <i>Nasturtium officinale</i> ♦ Watercress ♦ Beler-dour	49
Crosne du Japon ♦ <i>Stachys affinis</i> ♦ Chinese artichoke ♦ Krosnez	51
Endive ♦ <i>Cichorium intybus</i> ♦ Witloof chicory ♦ Endivez	53
Épinard ♦ <i>Spinacia oleracea</i> ♦ Spinach ♦ Pinochez.	55
Épinard-fraise ♦ <i>Blitum capitatum</i> ♦ Strawberry spinach	57
Fenouil ♦ <i>Foeniculum vulgare</i> ♦ Fennel ♦ Fanouilh-torzhellek	59
Fève ♦ <i>Vicia faba</i> ♦ Broad bean ♦ Fav	61
Haricot blanc ♦ <i>Phaseolus vulgaris</i> ♦ Bean ♦ Fav-gwenn	63
Haricot vert ♦ <i>Phaseolus vulgaris</i> ♦ Green bean ♦ Fav-glas.	65
Laitue ♦ <i>Lactuca sativa</i> ♦ Lettuce ♦ Letuz	67
Lentille ♦ <i>Lens culinaris</i> ♦ Lentil ♦ Fer.	69
Lupin ♦ <i>Lupinus luteus</i> ♦ Lupin ♦ Piz-c'hwerv.	71
Luzerne ♦ <i>Medicago sativa</i> ♦ Alfalfa ♦ Geot-gall.	73

Mâche ◊ <i>Valerianella locusta</i> ◊ Lamb's lettuce ◊ Dousetez.....	75
Maïs doux ◊ <i>Zea mays</i> ◊ Sugar corn ◊ Maiz.....	77
Mélicot ◊ <i>Melilotus</i> ◊ Sweet-clover ◊ Melaouenn-velen.....	79
Melon ◊ <i>Cucumis melo</i> ◊ Melon ◊ Meloñ.....	81
Moutarde ◊ <i>Brassica sinapis</i> ◊ Mustard ◊ Sezv gwenn.....	83
Navet ◊ <i>Brassica napus</i> ◊ Turnip ◊ Irvin.....	85
Oignon ◊ <i>Allium cepa</i> ◊ Onion ◊ Ognon.....	87
Panais ◊ <i>Pastinaca sativa</i> ◊ Parsnip ◊ Panez.....	89
Pastèque ◊ <i>Citrullus lanatus</i> ◊ Watermelon ◊ Pastekez.....	91
Patate douce ◊ <i>Ipomoea Batatas</i> ◊ Sweet potato ◊ Patatez dous.....	93
Persil tubéreux ◊ <i>Petroselinum tuberosum</i> ◊ Parsley root ◊ Perisilh torzhellek.....	95
Petit pois ◊ <i>Pisum sativum</i> ◊ Pea ◊ Piz bihan.....	97
Phacélie ◊ <i>Phacelia tanacetifolia</i> ◊ Phacelia ◊ Fakelienn.....	99
Poire de terre ◊ <i>Smalanthus sonchifolius</i> ◊ Yacon	101
Poireau ◊ <i>Allium porrum</i> ◊ Leek ◊ Pour.....	103
Pois chiche ◊ <i>Cicer Arietinum</i> ◊ Chickpea ◊ Piz-sisez.....	105
Poivron ◊ <i>Capsicum annuum</i> ◊ Sweet pepper ◊ Skilbebr.....	107
Pomme de terre ◊ <i>Solanum tuberosum</i> ◊ Potato ◊ Avaloù-douar.....	109
Potiron ◊ <i>Cucurbita maxima</i> ◊ Pumpkin ◊ Potironed.....	111
Pourpier ◊ <i>Portulaca oleracea</i> ◊ Purslane ◊ Pipoul.....	113
Radis ◊ <i>Raphanus sativus</i> ◊ Radish ◊ Irvin-ruz.....	115
Raifort ◊ <i>Armoracia rusticana</i> ◊ Horseradish ◊ Riferzeier.....	117
Rhubarbe ◊ <i>Rheum rhaponticum</i> ◊ Rhubarb ◊ Rubarbez.....	119
Roquette ◊ <i>Eruca sativa</i> ◊ Rocket ◊ Roked.....	121
Sainfoin ◊ <i>Onobrychis viciifolia</i> ◊ Sainfoin ◊ Foenn-gall.....	123
Scarole ◊ <i>Cichorium endivia latifolium</i> ◊ Escarole ◊ Sikorea.....	125
Scorsonère ◊ <i>Scorzonera hispanica</i> ◊ Black salsify ◊ Sarsifi-du.....	127
Tagète ◊ <i>Tagetes patula</i> ◊ Marigold ◊ Roz-indez.....	129
Tanaisie ◊ <i>Tanacetum vulgare</i> ◊ Tansy ◊ Arwaz.....	131
Tétragone ◊ <i>Tetragonia tetragonioides</i> ◊ New Zealand spinach ◊ Pinochez-an-inizi.....	133
Tomate ◊ <i>Solanum lycopersicum</i> ◊ Tomato ◊ Tomatez.....	135
Topinambour ◊ <i>Helianthus tuberosus</i> ◊ Jerusalem artichoke ◊ Per-douar.....	137
Trèfle incarnat ◊ <i>Trifolium incarnatum</i> ◊ Crimson clover ◊ Melchon ruz.....	139
Bibliographie et webographie.....	140