

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

- 7 juin 2012 -

Le printemps continue comme il a commencé : un vrai temps pour les limaces ! On ne regrette pas l'investissement des mini-tunnels pour les fraises. Enfin, la pluie se montre tout de même bénéfique pour bien des cultures et les salades prospèrent. Vous trouverez donc tous une salade et une laitue, voire deux salades et une laitue dans vos paniers.

## Salade ou laitue ?

Plusieurs personnes nous ont posé la question. Comment faire la différence ?

En réalité, les laitues sont des salades resp. la plupart des salades sont des laitues.

La laitue désigne une espèce botanique (*Lactuca*) qui fait de la famille des composées, donc la même que les dents-de-lion, p.ex. Ces plantes ont un jus qui s'écoule lorsqu'on coupe les feuilles – cela rappelle le lait -> laitue.

On considère comme salade tout ce qui se mange en salade et on a mis le terme de laitue sur celles qui se prêtent à la cuisson, soit les laitues romaines, celles de Morges ou encore la laitue rouge. Mais rien ne vous empêche de les apprêter en salade : avec quelques rebibes de parmesan et un œuf dur coupé dessus, elles sont exquises et délicieusement croquantes sous la dent.

Enfin, rien ne vous empêche de cuire les « salades », puisque ce sont aussi des laitues, quoique la consistance sera plus molle.

Enfin, il y a encore d'autres plantes considérées comme salades car on a l'habitude d'en faire des salades : le rampon p.ex ne fait pas du tout partie de la même famille. Dans ce cas, il s'agit d'une valérianacée, vous l'aurez deviné : la famille de la valériane – mais pas d'effet calmant pour le rampon. Mais ce n'est pas la saison d'en parler.

Enfin, toute cette verdure se conserve au mieux dans un sachet humide au frigo (lavez –les avant afin de les débarrasser d'éventuels éléments indésirable car elle n'ont pas été cultivées hors sol dans des serres stérile).



*Laitue romaine*



*Salade (laitue) pommée*

## Nouveau forum sur notre site

Nous avons ajouté un forum sur notre site, vous pouvez donc nous poser vos question par l'intermédiaire de cet outil, ainsi nos réponses serviront à tous. On s'est dit que c'est aussi l'occasion d'échanger des idées ou des recettes entre vous.

Ce nouvel espace est à vous – nous nous réjouissons des discussions à venir !

Enfin, il nous reste quelques plantons de tomates. S'il y a des amateurs, ils sont à donner.

Je vous souhaite une bonne semaine

Liliane Rochat