



Voyagez sans vous déplacer grâce à votre potager!

Par: Albert Mondor

Vous êtes à la recherche de nouvelles saveurs et vous souhaitez donner de l'exotisme ainsi que de l'originalité à vos mets estivaux? En cultivant dans votre potager ou sur votre terrasse des plantes comestibles provenant de partout à travers la planète, vous pourrez vous donner l'impression de voyager sans avoir à vous déplacer!

Suggestions de plantes à ajouter à votre potager cette année!

Bok choi 'Purple Lady'



Crédit photo : Baker Creek Heirloom Seeds

Très facile à cultiver, le bok choi 'Purple Lady' se distingue de tous les autres cultivars par son feuillage pourpre très foncé. Croquant et savoureux, ce bok choi possède une coloration et une saveur incomparables qui donnent beaucoup de goût et une touche de couleur aux mets qu'il accompagne. Ce légume au goût riche est idéal pour la préparation de plats sautés au wok ainsi que pour les grillades et les salades.

Céleri chinois rose



Crédit Photo : Baker Creek Heirloom Seeds

Le céleri chinois rose est très apprécié dans la ville de Beijing, dans le nord de la Chine, où il est servi dans certains restaurants haut de gamme. En plus d'être particulièrement savoureux et nutritif, ce céleri présente de tiges roses qui sont un véritable régal pour les yeux! Le céleri chinois rose a la réputation d'être plus facile à cultiver que le céleri vert typique qu'on retrouve habituellement dans les épiceries.

Concombre des Antilles



Crédit photo : Shutterstock

Avec sa peau hérissée d'épines molles, voilà un légume pour le moins étrange qui ne laisse personne indifférent! Le concombre des Antilles produit de longues tiges rampantes ou grimpantes pouvant atteindre 2 mètres de longueur.

Le concombre des Antilles possède un goût rappelant celui du concombre avec une pointe légèrement sucrée. On peut le consommer cru ou cuit, mais sans la pelure, bien évidemment! Le concombre des Antilles peut être cultivé en pot comme en pleine terre, dans un sol riche et frais, dans un lieu très ensoleillé et chaud.

Coriandre vietnamienne



/mjardiner



/m.jardiner

Suivez nos Facebook live tous les samedis d'été à 9h00



Crédit photo : Prenn

Cette coriandre – qui est en fait une renouée – pousse à l'état indigène dans certaines régions situées dans la partie sud-est de l'Asie. Elle est couramment utilisée dans la cuisine locale du Viêt Nam, de la Malaisie et de Singapour pour aromatiser les soupes, les œufs de canard ainsi que les plats de volaille et de poisson. Son goût évoque celui de la coriandre typique mais avec une pointe poivrée. Cette plante tropicale apprécie les sols riches et humides, voire détrempés, et les emplacements mi-ombragés.

Cucamelon



Crédit photo : Albert Mondor

À mi-chemin entre le melon et le concombre, le cucamelon est le fruit produit par une plante grimpante qui atteint environ 1,50 m de hauteur. Très facile à cultiver, cette plante originaire du Mexique et d'Amérique centrale, déjà connue à l'époque des Aztèques, produit tout l'été une abondance de petits fruits vert grisâtre striés de vert foncé ressemblant à des melons miniatures.

Le goût du cucamelon rappelle celui du concombre avec une légère pointe d'amertume et, à l'instar de ce dernier, on peut le consommer cru, comme hors-d'œuvre ou en salade, ou le conserver dans du vinaigre à la manière des

cornichons. Mélangez des cucamelons entiers frais ou marinés avec des olives noires et présentez-les dans un bol pour accompagner l'apéro ou harponnez-les avec des cure-dents pour les servir avec votre cocktail favori! Le cucamelon se cultive à peu près de la même façon que les concombres, au plein soleil, dans un sol frais et riche en matière organique.

Épinard aztèque



Crédit photo : Albert Mondor

L'épinard aztèque produit un feuillage comestible dont la saveur rappelle celle des épinards. Ses fleurs peuvent être apprêtées comme le brocoli et ses semences utilisées comme le quinoa, dont il est d'ailleurs un cousin. Cette plante comestible originaire d'Amérique centrale prend une teinte rouge absolument spectaculaire à la fin de l'été et en automne.

Cette plante annuelle vigoureuse, qui atteint environ 120 cm de hauteur sur 60 cm de largeur, s'adapte facilement à divers types de sols. L'épinard aztèque peut être semé à l'intérieur en avril ou en pleine terre dès la mi-mai.

Piment 'Biquinho Iracema'



Crédit photo : Les Exceptionnelles

Les jolis fruits ronds orange foncé terminés par une petite protubérance de ce piment originaire du Brésil lui ont valu le nom portugais de *biquinho* ce qui signifie petit bec. Bien qu'il soit cousin du fameux piment Habanero, dont la saveur est particulièrement puissante et piquante, le piment 'Biquinho Iracema' produit des petits fruits croquants et savoureux dont le goût est plutôt doux. Idéal pour la culture en contenant, le piment 'Biquinho Iracema' fait environ 70 cm de hauteur et de largeur.

Poivron 'Gogosári'



Crédit photo : Jardins de l'Écoumène

Ce cultivar de poivron ancestral est cultivé depuis une centaine d'années en Bulgarie, en Hongrie ainsi qu'en Roumanie. Après la Deuxième Guerre mondiale, alors que l'agriculture communiste prenait son essor, d'autres cultivars ont été privilégiés, mais certains agriculteurs ont continué à produire ce poivron traditionnel.

'Gogosári' présente de curieux fruits côtelés et aplatis de couleur rouge pourpré. Ils possèdent une chair juteuse plus épaisse et croquante que celle de la plupart des autres variétés. Le poivron 'Gogosári' peut être mangé cru, en salade ou avec une trempette, sauté, farci, en conserve ou en marinade. Qu'il soit cultivé en pot ou en pleine terre, ce poivron exige beaucoup de soleil et de chaleur ainsi qu'un terreau riche et humide.

Albert Mondor, horticulteur et biologiste