

# La Gazette du Potager

Semaine 31



Saison 2017-2018

## Livraison de la semaine

- Chou rouge ou blanc
- Chou Kale en mélange
- Carottes en profusion
- Bons poireaux
- Garnitures diverses

**Notice !** Afin de ne pas compromettre le rythme de nos livraisons, nous avons du déroger à nos principes en complétant les paniers avec des légumes Bio de collègues. Le rythme de croissance restant très lent, nous avons du faire appel à Max Knecht, paysan BIO et à notre camarade Ahmed Kalkoul, maraicher certifié BIO pour notre panier de cette semaine. Nous comptons sur votre compréhension et souhaitons vous faire part de notre totale transparence à ce titre.

## Le légume de la semaine

Le poireau proviendrait du Moyen-Orient mais ses origines précises restent très floues. Il était déjà cultivé dans l'Égypte ancienne où il symbolisait la victoire : le pharaon Kheops en offrait à ses meilleurs guerriers. Les Romains l'appréciaient beaucoup. Le tristement célèbre empereur Néron en consommait en grande quantité pour adoucir ses cordes vocales. Cela lui valut le nom de « porrophage ». Il fut introduit en Grande-Bretagne par les Romains. Lors d'une guerre, les soldats gallois en avaient planté dans leurs chapeaux comme signe de reconnaissance. Cela leur valut la victoire. C'est ainsi qu'il devint le symbole du pays de Galles. Au Moyen Âge, il était souvent utilisé dans les soupes appelées « porées », d'où son nom actuel.

## **Le saviez-vous ?**

L'expression populaire « **poireauter** » nous vient du XIX<sup>e</sup> siècle. On disait alors « planter son poireau » pour dire qu'on attendait longtemps. Cette expression traduit à la fois l'image du poireau planté droit, immobile, et celle de la personne qui attend et qui « reste plantée ».

## **Dicton de la semaine**

" Si tu sème tes poireaux à la Sainte-Agathe, pour une graine tu en auras quatre."  
Populaire, France.

La Sainte-Agathe se fête le 5 février

## **Recettes**

### **Risotto aux poireaux**

#### **Ingrédients**

- 3 poireaux de belle taille
- 4 louches de riz à risotto (arborio)
- 1 cube de bouillon de légumes
- 1 vin blanc sec
- Parmesan râpé
- Beurre
- Crème fraîche

#### **Préparation**

1. Emincer le blanc des poireaux.
2. Faire fondre le bouillon cube dans 3/4 litre d'eau bouillante.
3. Faire fondre 25 g de beurre dans une casserole ou une sauteuse à revêtement anti adhésif.
4. Mettre les poireaux à étuver sans qu'ils brunissent (5 mn environ).
5. Ajouter le riz. Remuer et laisser le riz devenir translucide sur feu vif.
6. Ajouter le vin blanc et attendre qu'il s'évapore.
7. Ajouter le bouillon, baisser le feu, et attendre qu'il soit totalement absorbé (environ 20 mn).
8. A la fin, ajouter 3 cuillères à soupe de crème fraîche, du poivre et du parmesan râpé. Remuer la préparation, puis la laisser reposer 3 mn hors du feu, avec un couvercle. Goûter pour vérifier s'il est nécessaire de saler (le bouillon et le fromage l'étant déjà). Servir bien chaud.