



Panier de légumes du 14 mai

Le navet, à méditer...

On affirme généralement que le navet vient du bassin méditerranéen. Toutefois, plusieurs plantes potagères appartenant à la même espèce sont originaires de Chine. Il y aurait en fait plutôt deux lignées indépendantes pour cette espèce. La première viendrait d'Europe, d'Inde et d'Asie centrale et elle comprendrait le navet, le rutabaga et la navette (aujourd'hui appelée colza ou canola); la seconde proviendrait plutôt de l'Asie de l'Est, et comprendrait les nombreuses variétés de «chou chinois» cultivées pour leurs racines ou leurs feuilles.

Les Grecs et les Romains connaissaient de nombreuses variétés de navet. Au premier siècle de notre ère, Pline l'Ancien (23-79 après J.-C.) décrit, sous les noms de rapa et de napus, des navets de forme allongée, plate et ronde. À la même époque, le légume servait en France de nourriture tant pour les humains que pour les animaux d'élevage. Plus tard, il deviendra un aliment important des Anglais qui feront bouillir ou rôtir ses racines, cuiront ses feuilles et apprêteront ses jeunes tiges en salade. Le navet sera introduit en Amérique par Jacques Cartier en 1541.

Le terme «navet» est apparu au XIII^e siècle d'abord sous la forme «naviet» ; il vient de l'ancien français «nef», substantif masculin hérité du latin napus. L'usage en a été abandonné afin d'éviter la confusion avec «nef», substantif féminin signifiant «navire». Le terme «rutabaga», qui est apparu dans la langue en 1803, vient du suédois rottabaggar, qui signifie «chou-navet».

En Occident, le navet et le rutabaga n'ont jamais été très appréciés. Considérés comme des aliments de famine, tout juste bons pour les temps de guerre et les hivers maigres, ils ne seront guère consommés que par les classes les plus pauvres de la société. Rabelais, au XVI^e siècle, rappelle que si le « navet et la châtaigne venaient à manquer, le pays serait ruiné ».

La consommation de navets plonge ensuite peu à peu dans l'oubli avec l'avènement de la pomme de terre. Malgré tout, au cours du XIX^e siècle, le navet gagne en diversité et conduit à l'obtention de variétés plus tendres qui constituent aujourd'hui l'essentiel des produits présents sur nos marchés.

Le navet (long) apparaît parfois dans les haïkus japonais, comme dans cet exemple d'Issa :

L'arracheur de navets

Montre le chemin

Avec un navet

Sagesse orientale à méditer !

A cuisiner : chou pointu à la polonaise

Préparation : 15 mn

Cuisson : 20mn

Ingrédients :

- 1 chou pointu
- 2 oeufs durs
- 100 g de beurre
- 100 g de chapelure
- du persil haché
- sel, poivre

Préparation

Enlevez le tronc du chou et coupez-le en huit.

Faites-le suer dans la moitié du beurre. Versez un peu d'eau, couvrez et laissez étuver pendant 20 minutes.

Retirez le chou et dressez-le sur un plat allant au four préchauffé. Salez et poivrez. Faites fondre le reste du beurre et faites-y dorer la chapelure.

Répartissez sur le chou et passez au gril pour que la chapelure devienne croustillante.

Parsemez avec les œufs durs hachés et le persil et servez.

Bon appétit !