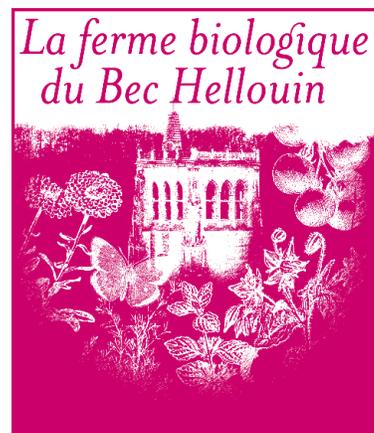


Panier de légumes du 19 novembre



Papiers SVP, contrôle de mesclun !

On raconte qu'au XIX^{ème} siècle, les Pères franciscains du monastère de Cimiez étaient si pauvres qu'ils n'arrivaient même pas à semer une rangée de laitue avec le même type de graine. Dans les jardins du monastère, surplombants Nice et la Baie des Anges, ils ramassaient au gré des récoltes quelques jeunes pousses de salade auxquelles ils mélangeaient de la roquette sauvage et du pissenlit qui croissaient sur le bord des allées pour les offrir aux habitants qui leur faisaient aumône.

La tradition est restée et le mesclun est devenu un leitmotiv de la culture gastronomique niçoise au même titre que le Pan Bagnat, la ratatouille ou la pissaladière.

Le mesclun tire son nom du mesclun *mesclar* qui signifie mélanger. C'est un mélange de jeunes salades typiquement niçois qui peut contenir laitue, feuille de chêne, scarole, romaine, frisée, batavia...

Le Mesclun Niçois—tel qu'il est défendu par les paysans du Comté de Nice et régi par la Répression des Fraudes (eh oui, on ne plaisante pas dans le Sud !) doit comporter au minimum 7 variétés de salades, dont obligatoirement de la roquette et du cerfeuil.

Aux saveurs multiples des laitues ou de chicorées s'ajoutent le plaisir de l'œil offrant une symphonie de rouge et de vert.

La composition du mesclun varie selon la saison et s'accommode des libertés de la nature. Ainsi, il arrive de trouver du pourpier ou des pousses d'épinard dans ce mélange, dans une variante de couleur tantôt sombre tantôt chatoyante.

Mais chaque paysan du Comté de Nice a son petit secret et selon la saison, la couleur, la maturité de la feuille ou le dosage des salades mélangées peut varier !

A cuisiner :

Purée de Courge, Salade de carottes au vinaigre et noisettes grillées

Ingrédients :

500 gr de Courge
300 gr de Carottes
150 gr de Beurre
0,15 cl de vinaigre de Cidre
0,15 cl d'eau
100 gr de Noisettes
70 gr de sucre
1 cuillère à soupe de sel
1 cuillère à café de Raz el Hanout ou Curry (épices)
Mesclun

Eplucher et tailler en gros morceaux la courge.

Mettre la courge dans une casserole, la recouvrir légèrement d'eau et ajouter le beurre.

Cuire à couvert avec une pincée de sel et l'épice choisie, jusqu'à ce que la courge soit cuite.

Cuire les carottes avec le vinaigre, l'eau, le sel et le sucre jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Torréfier les noisettes à la poêle (à feu doux).

Passer au moulin à légumes la courge.

Couper les carottes en deux, dans le sens de la longueur.

Mélanger le mesclun avec les noisettes encore chaudes, les carottes et une goutte d'huile de noisette.

Dresser la purée avec la salade, place à votre imagination pour la présentation.

Déguster.

Bon appétit !