



# Panier de légumes du 7 août

## Faire ses choux gras de quelque chose

À une lointaine époque, dans le bas peuple, chez les pauvres, lorsque les légumes étaient les ingrédients principaux des repas (la viande était réservée aux riches, les pâtes et le riz [1] n'étaient pas encore connus ou répandus), le chou en était un des plus courants : résistant, facilement cultivé, peu cher, il était autrement plus souvent présenté à table que de nos jours.

Mais un simple chou bouilli, s'il permet de se nourrir, n'est vraiment pas fait pour mettre l'eau à la bouche. Alors pour lui donner du goût, il était fréquent, lorsqu'on en avait, d'adjoindre à l'eau de cuisson une graisse animale comme du lard, autrement dit de rendre (faire) son chou (un peu) gras.

De là le premier sens de l'expression au XVe siècle : on se régalaient de ce bon plat qu'était le chou gras.

C'est surtout à partir du XVIIe siècle qu'elle a pris le sens de "en retirer profit". Pourquoi ? Parce que le chou était 'engraissé' comme l'est, au figuré, le portefeuille de celui qui retire du profit de ses bonnes affaires.

Et aujourd'hui, l'expression a souvent un sens péjoratif, le profit ou l'avantage étant supposé comme acquis au détriment de quelqu'un ou quelque chose.

[1] Malgré leur ancienneté, les premières ne commenceront à être importées en France qu'au XVIe siècle et le second n'est mentionné qu'à la fin du XIVe siècle en France et ce n'est qu'au XVIIe siècle qu'il commencera à y être cultivé.

# A cuisiner : aumônières de courgette

## Ingrédients

Par aumônière :

- 2-3 grandes feuilles de chou de Milan
- 50 g d'oignon blanc
- 60 g de courgette
- quelques dés de tomate (la chair seule)
- persil, sel, poivre

## Préparation

Blanchir les feuilles de chou.

Mixer ensemble l'oignon, le persil et la courgette.

Mélanger avec quelques dés de chair de tomate, le sel et le poivre.

Replier les 2-3 feuilles de chou sur la chair de légume obtenue.

Passer au four 10-15mn à 150°, avec un filet d'huile d'olive.

Bon appétit !