



Panier de légumes du 26 février

Pauvre rutabaga !

Découvert en Scandinavie à la fin du Moyen-Âge, le rutabaga serait à l'origine d'un croisement entre deux espèces, le navet et le chou frisé. Il a en effet l'aspect d'un navet jaune-vert à la base bien enflée avec un léger goût de navet et de chou. Le rutabaga dont les feuilles lisses ressemblent à celles du chou fut d'ailleurs souvent confondu avec le navet, dont les feuilles sont plus proches des feuilles de radis.

L'appellation de « rutabaga » est apparue pour la première fois en 1803. Désigné « rottabaggar » en Suède, il est aussi appelé « chou de Siam » au Québec.

Durant la dernière Grande Guerre, le topinambour et le rutabaga ont été parmi les rares légumes dégustés sans restriction. Car non réquisitionnés par l'Allemagne au titre des indemnités de guerre, comme l'était à l'époque la pomme de terre, dont la culture s'est retrouvée miraculeusement très marginale...

Ces circonstances, et le fait que certaines espèces de rutabaga sont destinés à nourrir le bétail, n'ont pas aidé ce malheureux légume quant à sa réputation !

Aujourd'hui, on le classe dans la catégorie des « légumes anciens oubliés ». Ce qui n'est pas tout à fait juste, car le rutabaga est arrivé en France au XVIIIe siècle seulement par la Scandinavie (pour comparaison, le chou-rave est connu chez nous depuis l'Antiquité...) et qu'il n'a été l'oublié que d'une génération, celle du baby-boom, pour reprendre ensuite vie dans les années 2000.

Enfin, notons que malgré sa mauvaise réputation, le rutabaga possède des valeurs nutritionnelles importantes. Il remplace avantageusement la pomme de terre dans de nombreux plats.

A cuisiner : soupe de topinambours et rutabagas

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 3 topinambours
- 1 gros rutabagas
- 2 carottes
- 2 pommes de terre
- 1 gros oignon blanc
- environ 12 cl de lait
- 1/2 noix de beurre
- sel et poivre
- noix de muscade râpée (facultatif)

Préparation :

- Pelez les légumes et coupez-les en dés de 2 cm.
- Dans un autocuiseur : faites revenir les légumes dans le beurre pendant 5-10 minutes.
- Recouvrez-les d'eau et faites cuire sous pression pendant 10-15 minutes.
- Récupérez les légumes et mixez-les.
- Faites-les réchauffer dans une casserole avec le lait.
- Ajoutez la noix de muscade.

Bon appétit !