



Rutabaga bio 500g

Anciennement appelé “chou de Siam”, le rutabaga est un croisement entre le navet et le chou frisé. Restriction oblige, cette plante potagère a été pendant la seconde guerre mondiale, un des aliments de base des Français, qui n’en ont pas tous gardé un bon souvenir...

Ce légume racine ressemble au navet en plus gros, mais il présente un collet plus fuselé, de couleur violacée ou verte, et une forme plus ronde.

De plus, ses feuilles sont lisses, alors que celles du navet sont rugueuses et poilues. Sa chair est jaune et offre une saveur prononcée qui rappelle ses cousins, chou et navet.

On peut servir le rutabaga cru ou cuit. Cru, il faut préférer des rutabagas jeunes, et de petites tailles, que l’on servira râpés en crudité ou en salades. Il faut cependant bien les éplucher car leur peau est épaisse.

En légume, le rutabaga peut être cuisiné à la vapeur, à l’eau, au four, à la poêle... Sachez que le temps de cuisson du rutabaga est plus long que celui du navet.

Le rutabaga est généralement intégré comme accompagnement dans des recettes de pot-au-feu ou de ragoût. Mais il accompagne aussi parfaitement les viandes telles que le canard, le porc, l’agneau... et se marie agréablement à d’autres légumes (poireau, oignon, carotte, navet, pomme de terre...).

On conserve le rutabaga cru de préférence dans un endroit sombre et frais. Dans le bac à légumes du réfrigérateur, il est possible de le garder jusqu’à 3 semaines dans un sac en papier. En vieillissant, il se déshydrate et se ramollit. Si le rutabaga est cuit, il se conservera quelques jours dans une boîte hermétique, mais son goût ira en s’accroissant.

Product Description
