

Poireau

On utilise généralement la partie blanche et on la coupe en anneaux

Très aromatique

Une légère saveur d'oignon glacé qui devient douce à la cuisson

Comme légume principal ou comme arôme d'appoint

Catégorie

Famille de l'ail

Valeur nutritionnelle

Riche en vitamines et minéraux
Pauvre en calories

Utilisations culinaires

Soupe
Bouillon
Plat au four

Conseil : une feuille flétrie ou atteinte peut être parfaitement retirée pour conserver un poireau fin.

Disponibilité

Disponible toute l'année en 5 cultures différentes :

- poireaux d'été ; tige longue et fine avec des feuilles jaune-vert et une structure fine
- poireau d'automne précoce
- poireau d'automne tardif
- le poireau d'hiver, dont la tige est plus épaisse et dont la couleur varie du gris-vert au bleu-vert
- poireaux de fin d'hiver

Stockage

Stockez les poireaux d'hiver dans le jardin, si nécessaire, couvrez-les de paille pour les protéger des dommages causés par le gel. Les poireaux récoltés peuvent être conservés pendant quelques semaines. De préférence dans un sac protégé contre le dessèchement.