

Artichaut

Cynara scolymus

:: Origine

Régions
méditerranéennes

:: Partie comestible

Bouton floral



:: Utilisation

Certaines variétés peuvent se consommer crues, mais le plus souvent on les mange cuites seules en vinaigrette ou accommodées dans des plats raffinés.

Un artichaut doit se choisir les feuilles bien serrées et cassantes sous les doigts. Si elles sont ouvertes, c'est signe que l'artichaut est trop mûr, qu'il est dur et que son foin, à l'intérieur, sera trop abondant.

Plante vivace