

Laitue romaine

Syn. : Chicon

Lactuca sativa var. longifolia

:: Origine

Régions
méditerranéennes

:: Partie comestible

Feuilles



:: Utilisation

Cette laitue se caractérise par la forme allongée de ses feuilles épaisses et croquantes. On les consomme en salade, mais on peut également les faire cuire en potage ou ajoutées à une jardinière de légumes.

Les Romains consommaient couramment de la laitue crue, assaisonnée d'huile et de vinaigre. Cette habitude ne sera reprise en Europe qu'au XVI^e siècle, après une longue période où elle ne sera servie que cuite, dans les ragoûts et les tourtes, le Moyen Âge voyant d'un mauvais œil les légumes crus.

Plante annuelle