

# Pois mange-tout

*Pisum sativum subsp. sativum*  
*var. macrocarpon*

## :: Origine

Régions  
méditerranéennes,  
Asie centrale, Ethiopie

## :: Partie comestible

Gousses, pousses



## :: Utilisation

Le pois mange-tout a une cosse plate et large, légèrement sucrée et ses graines sont de très petite taille. Il se cuisine entier et s'accommode à la façon des haricots verts. Les jeunes pousses de pois sont traditionnellement consommées en Asie. Elles sont ajoutées aux salades ou à peine sauter au wok.

*Le mange-tout apparaît sur les marchés français au début du XVII<sup>e</sup> siècle, en provenance des Pays-Bas.*

**Plante annuelle**