

# NOTRE PATRIMOINE VÉGÉTAL

Consommées 8 000 ans avant Jésus-Christ, les courges désignent de nombreuses espèces de la famille des Cucurbitacées. Dérivée du latin *cucurbita*, l'appellation «courge» a d'abord identifié des fruits en forme de gourde. Les voyages outre-Atlantique des Conquistadors ont fait connaître à l'Ancien Monde d'autres représentants de ce groupe qui en a alors presque perdu son latin (*maxima*, *moschata*, *pepo*, etc.) et son français (potiron, giraumon, courgette, courge d'hiver, citrouille, etc.).

Ces grands oubliés du potager, ne conviennent pas seulement pour la fête de l'Halloween où ils servent de fruits ornementaux. En effet, la diversité de leurs formes, de leurs couleurs et de leurs saveurs en font des fruits à usage multiple. Ayant fait leur entrée dans les cuisines vers 1950, leur utilisation culinaire ne cesse de se développer et d'être appréciée.

Je vous présente deux courges d'hiver qui font partie du groupe des potirons. Originaires d'Amérique centrale, quelques potirons furent introduits en Europe par Christophe Colomb qui avait vu les Amérindiens en consommer les graines.

## **Potiron turban** *Cucurbita maxima* *var. turbaniformis*

Considérée comme l'une des plus belles courges décoratives, ce potiron couronné produit un fruit à la chair sucrée et farineuse. La langue française lui a attribué beaucoup de noms communs : courge à turban, courge turban, courge giraumon, giraumon, bonnet turc, potiron turban, turban turc et enfin une appellation bien de chez-nous, citrouille iroquoise. Les appellations populaires bonnet turc et citrouille iroquoise rendent bien compte de la base ronde de ce potiron qui présente une boursoufflure rayée de vert coiffé d'un genre de turban orangé, parfois rouge, jaune, vert ou blanc. Les fruits, qui peuvent peser de 1 à 5 kg (2 à 11 lb), doivent être consommés deux mois après la récolte.



## **Potiron « Rouge vif d'Étampes »** *Cucurbita maxima* **« Rouge vif d'Étampes »**

Le potiron «Rouge vif d'Étampes» fait l'objet d'une importante consommation en France. De forme aplatie, ce gros potiron possède une chair orangée très appréciée en cuisine. Ce fruit, plutôt aplati que rond, évoque la forme du carrosse de Cendrillon. Le fruit est côtelé et peut mesurer jusqu'à 35 cm (14 po) de diamètre et peser jusqu'à 10 kg (22 lb). Dans nos régions, il vaut mieux partir nos plants de courges à l'intérieur en semant nos graines environ trois à quatre semaines avant de pouvoir rendre à terme le potiron «Rouge vif d'Étampes», il est préférable de canaliser l'énergie de la plante vers 3 ou 4 fruits.





### Caractéristiques des courges d'hiver

- les fruits sont utilisés lorsqu'ils sont mûrs alors que ceux des courges d'été le sont quand ils ne sont pas tout à fait parvenus à maturité ;
- les fruits se conservent longtemps (de 30 à 180 jours) contrairement à ceux des courges d'été qui doivent être consommés rapidement ;
- généralement les courges d'hiver sont plus volumineuses que les courges d'été ;
- la chair des courges d'hiver est épaisse tandis que celle de leurs cousines estivales est mince.

« Faisons de la terre un grand jardin pour ceux qui viendront après nous... » |