

Le concombre

Valeur sûre parmi les productions du potager, le concombre est présent sur les étals toute l'année.

Si, dans le Midi de la France, le concombre dit « épineux », légèrement hérissé de pointes et plutôt amer, garde des amateurs, il a cédé la place dans les autres régions à une variété, dite « hollandaise » qui a connu bien des améliorations. En effet, les productions actuelles ont une peau fine lisse et une chair quasi dépourvue d'amertume. Il n'est donc plus nécessaire de les faire dégorger. A l'intérieur, plus de graines dures comme autrefois, mais seulement leur trace. Tout est donc comestible.

Le choix est facile. Veillez seulement à ce que le concombre soit frais, c'est dire ferme et uniformément coloré, avec une peau brillante. Le poids idéal tourne autour de 500 g et indique une maturité optimale. Au-delà, il risque d'être un peu creux et moins croquant.

La préparation la plus courante se limite à le peler puis à l'émincer. Plus originale : la chair taillée en longs rubans avec un couteau économe forme, par exemple, de jolies « tagliatelles » végétales. Ou encore râpée, elle devient tendre, juteuse. Enfin, en billes obtenues avec une cuillère à boule, elle égaille les salades composées.

La cuisine concerne en majorité les entrées et l'associe notamment aux tomates, aux fromages frais de type feta ou mozzarella, au yaourt et à la crème fraîche, le tout réveillé de fines herbes. Il allège les salades à base de riz et se plaît aussi dans le gaspacho. Cuit à la vapeur ou sauté au beurre, il devient petit légume raffiné parfait pour escorter les poissons blancs, les saint-jacques poêlées ou le veau rôti.

Recette toute simple : salade corinthienne

Pelez un concombre, tranchez-le et mettez-le dans un saladier

Assaisonnez-le avec 3 c à soupe de crème, 1 c à soupe d'huile d'olive, un filet de jus de citron, du sel et du poivre.

Ajoutez 75 g de raisins secs et 1/2 bouquet de ciboulette ciselée.

Mélangez et servez frais.

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Proposé par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des sujets de la rubrique "Connaître" proviennent d'une collection de recettes de cuisine des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges.