

POIS GOURMAND



Famille : Fabacées

Nom latin : Pisum sativum var. macrocarpon

Encore un légume aux origines lointaines ! le pois cultivé dérive probablement du Pois des Champs qui pousse spontanément dans une grande partie de l'**Asie occidentale**. Cultivé depuis 8000 ans, il s'est propagé vers l'ouest (Europe) et l'est (Inde).

Parmi les nombreuses variétés de Pois, le Pois Gourmand, appelé aussi **Pois Mangetout**, cultivé en Europe depuis le 13ème siècle, est un des légumes **symbole du printemps** remarquable sa fraîcheur.

En effet, le Pois gourmand doit se récolter **jeune** et diffère des autres pois par l'absence, dans sa gousse, d'une membrane rigide appelé « parchemin ».

Tendre, frais, printanier le pois gourmand est une... **gourmandise** pour l'œil d'abord et pour le goût : le printemps est dans l'assiette !

Les **fleurs** de pois sont évidemment **comestibles**, ainsi que les **jeunes pousses**, couramment utilisées comme légume en Asie.



IDÉES RECETTES

** très jeune et très frais, il se mange cru en salade*

** indispensable dans une jardinière de légumes nouveaux (carottes, navets, onions, salades...)*

Saison

d'avril à fin mai

Recettes et +

[Voir les infos du blog >](#)

Catalogue

[Voir le catalogue des produits >](#)