LA TETRAGONE CORNUE

Tetragonia tetragonioides (Pallas)

Plante angiosperme-dicotylédone-caryophyllale
Famille: *Aizoaceae*, sous-famille des *Tetragonioideae*
Genre: *Tetragonia*
Origine: Nouvelle-Zélande, Tasmanie et Sud de l'Australie
Exposition: ensoleillée
Type de sol: frais, léger, profond, humifère
Type de végétation: cultivée en annuelle dans nos régions
Hauteur: plante rampante, peut atteindre 1 m

Semis: dès la fin avril, en pleine terre, lorsque tout risque de gelée est écarté, semer en poquet de 3 à 4 graines, à une profondeur de 2 à 3 cm, espacé de 70 à 80 cm, en rangs écartés de 80 cm. Avant le semis, faire tremper les graines 24h dans de l'eau tiède car la levée est parfois difficile. Pincer l'extrémité des tiges pour les obliger à se ramifier.

Elle ne semble pas avoir été régulièrement consommée par les populations locales mais suscita l'intérêt des naturalistes Joseph Banks, Daniel Solander et Herman Spöring qui la repérèrent à Botany Bay, en Nouvelle Zélande, lors d'une escale technique de l'Endovarior, au cours du premier voyage (1768-1771) du Capitaine James Cook aux Antipodes. Ils la ramenèrent en Angleterre et elle fait partie des collections du Jardin Botanique Royal de Londres depuis 1772.

Toutefois, ce fut les Forster, Père et Fils (Johann et Georg), lors du deuxième voyage du Capitaine Cook (1792-1795) qui, remarquant la similitude de ses feuilles avec celles de l'arroche, eurent l'intuition que cette plante pouvait, aussi bien que la précitée, améliorer l'ordinaire des équipages et lutter efficacement contre le scorbut.

En 1820, la tétragone cornue était cultivée aussi bien en France qu'en Angleterre et apparut dans les catalogues des semenciers aux USA vers 1827. Elle finit par revenir en Nouvelle Zélande comme plante cultivée.

Principales caractéristiques alimentaires pour 100 g de feuilles fraîches (25 KCal):

- teneur en glucides: 3 g,
- teneur en protéines: 2 g,
- riche en vitamine C et en vitamines B1, B2 et PP,
- riche en sels minéraux.

Feuille: alterne pétiolée, succulente, entière et triangulaire d'un vert foncé.
Fleur: hermaphrodite munie d'un hypanthium campanulé pétaloïde, solitaire, à l'aisselle des feuilles, de couleur vert-jaune.

Recette - Salade de tétragone au vinaigre balsamique

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500 gr de jeunes feuilles de tétragone
- 12 filets d'anchois à l'huile
- 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- eau
- poivre au moulin

Temps de préparation: 10 minutes
Temps de repos: 2 heures (marinade)
Total: 2 heures et 10 minutes
Matériel: 2 bols, 1 saladier

Préparation

1. Egoutter les anchois, couper les filets en carrés, les placer dans un bol et couvrir de vinaigre balsamique. Laisser mariner 2 heures au moins au réfrigérateur.
2. Peler la gousse d'ail et la couper en fines lamelles en retirant le germe, disposer les lamelles dans un second bol et les couvrir d'huile d'olive. Laisser mariner 2 heures, à température ambiante.
3. Laver les feuilles de tétragone et essorer. Les placer dans un saladier, filtrer l'huile afin d'en retirer l'ail et la verser sur la salade, mélanger puis ajouter les anchois et leur vinaigre de macération, tourner et servir.
4. Poivrer au moment de déguster.
5. Bon appétit!

D'après Légumes, les recettes de nos grands-mères; Elisabeth Scotto; Editions du Chêne

HAINAUT DEVELOPPEMENT
Agence de Développement de l'Economie et de l'Environnement de la Province de Hainaut
boulevard Initialis 22 - 7000 MONS
0800 15 500 (n° gratuit) - www.hainaut-developpement.be

Certifié ISO 9001 : 2008