

concombres

Même si plupart des gens considèrent le concombre comme un légume, il s'agit en fait d'un fruit. Ils contiennent des graines et poussent à partir des ovaires des plantes fleurissent. Les concombres font partie de la famille des cucurbitacées, qui comprend également les courges et les melons.

Comment poussent les concombres ?

Les concombres grandissent sur des vignes dans des champs ou des serres. Dans les serres, les plants de concombres sont ficelés de manière à pousser verticalement pour gagner de l'espace et obtenir une récolte saine. Les ouvriers passent en revue les cultures trois ou quatre fois par semaine, en enroulant la ficelle autour de la tige et en taillant le surplus de croissance pour que la plante se concentre sur la production de concombres plutôt que de feuilles.

Regardez cette vidéo de 2 minutes sur la culture des concombres de serre, réalisée par Canadian Food Focus - <https://canadianfoodfocus.org/on-the-farm/growing-greenhouse-cucumbers/>



Coin des blagues

- Q. Où vont les concombres pour un rendez-vous ?
 R. Au bar à salades
- Q. Comment un concombre devient-il un cornichon ?
 R. Il subit une expérience « jarring »

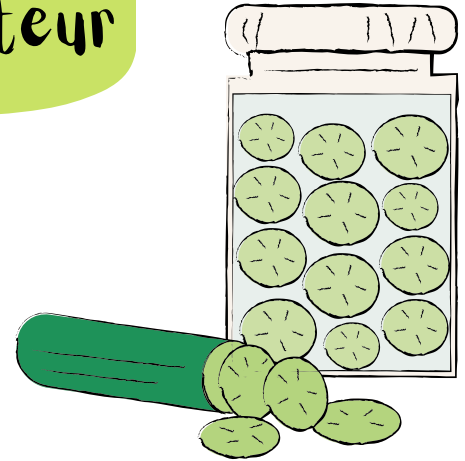
D'où viennent les concombres ?

Les concombres sont originaires de l'Inde, où ils ont grandi depuis au moins 3 000 ans. Les archives de la culture de concombres apparaissent en France au 9e siècle, en Angleterre au 14e siècle et en Amérique du Nord au milieu du 16e siècle.

Allons cuisiner !

Concombres marinés au réfrigérateur

Donne 1 pinte



Ingrédients

- 2/3 de tasse de **vinaigre** (n'importe quel type)
- 1/3 de tasse **d'eau**
- 1 cuillère à café de **sel**
- 2 à 4 cuillères à café de **sucre**
- 1 à 2 cuillères à **soupe d'assaisonnements** (voir notes)
- 1 1/2 tasse de tranches de **concombre**

Instructions

1. Dans une petite casserole, faites chauffer le vinaigre, l'eau, le sel et le sucre jusqu'à ce que le mélange frémisses. Remuez jusqu'à ce que le sel et le sucre soient dissous et retirez du chauffage.
2. Placez les assaisonnements dans le bas d'un bocal en verre propre de la taille d'une pinte. Ajoutez les tranches de concombre en les serrant bien les unes contre les autres. Laissez un espace d'environ 1/2 pouce dans le haut du bocal.
3. Remplissez le bocal avec le mélange de vinaigre chaud pour couvrir les concombres. Fermez le bocal avec un couvercle propre et mettez-le au réfrigérateur pendant 1 à 3 jours pour permettre aux saveurs de se développer.
4. Conservez les cornichons au réfrigérateur. Utiliser dans les 3 mois.

NOTES :

- Idées d'assaisonnements frais : basilic, coriandre, aneth, ail, gingembre, piment fort, oignon, origan, thym.
- Idées d'assaisonnements secs : feuille de laurier, céleri, graines de cumin ou d'aneth, piment séché, grain de poivre, épice à marinade, curcuma.
- Essayez ceci : 1 gousse d'ail, 1/8 de cuillère à café de flocons de piment rouge et 1 cuillère à café de graines d'aneth.

Consulté sur : <https://foodhero.org/recipes/refrigerator-pickled-cucumbers>

Saviez-vous ?

Peu d'aliments, comme on dit, sont aussi frais qu'un concombre. Les concombres sont composés à 95 % d'eau. Cela fait des concombres un excellent moyen de rester hydraté, surtout en été.

Quelle proportion du corps humain est constituée d'eau ?

- a. 20%
- b. 50%
- c. 60%

Réponse : c - le corps humain est composé plus de la moitié d'eau. Consommer suffisamment d'eau te permet de rester hydraté.