

Le bleuet des champs

1. Description du bleuet

Le bleuet est aussi appelé bleuet des champs. Il est entièrement bleu.

Le bleuet est une plante annuelle ou bisannuelle, aux tiges de couleur vert grisâtre, d'aspect velouté, aux fleurs bleues, parfois pourpres ou blanches. La floraison a lieu entre mai et juillet.

2. Symbolique

Le bleuet est une plante vraiment très fréquente en France dans les champs de blé et sa couleur bleue très visible l'a fait remarquer depuis longtemps. C'est donc devenu un symbole de la France.

Pour les Français, le bleuet est la plante symbolique de la première guerre mondiale, en référence à la couleur bleu-horizon de l'uniforme des Poilus. Pour les Britanniques, c'est le coquelicot qui tient ce rôle.

3. Utilisations médicinales

Au Moyen Âge, le bleuet servait à soigner les gens. Aujourd'hui, le bleuet n'est pas totalement inutile, il peut servir comme démaquillant, à soigner les douleurs des yeux ou les cernes...

C'est un adoucissant général. L'infusion de ses pétales

soulage les douleurs dans les articulations et les inflammations.

4. Utilisations culinaires

Certains thés sont faits avec des pétales de bleuet. Il est possible d'utiliser les pétales frais en décoration dans la nourriture et dans les desserts.

Questions :

Qu'est-ce que le bleuet peut soulager ?

Le bleuet est le symbole de quoi ?

De quelle couleur peuvent être les fleurs de bleuet ?

Le pois chiche

Le pois chiche était appelé autrefois pois bécu, en raison de sa forme de bec.

1. Description

C'est un pois de taille moyenne, rond et bosselé, de couleur beige et terminé en pointe. C'est une plante très parfumée qui contient des lipides et des protéines.

2. Culture

Sa culture est très importante d'un point de vue économique pour les populations locales.

Le pois chiche est cultivé dans les régions méditerranéennes. La production dans le monde est proche de 9 millions de tonnes.

3. Histoire

Il était la première source alimentaire 3000 ans avant J-C en Mésopotamie (Irak). A l'époque médiévale, c'était un aliment important pour les classes pauvres.

4. Utilisations

Le pois chiche est bon pour la santé : c'est notamment un remède pour des problèmes de digestion.

Il conserve sa forme à la cuisson, qui demande environ une heure dans l'eau bouillante. On le trouve dans les couscous, les falafels, le houmous (le houmous est une purée de pois chiche).

Questions :

Pourquoi le pois chiche était-il appelé pois bécu ?

Où est cultivé le pois chiche ?

Qu'est-ce que le houmous ?