Roquette

(Eruca vesicaria)

Annuelle aux feuilles ressemblant à celles des radis (d'apparence et de goût), mais lobées, et aux petites fleurs blanches à jaune foncé avec des veines violettes.

Les jeunes feuilles et les fleurs, au goût piquant, sont généralement consommées crues, en mesclun, sandwichs et/ou comme épice ; les plus anciennes dans les potées, sauces... ; Les graines sont utilisées dans les marinades, ou pour réaliser de la moutarde.

Semis en lignes distantes de 20-30cms ; situation ombragée et/ou maintient du sol frais (paillage, arrosages fréquents et copieux...), pour éviter la montaison, conserver des feuilles tendres et adoucir leur saveur.
Rusticité : -10/-12/-15°C

Notes :