

Boulghour aux pois gourmands

Bonjour à toutes et tous

En juin, quand potager fini son printemps en offrant aromatiques, fèves, petits pois, pois gourmands, c'est la période des plaisirs simples : une salade improvisée suite à un tour tardif dans le potager (...)

Balade Botanique – Au pays des Graminées (Juin 2024)

Bonjour à toutes et tous,

Alors que le printemps se termine, que diriez vous de partir en balade botanique découvrir les plantes de saison ? La fin de printemps est chaque année la période clé pour une certaine famille de plantes, les **graminées** (ou **Poaceae**). Qu'on les déteste pour leur pollen ou qu'on les aime pour leur ballet aérien, ces plantes sont bien plus variées qu'on imagine.

Alors, que diriez vous de partir à la découverte des différentes sous familles. ? Si le cœur vous en dit, chaussez vos baskets et venez ☐



Les graminées ou **Poaceae** font partie de la grande famille des plantes à fleurs (*Angiospermes*). Mais elles sont caractérisées par le « choix » d'une pollinisation **par le vent** et non par l'activité de pollinisateurs. De ce fait, elles n'ont pas eu besoin de développer l'attirail voyant des pétales colorés et ont réduit leur inflorescence au juste nécessaire. Un « épi », des étamines, du pollen, mais pas de grande couleur.

Ces *Poaceae* sont divisées en plusieurs *familles*, elles mêmes divisées en 51 *tribus* avec (ou pas) des signes assez distinctifs. Je vous propose de venir en balade botanique juin reconnaître quelques tribus courantes dans nos campagnes. A noter que pour les *Poaceae* de nos champs, n'hésitez pas à consulter [ce billet](#).

Bref, partons donc sur les bords des champs ☐

Les Triticum ou blés

Nous allons commencer par une tribu que nous connaissons tous pour en mettre régulièrement dans notre assiette : la tribu **triticum** ou des blés. Ce sont des plantes herbacées annuelles, aux tiges dressées, et aux inflorescences en épis linaires assez compacts. En cette saison vous pouvez voir le **blé** (dur) fleurir ou doré dans les champs.



Blé dur dans les champs

Les Hordeum ou Orges

La tribu des *Hordeum* (les orges), décrit des plantes herbacées, formant des touffes (=cespiteuses), qui se distinguent de la tribu des blés par des épillets groupés par triplets, un épi plutôt plat et une barbe prononcée (issue des épillets prolongés en arête = aristés). Dans les plantes courantes vous pouvez retrouver l'**orge cultivée** (*Hordeum vulgare*) (à gauche) ou l'**orge des rats** ([*Hordeum murinum L*](#)) des bords de route (à droite).



Orge cultivée



Orge des rats

Les Bromus

Rien à voir avec le métal. ;) La tribu des **Bromus** ou **Bromes** rassemble des plantes herbacées possédant une inflorescence en panicule plus ou moins lâche, des épillets plutôt grands et chargés en fleurs. J'en trouve plusieurs variétés dans ma campagne, entre le brome stérile (gauche) aux épillets aristés se terminant presque sur du rouge, ou le brome mou ([Bromus hordeaceus L.](#)), aux gros épillets bien chargés.



Brome stérile



Brome mou

Les Phalaris ou Alpiste

La tribu des **Phalaris** rassemble différentes espèces d'allure variées, mais on retrouve assez classiquement une inflorescence en panicule très dense vert-blanchâtre. Dans nos champs de blés, il n'est pas rare de croiser du **phalaris mineur**.





Les Poa ou Pâturins

Le genre des **Pâturins** ou *Poa*, rassemble des plantes herbacées annuelles ou vivaces, assez grandes (50 cm à 1m50), caractérisées par des inflorescence en panicules assez lâches et aériens. Je suis persuadée que vous en avez déjà croisé, en sauvage ou en ornemental dans les jardins. Dans les plus courantes, nous avons le **pâturin des prés**, aux inflorescences aériennes.



Pâturin des prés en fleur

Les Lolium (ou Ivraies)

Si vous avez déjà entendu l'expression « *séparer le bon grain de l'ivraie* », voici le genre de graminées à l'origine de l'expression. Les **Lolium** ou **ivraie** est un genre de graminées qui se reconnaît par une tige dressée, une inflorescence plate, des épillets alternes, et une forte tendance à squatter le bord des champs. Un ensemble ci dessous à côté d'un champ d'orge.



Ivraie

Les Anthoxanthum (les Flouves)

Changeons totalement de forme d'inflorescence avec *Anthoxanthum* (les **Flouves**). Ces plantes herbacées se distinguent par un port bien dressé et une inflorescence en épis contractés. Le nom de la famille vient scientifique du grec *anthos* (« fleur ») et *xanthos* (« jaune »), par allusion à ses fleurs jaunes après la floraison. Un exemple ci dessous avec la **flouve odorante**, qui parfume les foins d'été.



Flouve odorante en fleur

Les Dactyle

Celle là est une des plus facile à reconnaître dans notre balade botanique juin :). Les **Dactyle** désigne un genre de plantes herbacées, vivaces, souvent hautes, avec une touffe basse ultra dense et des épis bien dressés avec une forme de doigts (d'où « *Dactylis* signifie doigt). Il n'est pas rare de croiser par chez nous le **Dactyle aggloméré**, aux épis bien identifiables.



Dactyle aggloméré

Les Avoines

L'*Avena* ou **avoine** désigne quand à elle des plantes herbacées, vivaces, parfois en touffe et avec une inflorescence en panicule ouvert et lâche. Nous avons tous l'image de l'avoine de nos flocons ou encore de la *folleavoine* aux grandes inflorescences aériennes. Dans les prés, nous pouvons en croiser d'autres variétés comme cette **avoine dorée**, à l'inflorescence aussi bien ouverte.





Les Fétuques

Et nous allons terminer par les *Festuca* (fétuque), genre de graminées comprenant plus de 400 variétés, et généralement caractérisée par des inflorescences en panicule rameuse. Cette plante est souvent cultivée comme plante fourragère (ex : fétuque des prés) ou pour décorer les jardins (ex : fétuque bleue, fétuque rouge). Dans ma campagne, on peut aisément croiser de la **fétuque élevée**, qui se plaît partout grâce à son habileté à tolérer la sécheresse.



Et nous voilà à la fin de notre balade botanique juin au pays des graminées. J'espère vous avoir fait découvrir que sous le nom 'd'herbes » ces *Poaceae* ont plus de variété qu'elles n'y paraissent ☐

En espérant que la balade vous a plu, je vous souhaite un bon dimanche !

Sources de l'article

- <https://fr.wikipedia.org/wiki/Triticum>
- <https://fr.wikipedia.org/wiki/Dactylis>
- <https://fr.wikipedia.org/wiki/Avena>
- https://fr.wikipedia.org/wiki/Flouve_odorante
- <https://fr.wikipedia.org/wiki/Hordeum>
- <https://fr.wikipedia.org/wiki/Ivraie>

Salade de riz et aile de raie

Bonjour à toutes et tous

Nous avons un sacré pic de températures dans le Sud Ouest, qui nous rappelle très bien que l'été et ses (dangereuses) canicules arrivent. Avec ce pic, au revoir les petits pulls et les plats chauds, nous avons vite retrouvé les tee-shirt d'été et les salades fraîches.

Tour des roses – édition 2024

Depuis notre arrivée dans le Gers, je « travaille » à installer des rosiers voire même des *mini roseraies* un peu partout dans le jardin. Non pas que je sois une fan des rosiers, mais j'admire toujours leur floraison si colorée et si variée. En Mai, c'est souvent une explosion de couleurs, de formes et de subtilités.

Cette année, même s'il le soleil a manqué au bataillon, le spectacle c'est réveillé merveilleux. Les plantes s'installent de mieux en mieux, se chargent de plus en plus de fleurs, et le ballet devient presque féérique. Alors comme en 2023 ([par ici](#)), je voulais partager avec vous quelques photos de ces floraisons. Même nombres de ces photos n'ont pas été faites dans de bonnes conditions (entre la pluie et les déplacements pros..) j'espère que le spectacle vous plaira. Bonne journée !



Rose de provins (qui a le prix du plus beau rosier de l'année)

Dans les premiers venus..

Dans la roseraie initiale, de mi à avril a début juin, c'est un bal de floraisons de toutes couleurs qui a égayé les lieux.

Annoncer la couleur



Notre étonnant « *Rhapsody in blue* » a été parmi les premiers a offrir un ballet de fleurs :



Rhapsody in blue



Rhapsody in blue

En a suivi un concours entre tous les rosiers anciens « roses vives »



© Au Fil du Thym



Rose de Provins



Rose de Provins

Le superbe (et je crois *chouchou*) Variegata Di Bologna a fleuri pendant un déplacement professionnel, mais j'ai réussi à « attraper » deux trois photos de ses fleurs si élégantes.



Variegata Di Bologna



Variegata Di Bologna

Un petit jaune qui a du mal à s'installer mais offre toujours de belles fleurs





Un petit nouveau découvert dans un coin encore non nettoyé du jardin



Et « *last but not least* » , le ballet de ballerina et ses grappes de fleurs colorées.



© Au Fil du Thym

Ballerina

Dans la nouvelle roseraie

J'ai l'installé à l'automne dernier une autre « zone roseraie » dans le terrain, espérant à terme en faire une zone d'agrément. Même si les herbes de la prairie ont aujourd'hui recouvert l'ensemble, on peut apercevoir par-ci par-là les couleurs de ces jeunes rosiers. (A noter qu'ils sont aujourd'hui protégés par un grillage pour éviter de servir de friandises au chevreuils..)



L'orléanaise



Rose de Resht





En espérant que ces photographies rosiers vous auront plu, je vous souhaite une belle journée

Note : Pour ceux/celles qui se posent la question : à part Rhapsody In Blue, les rosiers viennent tous des [« rosiers anciens de la côte »](#), un couple d'amateurs vendant des variétés anciennes de rosiers adaptées au climat de l'Occitanie. Ils ont une collection démentielle !

Menus de saison – Juin

Un billet de recettes de saison pour agrémenter les menus juin. Des recettes faciles, variées pour ne pas être à court d'idées.

Salade de petits pois, fèves, pomme de terre, menthe (du potager)

Bonjour à toutes et tous,

La fin mai – début juin est une période que j'adore au potager car elle marque le début de la profusion de légumes primeurs comme le début de la pousse frénétique des tomates et courgettes. En cette période, il me faut y passer tous les 2-3 jours pour collecter avec bonheurs nos légumes de fin de printemps que sont les [fèves](#), [petits pois](#), voire pour les plus audacieux, quelques pommes de terre nouvelles. C'est à l'issue d'une de ces récoltes que m'est venu l'idée de cette recette. Vous reconnaîtrez dans le titre les légumes cités auparavant.

□

A petits légumes de printemps, nécessité d'une bonne « sauce » pour accompagner tout cela. Les odeurs de menthe fraîche dans le potager ont vite orienté vers cette saveur. Puis pour rester dans la fraîcheur, une sauce fromage blanc semblait tout à fait appropriée. Légumes préparés, sauce onctueuse, cela promettait du bonheur dans l'assiette. Bonheur qui s'est d'ailleurs vite retrouvé et qui a été partagé par tous. C'est frais, c'est un peu croquant avec les légumes, c'est onctueux

avec la sauce. La salade fait son repas à elle toute seule.

J'avais donc envie de partager avec vous cette salade petits pois fèves (& co) issue du potager. Elle peut paraître un peu longue à préparer seule, mais si vous groupez la préparation des légumes avec d'autres recettes de saison, vous verrez, ce n'est que de l'assemblage. J'espère en tout cas que cela vous plaira. Bonne journée !

- SALADE PRINTANIÈRE -
PETITS POIS, FEVES
POMMES DE TERRE



Recette : Salade petits pois, fèves, pomme de terre et menthe

Saison de la recette : Mai – Juin

Temps de préparation : 40 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes en entrée, 2 en plats

- 200 g petits pois (écossés, soit environ 350-400 g de gousses)
- 200 g fèves (écossées, soit environ 500 g de gousses)
- 3-4 pommes de terres (environ 500g)
- 120 g de fromage blanc
- 2 brins de menthe (une vingtaine de feuilles)
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- Facultatif 2 cuillerées à soupe de jus de citron
- sel, poivre

Réalisation

- Préparation des fèves : épluchez les gousses, faites bouillir les fèves 1 minute dans de l'eau bouillante salée puis retirez la peau. Faites les re-cuire 5 minutes dans de l'eau bouillante salée et égouttez.
- Préparation des petits pois : épluchez les gousses, puis faites cuire les petits pois 8-10 minutes dans de l'eau bouillante salée. Egouttez et réservez.
- Préparation des pommes de terre: Lavez les pommes de

terre, puis faites les cuire jusqu'à ce qu'elles soient fondantes. Epluchez et coupez les en cubes de 1 -1.5 cm de côté puis réservez.

- Lavez et émincez la menthe.
- Dans un bol, mélangez le fromage blanc, huile d'olive, les 2/3 de la menthe, sel et poivre (et si vous appréciez l'acidulé, le jus de citron).
- Placez l'ensemble des ingrédients dans un saladier avec la sauce, mélangez bien pour enrober puis parsemez du reste de menthe.
- Servez cette salade petits pois fèves (et co) très fraîche.

Astuces :

- Pour accélérer la réalisation de la recette, n'hésitez pas à utiliser des pommes de terre, précuites pour une autre recette, de même pour les fèves et petits pois.
- *Variante* : le fromage blanc peut être remplacé par du yaourt à la grecque. La menthe peut être remplacée par de la ciboulette.



© Au Fil du Thym

Salade petits pois fèves pomme de terre et menthe

Semoule au lait (facile)

Bonjour à toutes et tous,

Les petits desserts en verrine préparés en 5 minutes font partie de mes incontournables cuisine et en particulier des sessions batch-cooking.

Balade Botanique – Le plateau du Guilhaumard (début mai 2024)

Bonjour à toutes et tous, Alors que le mois de Mai avance, que diriez vous de partir en balade botanique ? Et je vous propose de changer de terrain de jeu pour partir dans un des coins de France reconnu des Orchidophiles amateurs;