

Scorsonère (*Scorzonera hispanica*)

Astéracées vivace cultivée comme annuelle ou bisannuelle

Présentation : Est-ce parce que la scorsonère tache les mains à l'épluchage qu'elle est boudée depuis quelques décennies ? Heureusement, les jardiniers collectionneurs et les grands chefs redonnent vie à ce légume racine sain et exquis.

Un peu d'histoire : On appelle parfois « salsifis noir » la scorsonère, ce qui entretient la confusion, alors que les deux plantes ne sont que cousines : elles font simplement partie de la même famille, les Astéracées. La scorsonère serait née au Caucase, mais son origine n'est pas vraiment définie. Une chose est sûre : elle n'est pas venue d'Espagne, comme pourrait le faire croire son nom latin : *Scorzonera hispanica*. Les Grecs et les Romains l'employaient comme plante médicinale, pour améliorer le transit intestinal, traiter les problèmes cardiaques, soigner la peste et contre le venin. D'où, peut-être, l'origine de son nom, car en espagnol « escorzonera » veut dire reptile.

Plus près de nous, Au XVII^e siècle, elle apparaît pour la première fois à table et y remplace le salsifis, alors plus connu. La Quintinie, le jardinier de Louis XIV l'aimait particulièrement : « c'est une de nos principales racines, admirable cuite, soit pour le plaisir du goût, soit pour la santé du corps ».

De nos jours, la scorsonère fait partie de ces légumes oubliés qui reviennent sur le devant de la scène, avec souvent une confusion : certains vendeurs de fruits et légumes ne savent pas faire la différence entre scorsonère et salsifis.

Origine : Europe méridionale.

Autres noms : scorsonère d'Espagne , salsifis d'Espagne, salsifis noir, écorce noire, cressonère, corsionère, corsonèle, écorsnère.

Description : Plante herbacée dont la tige florale atteint plus d'1 m de haut, elle est ramifiée sauf à la base. Les feuilles lancéolées, oblongues, raides, partent du collet. Elles sont plus larges que celles du salsifis. Les fleurs en capitules solitaires, jaune vif, au sommet des rameaux, fleurissent la deuxième année de culture, de mai à septembre. Elles ressemblent aux fleurs de [pissenlit](#). Les longues graines sont blanches parfois légèrement brunes, lisses, pointues à un bout et arrondies à l'autre. La racine cylindrique, droite, charnue, pivotante, longue jusqu'à 30 cm, est noire..

Ne confondez pas scorsonère et salsifis. La première est noire, le second est blanc. La scorsonère est vivace, bien que souvent cultivée en annuelle ou bisannuelle, le salsifis est bisannuel. Leur goût est très proche.

Sol et exposition : Culture dans un sol : frais, ameubli, profond, souple, léger, riche en humus. En terre caillouteuse ou mal travaillée, les racines deviennent fourchues. Climat tempéré et exposition ensoleillée.



Multiplication : Le semis se fait le plus souvent de mars à mai, pour une culture en annuelle. On peut aussi semer en septembre pour récolter l'année d'après, les racines seront plus grosses et plus longues. tout en sachant qu'on peut la traiter en vivace quelle que soit la date du semis. Semer quelques graines tous les 8 cm, à 2 cm de profondeur, en espaçant les rangs de 30 cm. Pour favoriser la levée, arrosez le fond des sillons, avant de semer. Rebouchez soigneusement, tassez bien et arrosez.

Lorsque les plantules ont 4-5 feuilles, éclaircir. On peut aussi semer en septembre pour récolter l'année d'après, les racines seront plus grosses et plus longues.

On trouve parfois des plants sur le marché ou en jardinerie.

À la plantation (en avril ou mai) respectez une distance de 25 cm environ entre chaque plant et chaque ligne. Arrosez et paillez aussitôt.

Incidences de la lune : Effectuez les semis lune décroissante et descendante et en jours lunaires en Capricorne, Taureau ou Vierge.

Nombre de graines au gramme : 100

Durée germinative : 2 ans

Levée : 15 à 20 jours

Température de germination : 15°C environ.

Entretien : Les binages et les sarclages sont nécessaires. Maintenez le sol frais pour les semis, et éclaircissez lorsque les plantules ont 4 ou 5 feuilles, à 20 cm. Paillez pour conserver la fraîcheur, et arrosez en cas de grosses chaleurs.

La scorsonère a tendance à monter parfois rapidement dès la première année, surtout si elle a soif. Coupez les hampes florales dès leur apparition, pour que les racines puissent grossir. La scorsonère peut rester jusqu'à 3 ans en terre, voire 4 ans.

Fin novembre, recouvrez les plants d'un paillage de feuilles sèches afin de faciliter l'arrachage et les protéger du gel.

Fertilisation : normale à la fin de l'automne ou au début du printemps avec un engrais naturel et du compost.



Rotation des cultures : ne pas les mettre au même emplacement avant 4 ou 5 ans.

Bons mariages : Il n'y a pas meilleure voisine !

Durée de culture : 7 à 8 mois minimum, pouvant aller jusqu'à 4 ans

Variétés : Noire de Russie, Lange jan, Géante noire annuelle.

Rusticité : Bien que rustique, il est préférable de couvrir le sol, ne serait-ce que pour pouvoir les récolter l'hiver.

Récolte : La récolte des scorsonères se fait d'octobre à mars, au fur et à mesure des besoins. L'arrachage est délicat :

Sortez les racines à l'aide d'une fourche-bêche en faisant attention à ne pas les abîmer. Si votre sol est un peu lourd, le mieux est de creuser une tranchée latérale et de faire basculer les plantes.

N'oubliez pas que ce légume est vivace : laissez quelques pieds en terre, voire la moitié. Les racines vont grossir et vous les ramasserez l'hiver suivant.

Conservation : en place. Arrachées, les racines se conservent 2 à 3 jours au frais ou plusieurs mois enfouies dans du sable à la cave

Vous pouvez également les blanchir et les congeler.

Rendement moyen : 15 à 30 kg pour 10 m²

Utilisations : La scorsonère se marie avec à peu près tout, et se déguste aussi bien crue, râpée et assaisonnée d'huile d'olive et de jus de citron, que cuite, en soupe, en gratin, en purée, au beurre ; en

béchamel ;sautées ;en salade ;frites ;en beignets, etc. En accompagnement d'une viande ou d'un poisson.

Si vous les achetez fraîches, il est important de bien laver et gratter les racines, afin de retirer toute trace de terre.

: Pour un repas de fête, les scorsonères se marient à merveille avec du crabe, des coquilles Saint-Jacques ou du saumon. Les jeunes feuilles, au goût de noisette, peuvent se manger crues, en salade.

Goût : Doux, un brin sucré,

Produire ses graines : Les graines se récoltent la deuxième année de semis ou de plantation, sur de beaux sujets sélectionnés pour leur vigueur et tuteurés au printemps et lorsque les graines brunissent, en juillet ou août : couper les capitules, récupérez les graines en les battant et séchez-les à l'ombre, les nettoyer et les conserver au frais, à l'abri de l'humidité,dans des enveloppes de papier.

Maladies et traitement : La scorsonère craint particulièrement l'oïdium et la [rouille](#) blanche. Le purin d'ortie en viendra à bout.

Propriétés : Le salsifis constitue une intéressante source de fibres alimentaires. Une alimentation riche en fibres, en plus de prévenir la constipation et de diminuer le risque de cancer du côlon, peut contribuer à la prévention des maladies cardiovasculaires, ainsi qu'au contrôle du diabète de type 2 et de l'appétit Elle contient également de nombreuses vitamines et des sels minéraux

Sources :

Terre vivante- René Vigan

Rustica - Internet

Tout les légumes V. Renaud