

Histoire de légumes : les [chicorées](#)

« Pour moi, les jolies fleurs de la chicorée — celles qui enjolivent les prés et bords de routes dès juillet ! — sont à jamais liées au pianiste de jazz réputé, Chick Corea. »

C'est grâce à la similarité phonique de ces deux noms que j'ai retenu celui de la fleur à mes débuts en horticulture ; l'amalgame est, ma foi, assez réussi !

Qu'elles soient sauvages ou cultivées, les variétés de chicorées sont nombreuses et diversifiées. Les horticulteurs distinguent 2 grands groupes :

La chicorée endive

L'[endive vraie](#) (*Cichorium endivia*) pousse à l'état naturel en Europe (sauf en Laponie), autour du bassin méditerranéen, dans le nord de l'Afrique, dans le sud de la Russie et en Asie occidentale.

- Ses feuilles disposées en rosette sont entières et glabres.

La [chicorée frisée](#) (*var. crispum*) représente l'une des variétés les plus cultivées. À partir de celle-ci, plusieurs cultivars ont été sélectionnés au fil des âges, notamment :

- La fort ancienne [Très fine maraîchère](#), originaire de France, et dont les feuilles sont très finement découpées ;
- La plus récente [chicorée frisée Bellesque](#) développée dans l'État de Washington aux États-Unis par l'hybrideur John Navazio et dont le feuillage très frisé a une saveur plutôt douce rehaussée d'une pointe d'amertume.

La [chicorée scarole](#) (*var. latifolium*) donne de grandes feuilles de texture croquante qui forment une pomme bien ferme. Une fois cueillie, celle-ci se conserve bien.

- La [chicorée scarole Batavian](#), issue de la section des [chicorées batavias](#), est une sélection hâtive qui forme une belle pomme verte au cœur blanc verdâtre.

La chicorée sauvage

Aussi appelée chicorée amère (*C. intybus*), elle partage le même territoire naturel que l'endive vraie. L'espèce sauvage est naturalisée en **Amérique du Nord**. C'est pourquoi on l'observe au bord des routes et dans les champs en friche au Québec où elle fleurit de juillet à septembre!

Contrairement à la chicorée endive, ses feuilles sont recouvertes de petits poils (on dit qu'elles sont pubescentes) et leur goût est nettement plus amer qui lui a donné son nom!

Les chicorées italiennes, ou *radicchio*, sont issues de l'espèce *C. intybus*. Elles ont pour origine des sélections faites par les maraîchers de la région de Venise au 16e siècle. Leurs feuilles sont le plus souvent rouges ou pourpres nervurées de blanc. *Radicchio*, qui signifie petite racine en italien, leur vient du fait que les racines sont hypertrophiées par rapport à celle des chicorées endives.

- Les horticulteurs distinguent les chicorées italiennes de *Trévise*, de *Vérone*, de *Chioggia*, de *Fluctuegato di Castelfranco* qui ont toutes un goût plus ou moins amer.
- Les pommes compactes de la chicorée sauvage Palla Rossa, de type *Chioggia*, aux feuilles rouge carmin nervurées de blanc, sont très recherchées pour les salades,
- Les longues feuilles dentées de la chicorée sauvage Catalogna, de type *Chioggia*, ressemblent à s'y méprendre au pissenlit! Les Italiens sont friands de ses feuilles crues ou bouillies

Des utilisations particulières

Les racines de la chicorée endive de la variété *foliosum* sont cultivées en champs puis sont forcées à la noirceur pour donner les endives que l'on appelle aussi chicons. L'origine de sa culture est attribuée à un maraîcher de Bruxelles, *M. Bresiers*, vers 1850. Celui-ci a recouvert par inadvertance la base des racines de chicorée de terreau. Les **chicorées Witloof**, mot qui signifie à feuilles blanches en flamand, étaient nées.

La chicorée industrielle, la variété *sativum* de **chicorée sauvage** est cultivée pour sa racine depuis le 11e siècle. On fait un **substitut au café** qui redevient à la mode depuis quelques années. Les racines sont mises en petits blocs, que l'on appelle cossettes, puis séchées, torréfiées et finalement concassées avant d'être infusées.

En Europe, durant le Moyen Âge, la **chicorée sauvage** était réputée pour ses *vertus médicinales* qui aidaient à *soulager divers troubles digestifs*. Encore aujourd'hui, on reconnaît à cette plante la capacité **d'améliorer le métabolisme et de soutenir le système immunitaire**.

Leur culture

La semence de chicorées demande de la **chaleur pour germer**, soit de 18 à 20 °C, mais par la suite elles s'accommodent aussi bien de la chaleur que de températures plus fraîches. C'est pourquoi on les cultive en été, et aussi comme **récolte d'automne** avec un semis à la fin juillet ou au début août.

Elles préfèrent un site **ensoleillé**, mais s'adaptent aussi à la mi-ombre. Elles poussent dans un **sol meuble et moyennement riche** d'une bonne profondeur, qui bénéficie d'un bon drainage.

En **climat assez chaud**, le semis se fait directement au jardin en mai et en juin dans un sol assez réchauffé. Si le **climat est plus froid**, on sème à l'intérieur et on repique quand le sol est assez chaud. Les graines, semées en surface, germent en 5 à 7 jours. Pour une bonne germination, ces légumes-feuilles ont besoin d'un sol bien humide. Après la levée, on procède à un éclaircissage. Quand les plants ont 2 ou 3 feuilles vraies, on peut réduire les arrosages. Le semis de fin de saison se fait dans les mêmes conditions.

Afin d'en **réduire l'amertume** et d'obtenir des feuilles plus tendres, on fait blanchir le cœur des chicorées frisées, parfois des scaroles. Une dizaine de jours avant la récolte, on couvre le cœur de la plante avec un pot en terre cuite ou tout autre récipient opaque. Il est parfois recommandé d'attacher les feuilles ensemble 2 semaines avant la récolte. Si cette pratique est valable, il faut faire attention au risque de pourriture et à la présence de limaces. On continue à arroser si la plante le demande. Si l'on souhaite s'éviter ce travail, on sélectionne des variétés dont le cœur blanchit naturellement.

Ses **compagnes préférées dans le potager** sont les *choux de Bruxelles*, les *choux-fleurs*, les *choux-raves*, les *laitues*, les *navets*, les *oignons*, les *poireaux*, les *pois* et les *rutabagas*.

Les **récoltes** commencent à partir du moment où les plants sont bien développés. On prélève les feuilles situées à l'extérieur du plant sans couper le cœur. Quand la pomme est bien formée ou que la plante est bien développée, on récolte en sectionnant le plant au niveau de la racine.