



1 2

RÉCOLTE

*Tout petit, tout beau, croquons le minilégume !*

DANS LA PLAINE DU ROUSSILLON, PRÈS DE PERPIGNAN, LA FAMILLE SALES S'EST SPÉCIALISÉE DEPUIS PLUS DE VINGT ANS DANS LA CULTURE DE LÉGUMES DE TAILLE MINIATURE, À DÉCOUVRIR EN PLEIN CHAMP AVANT DE LES DÉGUSTER EN GASPACHO OU EN COUSCOUS !

REPORTAGE AURÉLIE LAGLANTINE - PHOTOS FRANCK BEL

**1 et 5.** Les semis de carottes sont effectués très denses sur des buttes, avec une grande précision.

**2.** Les petites carottes passent en hiver environ 4 mois en terre, à peine plus de 2 en été. Il faut une grande régularité dans le mode de culture et une terre bien préparée pour obtenir de belles petites carottes bien droites.

**3.** À croquer, les minipoivrons !

**4.** Pour effectuer un premier tri parmi les minicarottes, on s'assied dans une petite carriole spécialement étudiée pour travailler à ras de terre !

**6.** Légumes normaux ou mini ? C'est la tomate-cerise qui donne l'échelle !



3



4



5

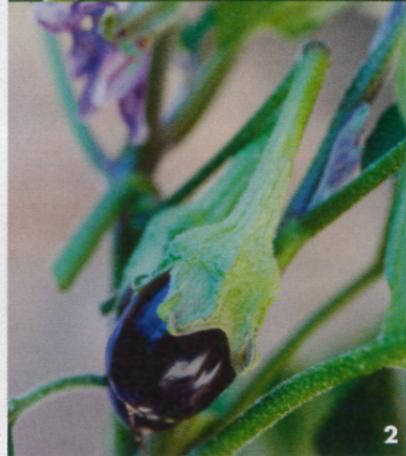
**P**roduire des légumes dans le sud de la France, rien de plus classique ! Mais les produire à l'échelle mini, c'est déjà moins banal, surtout lorsque cette démarche a été initiée voilà plus de vingt-cinq ans. Jean Sales est en effet le précurseur des minilégumes en France, rejoint depuis dans l'aventure par son fils Olivier. Il les produit à Perpignan, dans une vaste zone agricole, associé à une dizaine de producteurs. Au menu, carottes, fenouils et navets, poireaux, courgettes, poivrons et aubergines dont la taille a de quoi faire rêver les petites filles jouant à la dinette. « L'idée de produire des minilégumes m'est venue tout simplement en regardant une boîte de "petits pois-carottes", raconte Jean Sales. J'ai voulu essayer de produire d'aussi jolies petites carottes, toute l'année, en me disant que si l'on en avait une bien fraîche dans son assiette, on ne pourrait pas y résister ! ». C'est donc avec la carotte que l'histoire des minilégumes commence dans les années 80, avec pour clientèle logique les restaurateurs. « Débuter ce type de culture n'a pas été sans mal, poursuit Jean Sales. Nous avons tâtonné, perdu de l'argent et du temps, avant de mettre au point des procédés de culture rentables. » Après la carotte viennent le navet miniature et la fleur de courgette, très recherchée, mais d'une grande fragilité, puis le fenouil... pour parvenir aujourd'hui à une gamme de légumes large et variée. À chaque ...



6



1



2

**1. Le poivron doit son petit gabarit à une sélection variétale spécifique.**

**2. Pour obtenir de toutes petites aubergines, on pratique une taille sur le pied qui vise à augmenter au maximum la densité de fructification.**

**3. et 4. Les fenouils** sont semés extrêmement serrés afin que les bulbes ne se développent pas. L'arrachage se fait grâce à une lame souleveuse, puis les fenouils sont ramassés à la main et mis en caisses, avant d'être nettoyés et triés à la station de conditionnement.

**5. Les minilégumes de Jean Sales** sont présentés en différents conditionnements : un légume par caissette ou en assortiments spécial pot-au-feu, piperade, risotto ou crudités. Cueillis très jeunes, ils contiennent déjà toutes les vitamines et nutriments, mais d'une grande fragilité, ne se conservent qu'une semaine, parfois moins.



4

## La représentation idéale du légume : coloré, lisse et sans défauts

... fois, le principe est le même « semer dense, récolter tôt » ! Seules les tomates-cerises et les poivrons doivent leur taille à leurs caractéristiques variétales et pas seulement à un principe de culture. Les productions de minilégumes nécessitent peu de traitements : les légumes étant récoltés très jeunes, les problèmes sanitaires n'ont pas le temps de s'installer ! Dans la station de conditionnement, même si un premier tri a été réalisé lors de la récolte, un gros travail de contrôle reste à effectuer. Le minilégume ne supporte pas les défauts, il doit avant toute chose être une représentation idéale du légume tel qu'on l'imagine : coloré, lisse, de forme parfaite. D'où un grand nombre de contrôles afin que ne soient mis en barquettes que les légumes les plus impeccables. Résultat des opérations : entre le champ et l'emballage, pas loin de 50% de déchets... et à l'arrivée, des produits haut de gamme et festifs, que l'on trouve désormais en épicerie fine et chez les marchands de primeurs. *Carnet d'adresses en fin de magazine.*



## Des fleurs à déguster



Non loin des champs de légumes, quelques serres laissent deviner des couleurs éclatantes. Ici, ce sont les fleurs que l'on s'apprête à cueillir à des fins de dégustation. fleurs

de courgettes, capucines, pensées et soucis grimpent et courent selon leurs habitudes propres, installées sur des substrats en fibres de coco qui permettent une grande régularité de production en évitant maladies et traitements. Avoir des fleurs dans son assiette, les grands chefs en raffolent, et le grand public s'y convertit peu à peu. Mais toute la difficulté consiste à en produire sur douze mois ! Après des années de recherche, les fleurs à manger sont récoltées presque en continu.



## Gaspacho de concombre

**POUR 4 PERSONNES :**

2 gros concombres, 1/2 oignon rouge, 1 c. à soupe de vinaigre de Xérès, 1 c. à café de sel, 2 pots de yaourt nature.

**Marinade :** 1/2 botte de coriandre fraîche, 12 mini-asperges, 4 tomates-cerises, 12 minicarottes, 3 c. à soupe de vinaigre de Xérès, 15 cl d'huile d'olive, 1 c. à café de piment d'Espelette, sel, poivre.

● Éplucher un concombre et demi et le détailler grossièrement, tout comme l'oignon. Mixer avec le vinaigre, le yaourt et la coriandre et réserver au frais.

● Pendant ce temps, éplucher les carottes et les faire cuire dans l'eau salée quelques minutes avec les asperges. Rafraîchir les légumes dans l'eau froide.

● Dans un saladier, mélanger la marinade faite avec le vinaigre, l'huile d'olive, le piment, le sel et le poivre. Y placer les minilégumes et laisser mariner 3 à 4 heures.

● Servir le gaspacho très frais, garni avec les carottes et les asperges marinées, les tomates-cerises coupées en deux et des fines lamelles de concombre.



## Couscous de quinoa aux minilégumes

**Pour 4 personnes. Vinaigrette :** 4 c. à soupe de jus de citron, 1 c. à soupe de moutarde de Meaux, 1 c. à soupe de grains de cumin, 20 cl d'huile d'olive, sel et poivre.

**Salade de quinoa :** 300 g de quinoa, 1 bâton de cannelle, 1 c. à café de cumin, 20 pistils de safran, 50 g de raisins secs, 50 g de pignons de pin, 100 g de pois chiches cuits. **Légumes :** 16 minicarottes, 4 minicourgettes, 8 minimaïs, 8 minipoireaux, 8 mini-asperges, 4 mininavets, 2 pommes de terre violettes.



Porter à ébullition 1 litre d'eau salée et y verser le quinoa, la cannelle, le cumin et le safran. Faire cuire 12 minutes. Égoutter le quinoa et le mélanger aux raisins, pignons et pois chiche avec la moitié de la sauce vinaigrette. Pendant ce temps, porter à ébullition 2 litres d'eau salée. Éplucher carottes, courgettes, asperges, poireaux. Les plonger quelques minutes dans l'eau bouillante avec les maïs. Cuire séparément les pommes de terre et navets jusqu'à ce qu'ils soient souples. Mélanger les légumes avec le restant de vinaigrette et dresser le tout sur assiette.

*Recettes de VS Brodie, chef du traiteur The Catering Company, Paris. <www.the-catering-company.com>.*