Les jeunes pousses de Salade

Le Mesclun Niçois

La légende du Mesclun Niçois

On raconte qu'au XIXème siècle, les Pères Franciscains du monastère de Cimiez étaient si pauvres qu'ils n'arrivaient même pas à semer une rangée de laitue avec le même type de graine.

Dans les jardins du Monastère, surplombant Nice et la Baie des Anges, ils ramassaient au gré des récoltes quelques jeunes pousses de salade auxquelles ils mélangeaient de la roquette sauvage et du pissenlit qui croissaient sur le bord des allées pour les offrir aux habitants qui leur faisaient aumône. Mesclun vient du niçois mesclar qui signifie mélanger.

Le monastère de Cimiez (1978) - *Léon Markarian*

Composition du Mesclun Niçois

Le Mesclun est un mélange de jeunes salades typiquement niçois qui peut contenir de la laitue, feuille de chêne, scarole, romaine, frisée, batavia, chicorée...

Pour respecter la recette de l'authentique Mesclun Niçois, le mélange doit contenir du cerfeuil et 6 variétés de salades, dont la roquette obligatoirement.

La composition du Mesclun varie selon la saison et s'accommode des libertés de la nature. Ainsi, il arrive de trouver du pourpier ou des pousses d'épinard dans ce mélange, dans une variante de couleur tantôt sombre tantôt chatoyante.

Les différentes salades contenues dans le Mesclun sont semées séparément afin de mieux maîtriser leur repousse et toujours offrir des feuilles de taille régulière.

FAMILLE	TYPE	VOLUME
Laitues rouges et vertes	Feuille de chêne, Batavia, Romaine, Cancan-lolo	64%
Chicorées	Frisée	23%
Crucifères	Roquette	7%
Herbes	Cerfeuil	2%
Autres salades éventuelles	Pourpier, Pousse d'épinard, Mizuna (selon saison)	4%

Les jeunes pousses de salade

- Marius Auda -
Herbes et salades en pays Niçois

POUSSE D'ÉPINARD

Appelée aussi « baby spinach », aux feuilles vert foncé et légèrement cloquées. On retrouve à la fois l'acidité de l'épinard et la douceur de la jeune pousse.

MIZUNA

Pousse de salade asiatique de la famille des choux de Chine aux feuilles très dentelées. On retrouve un léger goût de moutarde.

POURPIER DE CLAYTON

Ce Pourpier d'hiver est disponible d'octobre à avril. Saveur âcre et douce. Sa forme de cœur est idéale pour la décoration. A utiliser en potage.

TATSOI

Pousse de salade asiatique de la famille des choux chinois. Feuilles aux jolies formes rondes à la texture charnue. Son appartenance à la famille des choux se retrouve dans ses parfums.

RED CHARD / BETTERAVE

Red Chard : Appelée aussi Poirée, on retrouve le goût acidulé de la blette.

Pousses de betterave : Variété Bull's blood au rouge intense en hiver, au goût particulier de la betterave crue.

ROQUETTE

Notre gamme offre de la roquette cultivée ou de la roquette sauvage. Se consomme en salade, seule ou en mélange, on peut la cuire dans les pâtes, le risotto, en faire du pesto. Saveur piquante et poivrée.

Nos recettes de jeunes pousses de salade

laitues + chicorées + roquette + cerfeuil

red chard + blanc de frisée + roquette + trévise

MESCLUN NIÇOIS

Recette authentique contenant uniquement des jeunes pousses de laitues blondes et rouges, chicorées, roquette et cerfeuil. Mélange typiquement Niçois aux saveurs et aux couleurs multiples.

CRAQUANT ITALIEN

Délicat mélange à la saveur piquante avec une majorité de roquette, soupçon de red chard, blanc de frisée, lamelles de trévise.

Nos recettes de jeunes pousses de salade

Mélange
MIC-MÂCHE®
Ingrédients : mélange de mâche (50%), frisée, red chard et roquette, en proportions variables.
www.mariusauda.fr

MIC-MÂCHE

Un délicieux mélange de mâche, frisée, red chard et roquette.

mâche + blanc de frisée + red chard + roquette

Mélange Bistrot®
Ingrédients : mélange de batavia, jeunes pousses de : mizuna, betterave, red chard, épinard, roquette en proportions variables.
www.mariusauda.fr

MÉLANGE BISTROT

Mélange de mizuna, pousses d'épinard, red chard et de betterave sur une base de laitues rouges et vertes avec une pointe de roquette pour relever le tout.

mizuna + épinard + red chard/betterave + laitues + roquette

laitues + tatsoï + mizuna + betterave/red chard

laitues + frisée + trévise + épinard + betterave + tatsoï

Mélange Asiatique

Ingrédients : mélange de laitues, mizuna, tatsoï, betterave, red chard en proportions variables.

www.mariusauda.fr

MÉLANGE ASIATIQUE

Nouvelle recette : composé de laitues blondes et rouges, tatsoi, mizuna, pousse de betterave et red chard. Mélange de caractère, alliant fondant et puissance; une sorte de 'mesclun asiatique'.

Mélange Craquant®

Ingrédients : mélange de frisée, trévise, pain de sucre, jeunes pousses de laitues, betterave, red chard, épinard, tatsoï en proportions variables.

www.mariusauda.fr

MÉLANGE CRAQUANT

Mélange de laitues blondes et rouges, frisée, lamelle de trévise, pousse d'épinard et de betterave, tatsoï. Un mélange à la fois tendre et croquant grâce à l'alliance des jeunes pousses et des salades pommées.

- Marius Auda -

Herbes et salades en pays Niçois

Marius Auda - Route de la Baronne - 06510 Gattières - France

Tél. +33 (0)4 93 08 10 30 - Fax + 33 (0)4 93 08 17 47 - contact@mariusauda.fr

www.mariusauda.fr

Création graphique : www.frankbildstein.com