Endive

(Cichorium intybus)
var. foliosum



Comestibilité :

Les feuilles sont consommées crues, comme salade, ou cuites, comme légume (potherbe, épinard), généralement au moins blanchies et/ou en mélange, lorsque celles-ci sont trop amères. Les racines servent à préparer un délicieux substitut de café, commercialisé sous la même appellation (chicorée), mais elles peuvent aussi être cuites comme légume-racine, tel le panais. Les fleurs sont également comestibles.