



Le Raifort

Armoracia rusticana, cranson, moutarde des Allemands, herbe au scorbut

Cette plante vivace herbacée de la famille des Brassicacées est cultivée depuis l'antiquité pour sa racine que l'on utilise comme condiment.

Il pousse sur les sols argileux humides et riches en matières organiques. Il s'acclimate facilement, il suffit de récupérer quelques fragments de racine et de les planter elle prendront très vite et une belle plante va se développer.

La racine de raifort râpée est utilisée pour ajouter du piquant aux plats. Elle remplace la moutarde. Sa saveur est également poivrée.

Son intérêt c'est que le piquant disparaît à chaque bouchée. Au état unis on l'utilise de manière importante dans les fast food.

Cette racine sert à confectionner toutes sortes de sauces différentes suivant les pays et elle entre également dans la confection de nombreux ragoût. Le wasabi japonais appartient à un genre voisin. Le raifort qui pousse ici et est beaucoup moins coûteux peu réduit en poudre le remplacer.

Cette racine a des propriétés digestives et stimulante, dépurative elle est riche en vitamine C; Au moyen Age on l'utilisait pour soigner les rhumatismes. Il était également consommé par les marins pour se prémunir contre le scorbut.