



Radis red meat ou Radis Pastèque



Ce légume racine est d'origine asiatique. Sa racine sphérique de 8 cm de diamètre est blanche à collet vert et sa chair est rouge rosé vif.

Il est riche en vitamine C, en fibres et en amylase et favoriserait une bonne digestion (idéal en cette période de fêtes).

D'une texture très croquante, il est doux et sucré et très agréable au goût.

De meilleure conservation que les radis de printemps, il peut facilement être stocké durant l'hiver.

C'est un légume essentiel dans la cuisine asiatique. Il sert à garnir de nombreux plats, soit cru tranché en rondelles, soit mariné en saumure ou encore confit dans de la sauce soja. Il peut aussi être finement râpé et ajouté comme condiment à d'autres préparations.

Comment le consommer ?

Il est délicieux à l'apéritif coupé en fines lamelles et légèrement salé (gros sel ou fleur de sel). Pour qu'il développe mieux ses saveurs, après avoir salé et mélangé, on peut laisser reposer une dizaine de minutes.

Pour les plus pressés et les gourmands du pain d'Hervé, il peut être dégusté avec une tranche de pain beurrée (beurre salé).

Les radis peuvent également être consommés cuits. Ajoutés à d'autres légumes pour, par exemple, faire de la soupe, ils apportent une petite touche de piquant qui est très agréable.

