



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Présentation

**Contenu de l'outil :** un déroulement d'animation - des fiches « en savoir plus » - une histoire d'introduction sur les courges - une fiche avec les photos des 4 courges de l'histoire - la même fiche avec les noms des 4 courges - des étiquettes avec le nom des 4 courges - une photo de germination d'une graine de courge - 4 photos A5 des courges de l'histoire - 4 textes descriptifs des 4 courges de l'histoire - 2 étiquettes « comestibles » et « non comestibles » - 30 cartes d'identité des cucurbitacées - une fiche synthèse « comestibilité » - 2 x 20 cartes de cucurbitacées pour un memory - 20 étiquettes noms de cucurbitacées - un schéma de courge à légender avec ses étiquettes et sa solution - un « puzzle » de cucurbitacée - 10 images représentant le cycle de la courge + 10 étiquettes descriptives + solution - un livret d'activité et sa correction

**Public :** 6-9 ans

**Durée :** 2h

**Matériel à prévoir :** un filet de marché avec quelques graines de courges

### OBJECTIFS :

- Découvrir le tunnel de courges
- Étudier le cycle de la courge et son fruit
- Connaître 2 groupes de courges (comestibles et non comestibles)
- Découvrir une dizaine de variétés de cucurbitacées

## Déroulement

### Préparation sur le terrain :

- Dans les plantations du tunnel de courges cacher les 4 photos A5 dans le feuillage de chaque cucurbitacée correspondante.
- Au fond du tunnel, dans l'espace « dôme », déposer sur le sol :
  - 1 filet de marché dans lequel se trouve : 1 sachet de 4 graines différentes de courge, l'histoire, 4 photos de courges sur une fiche A4, une photo A5 de la germination.
  - hors du filet, pour le jeu final de recherche, 4 fiches A5 avec les textes descriptifs.

### 1. Introduction et recueil de conceptions (10 min en intérieur) :

« Connaissez-vous les plantes potagères que l'on nomme cucurbitacées ?  
En avez-vous déjà ramassé dans un jardin potager ? »

Faire la liste au tableau des réponses des enfants.

« À quoi ressemblent ces plantes ? Quelle est leur hauteur ? »

Expliquer que le groupe va se rendre dans le tunnel de courges du verger pour entendre une histoire sur les cucurbitacées.

### 2. Découverte des cucurbitacées (30 min au tunnel de courges) :

Devant l'entrée du tunnel, donner les explications suivantes : « Connaissez-vous les plantes potagères que l'on nomme cucurbitacées ? »



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



« Voici le tunnel qui est en fait un village de courges. Nous allons entrer calmement dans ce jardin original. Je vais vous lire son histoire à l'intérieur.

*Ouvrons grands nos yeux et entrons sans déranger Mesdames les courges. Évitions de les toucher, surtout celles qui sont suspendues. »*

Faire asseoir les enfants en rond au fond du tunnel. Ramasser sur le sol : le filet de marché contenant 4 graines de courges différentes, l'histoire, la photo A5 de graine germée et la fiche A4 des 4 photos de courges. Les fiches « texte » A5 sont laissées au sol.

Lire l'histoire du « village des courges ». Les graines sont plantées dans le compost à la fin.

- **Jeu de recherche** (10 min) : Lorsque la lecture est terminée, récupérer les 4 textes descriptifs A5 et les disposer sur le sol au milieu du groupe assis. Constituer des binômes d'enfants.
  - Consigne 1 : Sans courir, à tour de rôle, chaque binôme choisit un texte descriptif et doit retrouver l'image de la courge qui correspond et qui est cachée dans le tunnel.
  - Consigne 2 : Décrire et nommer une courge par binôme. Un enfant lit un des textes descriptifs et l'autre doit donner le nom de la courge qui lui correspond.
- **Découverte** (10 min) : Avant de remonter en salle, autour du tunnel, il y a toutes sortes d'autres cucurbitacées qui poussent dans le jardin. C'est l'occasion de découvrir notamment la courgette et le melon. Demander aux enfants de retrouver ces 2 espèces. Selon la saison prendre le temps de montrer les fleurs mâles et femelles, ainsi que les fruits en formation.

### 3. Activités ludiques en intérieur (50 min) :

Demander une synthèse rapide de l'histoire du tunnel.

- Poser les photos des 4 courges et demander de placer au-dessous l'étiquette de leur nom.
- Parmi ces 4 cucurbitacées, deux seulement sont comestibles. Sous les icônes « **comestibles** » et « **non comestibles** », disposer les images des courges correspondantes.
- Proposer les 2 ateliers suivants en rotation :
  - **Puzzle du fruit** : À partir de 5 images qui se superposent, reconstituer le potiron. Ensuite, disposer les étiquettes légendant chaque partie du fruit.
  - **Le cycle de la plante** : 10 images séquentielles sont à remettre dans l'ordre pour reconstituer le cycle d'un potiron. Ensuite, positionner correctement les étiquettes légendant chaque stade de croissance.
- En groupe entier, proposer un **jeu de memory**. 20 paires d'images de cucurbitacées sont retournées sur une table (5 rangées de 8). À côté, sont disposées les étiquettes « noms » des mêmes cucurbitacées.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



Chaque enfant à tour de rôle retourne 2 images.

Si elles sont identiques, il les retire du jeu et marque un point. S'il les place sous le nom exact, il marque un autre point. Il rejoue.

Si les images sont différentes, il les replace au même endroit face cachée et c'est au tour d'un autre enfant de jouer.

Quand toutes les paires ont été formées, grâce aux fiches d'identité, on peut vérifier le nom et en apprendre un peu plus sur chaque cucurbitacée.

#### 4. Compléter le livret d'activité (20 min) :

Terminer en demandant aux enfants de compléter le livret de synthèse des activités. Pour compléter la deuxième activité, les enfants s'aideront des fiches d'identité des cucurbitacées.

#### 5. En savoir plus (10 min) :

S'il reste du temps, les enfants peuvent lire à haute voix des fiches d'identité de cucurbitacées qu'ils n'ont pas découvert au cours de l'animation.

### Prolongements

Réalisation d'une recette à base d'une variété de courge.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## En savoir plus...

Les « courges » font partie de l'immense famille des cucurbitacées forte de 800 espèces divisées en 130 genres pour un total de 10 000 variétés !

Mais d'où viennent-elles ?

**Origine et histoire :** (d'après Olivier RIALLAND)

Les cucurbitacées font partie des plus anciennes plantes cultivées en Amérique. Leur domestication remonte sans doute à 6 000 ans avant J.-C., quand sont apparus des mutants à fruits doux, d'abord au Mexique, puis au Pérou. L'intérêt nutritionnel des fruits a encouragé les échanges, la sélection des variétés et l'amélioration des techniques culturales. Les plus anciennes traces de cucurbitacées trouvées en Extrême-Orient proviendraient de Thaïlande. Les restes découverts comprendraient des *Lagenaria* et des *Cucumis* qui seraient datés entre 12 000 et 8 000 ans av. J.-C. En Chine, les traditions, de même que les livres anciens d'agriculture et de médecine, font souvent état de la culture des cucurbitacées. Des graines de melon datées de 3 000 ans av. J.-C ont notamment été découvertes dans le site archéologique de Ch'ien Shan Yang (province du Zhejiang). Le Shih Ching, une anthologie chinoise classique écrite entre 1 000 et 500 ans av. J.-C., mentionne d'ailleurs le melon et la courge bouteille. Deux variétés de cette dernière y sont indiquées : l'une utilisée comme légume, l'autre comme récipient à eau ou flotteur pour la pêche.

En Europe, les premiers écrits relatifs aux cucurbitacées sont dus à des explorateurs du Nouveau Monde. Un demi-siècle après le voyage de Christophe Colomb, des descriptions et des illustrations ont commencé à apparaître dans les herbiers botaniques. En raison des difficultés rencontrées par les explorateurs dans la conservation des fruits lors des voyages au long cours, de l'extrême variabilité des plantes soumises à la culture et de la facilité avec laquelle elles se croisent entre elles, la famille des cucurbitacées est restée pendant longtemps l'une des moins connues du règne végétal. Les fruits charnus et volumineux sont ainsi rares dans les collections.

Introduite en Europe au début du XVI<sup>e</sup> siècle, la culture des cucurbitacées s'est toutefois répandue très vite. Au XIX<sup>e</sup> siècle sont notamment apparues de nombreuses améliorations variétales : 28 cultivars pour les *Cucurbita maxima* et 20 pour les *Cucurbita pepo*. Aujourd'hui, il existe ainsi plus de 1 500 cultivars pour *Cucurbita pepo*.

Jusqu'au XX<sup>e</sup> siècle, les cucurbitacées étaient assez peu utilisées en cuisine. Le potiron rouge a certes connu un regain d'intérêt pendant la Seconde Guerre mondiale mais n'a laissé, bien souvent, que des mauvais souvenirs. Jusqu'aux années 1980, la consommation de la courgette a beaucoup progressé, sans que cela ne s'accompagne d'une grande diversité d'utilisation. Ce n'est véritablement que depuis la fin des années 1980 que la consommation des cucurbitacées se développe, à la fois aux plans quantitatif et qualitatif. D'excellentes variétés, méconnues, méritent d'être redécouvertes.



# Les cucurbitacées

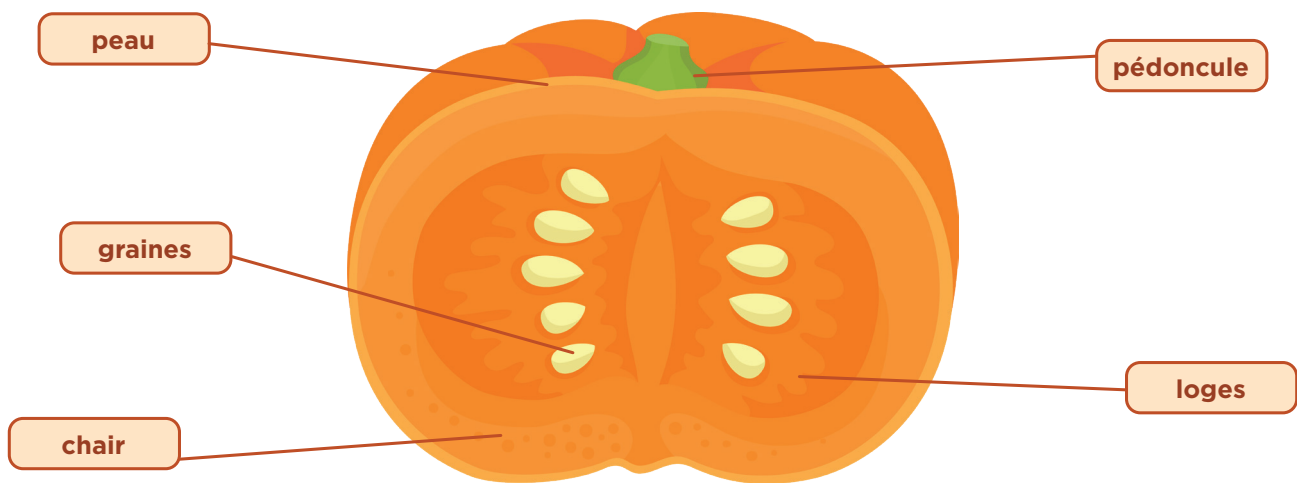
## À la découverte d'une grande famille



### Caractères généraux :

Ce sont généralement des plantes herbacées, annuelles ou vivaces, à port rampant ou grimpant, aux tiges munies de vrilles, et plus rarement des arbustes. Ces plantes sont sensibles au gel. Les fleurs sont unisexuées (mâle ou femelle), portées parfois par les mêmes plantes (monoïques), parfois par des plantes différentes (dioïques). Les fruits sont le plus souvent des baies appelées péponides, plus rarement des fruits secs (capsules, samares).

De nombreuses espèces sont cultivées pour leurs fruits comestibles (courges, courgettes, concombres, cornichons, melons, pastèques, chayotes...) et parfois pour leurs graines (courage à huile, pistache africaine).



### Appellations :

Qui sont-elles exactement ces courges ? Il est vrai qu'on s'y perd un peu. Ce sont des potirons, des citrouilles, des coloquintes ? Et la courgette, c'est un potiron immature, ou une petite citrouille ? La réponse n'est pas simple. D'autant que les nombreuses appellations populaires semblent avoir fait fi de la botanique, qu'un même nom recouvre des réalités bien différentes. Citrouille dans le nord, courge ou cougourde dans le midi, potiron ailleurs, désignent parfois la même espèce.

Les cucurbitacées forment une grande et noble lignée qui compte en son sein une nombreuse et prolifique parenté : courges diverses et variées bien sûr, mais également concombres, melons, pastèques, coloquintes et bien d'autres représentantes encore, pour la plupart moins fréquentes sous nos climats cependant.

De cette « tribu » des cucurbitacées, 3 espèces se dégagent principalement : *Cucurbita pepo*, *Cucurbita maxima* et *Cucurbita moschata*.

Elles ne portent bien sûr pas toutes un nom différent pour le simple plaisir de nous embêter, mais parce que malgré les apparences on peut relever des différences notables.

Les *Cucurbita pepo* sont les citrouilles ! En effet, caractérisées par leur pédoncule anguleux et leurs feuilles rigides, les courges de cette catégorie sont les plus représentées au jardin : courgettes, pâtissons, courge spaghetti, courge d'halloween, et autres « citrouilles » encore.

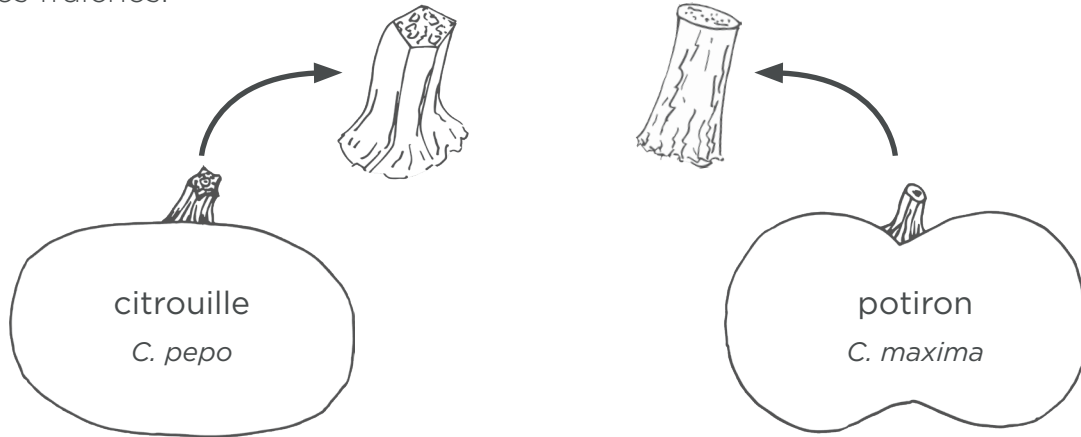


# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



Les *Cucurbita maxima* sont les potirons ! Effectivement, même si leur feuillage a les mêmes caractéristiques générales que les *Cucurbita pepo*, leur pédoncule cylindrique les distingue des précédentes. Elles ont en général de gros fruits, les fameux potirons. Moins exigeantes en chaleur que les *Cucurbita pepo*, elles se prêtent plus facilement à la culture dans les zones fraîches.



Les *Cucurbita moschata*, ni citrouille ni potiron, on les distingue à leurs feuilles molles et leur pédoncule très court. Une des plus célèbres représentantes est probablement la courge musquée de Provence, à la magnifique chair d'un rouge cuivré, d'excellente conservation, et qu'on serait bien tenté d'appeler potiron, et bien non ! Botaniquement du moins.

Espèce	Durabilité	Poils	Tige	Androcée	Pédoncule	Chair fruit	Attache funicule sur graine	Marge de la graine
<i>Cucurbita pepo</i>	Annuelle	Piquants	Dures anguleuses	Court épais conique	Dur, anguleux canelé	Grossière granuleuse	Obtuse symétrique	Lisse, obtuse
<i>Cucurbita maxima</i>	Annuelle	Modérément piquants	Molles, rondes	Court, épais, en colonne	Mou, arrondi à la base, mais dilaté par du liège mou	Finement granuleuse	Aiguë, asymétrique	Lisse obtuse
<i>Cucurbita moschata</i>	Annuelle	Absents	Modérément lisses, dures, légèrement anguleuses	Long, mince, en colonne	Dur, légèrement anguleux, élancé	Granuleuse avec fibres gélatineuses	Obtuse, légèrement asymétrique	Festonnée, obtuse

**Androcée** : Appareil reproducteur mâle de la fleur, c'est-à-dire l'ensemble des étamines.

**Pédoncule** : Pièce florale en forme de tige (parfois on parle improprement de « queue »), qui porte les fleurs, puis, après la fécondation, les fruits. Une fleur sans pédoncule, ou à pédoncule très court, est dite sessile.

**Funicule** : Organe formant un cordon qui relie l'ovule, puis plus tard la graine, à la paroi de l'ovaire, au niveau du placenta.

**Marge** : Bord du limbe d'une feuille. En mycologie, la marge est le bord du chapeau d'un champignon.

**Obtuse** : Qualificatif se rapportant à un organe (feuille, bractée, stipule) nettement plus long que large (deux à quatre fois), à bords parallèles sur une grande partie de la longueur et arrondi aux deux extrémités.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



### Reproduction chez les cucurbitacées :

Toutes les cucurbitacées sont **autofertiles**. Elles possèdent des fleurs mâles et femelles et s'autofécondent.

La majorité des cucurbitacées sont **monoïques**, leurs fleurs mâles et femelles sont séparées, mais elles sont sur la même plante. Souvent, la fleur femelle se reconnaît facilement, car elle porte à sa base un ovaire qui est petit, mais exactement de la forme du fruit à venir.



Fleur mâle



Fleur femelle



### Phénomène de la protandrie chez les cucurbitacées :

Pour une même plante, on pense de prime abord que les fleurs mâles vont pouvoir féconder les fleurs femelles. C'est effectivement possible, mais pour un bon brassage génétique, ce n'est pas souhaitable.

De ce fait, chez les cucurbitacées, l'autofécondation est entravée par différents procédés tels que la **protandrie**.

Selon les conditions d'environnement de la plante, si les étamines sont fanées quand les pistils mûrissent, la fécondation ne peut se faire. Alors, la « stratégie » de certaines fleurs femelles est d'attendre la fin de la maturité des étamines mâles de la même plante pour déclencher leur fécondation.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Recommandations sanitaires

Toutes les cucurbitacées ne sont pas comestibles. Certaines peuvent même être particulièrement toxiques !

### 1. Les courges ornementales :

Elles sont considérées comme toxiques puisqu'elles contiennent des *cucurbitacines* qui sont des substances très amères et particulièrement irritantes.

#### Petit test de comestibilité (à faire par un adulte) :

Croquer un morceau cru de la cucurbitacée, si le goût est amer, ne pas l'avalier, le légume n'est pas consommable.

Attention, les enfants et les personnes qui perçoivent mal le goût amer sont des mauvais « goûteurs ».

#### Symptômes d'intoxication :

Une petite quantité suffit à entraîner des réactions physiologiques. Elles se manifestent peu de temps après l'ingestion : vomissements, crampes intestinales, diarrhées (parfois sanglantes pouvant conduire à une déshydratation), vertiges. Une salivation abondante et des palpitations peuvent également survenir.

Si des troubles apparaissent, il faut rapidement consulter un médecin.

### 2. Les variétés comestibles :

Elles ont un goût neutre agréable ou légèrement sucré.

### 3. Précautions :

La culture de variétés comestibles à proximité de variétés ornementales n'est pas conseillée et peut être à l'origine d'une toxicité.

Les abeilles peuvent en effet faire une pollinisation croisée. Il n'y a pas de danger sur la première génération de fruits, mais les fruits issus de la deuxième génération peuvent quant à eux contenir des cucurbitacines, même s'ils ont parfois la même apparence que les variétés comestibles. De cette manière, il arrive que les fruits de plantes qui se ressement naturellement au même endroit depuis longtemps contiennent des toxines. Pour éviter ce désagrément, il est plus sage de ne pas consommer de courges « sauvages » qui poussent dans le jardin et ne pas récupérer de graines de votre récolte pour les ressemer.





## LEXIQUE

**Autostérile :** Se dit d'une plante qui doit être pollinisée par un autre individu pour produire des graines. La majorité des fruitiers (pommiers, poiriers, pruniers, cerisiers...) sont autostériles ou en partie autostériles. Il est nécessaire de cultiver aux moins deux variétés de la même espèce pour obtenir des fruits.

**Autofertile :** Se dit d'une plante dont les fleurs peuvent s'autoféconder, c'est-à-dire dont son propre pollen peut assurer la production de graines. La majorité des plantes sont autofertiles.

**Monoïque :** Une plante, dite monoïque, possède des fleurs mâles et femelles en des endroits différents d'un même pied.

**Dioïque :** Se dit d'une plante dont les fleurs mâles et femelles sont portées sur des plants différents. L'asperge est une plante dioïque.

**Vrilles :** C'est une pièce foliaire permettant à certaines plantes grimpantes de s'accrocher à des supports divers.

**Baie :** Une baie est un type de fruit charnu contenant une ou plusieurs graines ou pépins.

**Fruit charnu :** La paroi des fruits simples est formée surtout par le développement de la paroi des carpelles (péricarpe). À maturité, le péricarpe peut être sec ou charnu. On considère deux sortes de fruits charnus : les baies et les drupes dans lesquelles les graines sont libres (pépins, graines) ou incluses dans un noyau (amande).

**Indéhiscent :** Qualifie un fruit qui ne s'ouvre pas à maturité.

**Déhiscence :** Du latin dehiscens, « s'entrouvrir », est l'ouverture spontanée d'organes végétaux clos (anthères, fruits) suivant des zones définies.

**Rampante :** C'est un végétal dont la croissance est essentiellement horizontale, qui se répand sur le sol et forme un couvre-sol. On parle de plantes rampantes en opposition avec les plantes grimpantes.

**Grimpante :** C'est une plante capable de s'élever verticalement en s'appuyant, en s'accrochant ou en s'enroulant sur (ou autour) d'un support vertical. Le plus souvent ce support est un autre végétal.

**Coureuse :** Ce sont des plantes qui émettent de longues tiges qui s'enracinent. Elles appartiennent à la famille des cucurbitacées. Il s'agit notamment des courges, courgettes, potirons, potimarrons, melons ou autres.

**Non coureuse :** Il s'agit d'une cucurbitacée qui ne produit qu'une courte tige et qui forme alors une rosette de développement, prenant moins d'espace dans le jardin.



## Le mystérieux tunnel des courges

Ce jour-là, le jardinier avait un filet de marché (*ramasser le filet sur le sol avec tout son contenu*). Le filet contenait 4 grosses graines de courges toutes différentes, plutôt terreuses et vilaines (*montrer les 4 grosses graines*). Au moment où le jardinier voulut s'en débarrasser et les jeter dans une poubelle du village, il entendit des cris assez forts :

**« Ne nous jette pas, ne nous jette pas, grand jardinier ! Nous sommes encore vivantes ! Pitié, pitié... écoute-nous ! »**

Il fut très étonné d'entendre ces mots ! Il avait du mal à croire que des graines puissent parler. Malgré tout, il décida d'installer les 4 graines dans un tunnel dont il ne faisait rien.

Il y avait sur le sol, un très beau terreau. C'était une bonne terre noire, bien riche, très nutritive pour les plantes. Le jardinier sema les 4 graines dans ce terreau (*faire le geste*) qu'on appelle aussi compost. Alors, aussitôt, les 4 graines s'arrêtèrent de crier. Très à l'aise dans ce sol, elles décidèrent d'y rester et de l'habiter.

Quelques jours plus tard, de jeunes feuilles sortirent des graines. Elles étaient en train de germer (*montrer la photo de la germination d'une graine*). Les plantes ont continué de pousser. Rien ne pouvait les arrêter, le jardin se couvrit bien vite de grandes plantes avec de grosses fleurs jaunes et blanches puis de fruits de formes et de couleurs différentes.

Après plusieurs mois, lorsque les visiteurs de la ferme passaient à proximité du tunnel, ils percevaient des chuchotements, comme si les plantes faisaient des bruits pour les attirer. Un jour, le jardinier crut même qu'il rêvait quand il entendit distinctement ces paroles : (*montrer au fur et à mesure, les 4 photos de cucurbitacées sur la même page*) :

- « Je suis le **potiron** ! Je suis bien rond. Les grosses mailles du filet m'ont tellement serré, qu'en grandissant mes joues sont devenues énormes et boursoufflées. Maintenant, je suis le plus joufflu du tunnel des courges. J'ai de grands quartiers orangés. Je suis très savoureux. Bref, je suis fier de pouvoir me conserver très longtemps pour les gourmands qui me goûtent dans leur soupe de Noël. »
- « Je suis la **calebasse** ! Je suis assez cocasse. Je flotte comme un bateau sur la rivière. J'ai toujours envie de voyager. Une fois sèche, je me transforme en saladier, en panier ou en gourde pour la soif des caravanes du désert. Je peux aussi devenir magique, si on tend une corde sur mon ventre, je fais alors de la musique comme le fait la harpe d'un grand orchestre. »
- « Je suis la **coloquinte** ! J'ai de belles teintes. Personne ne s'intéresse à moi car je ne peux pas être mangée. Je décore simplement les paniers du jardinier et les maisons grâce à mes formes multicolores. Au moins, je vis très longtemps, ah, ah, ah... et je suis aussi colorée que l'arc-en-ciel après l'orage ! »
- « Je suis la **galeuse d'Eysines** ! Excellente pour la cuisine. J'appartenais jadis à une sorcière qui habitait à la ferme. J'ai gardé la peau de son nez crochu sur tout le corps, hélas. Regardez maintenant comment je suis devenue. C'est malin ! Aucune courge ne veut plus me dire bonjour le matin. Par contre, le jardinier lui, veut toujours me manger et m'emporter dans son panier de cuisine, car je suis délicieuse. »

**« Nous sommes cachées, essaie de nous retrouver ! »**



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



## Les 4 courges du tunnel

---



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



## Les 4 courges du tunnel

---



le potiron

la coloquinte



la Calebasse



la galeuse d'Eysines



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



galeuse d'Eysines

calebasse

potiron

coloquinte

Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



1



2



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



3



4



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO





# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



« Je suis le **potiron** ! Je suis bien rond. Les grosses mailles du filet m'ont tellement serré, qu'en grandissant mes joues sont devenues énormes et boursoufflées. Maintenant, je suis le plus joufflu du tunnel des courges. J'ai de grands quartiers orangés. Je suis très savoureux. Bref, je suis fier de pouvoir me conserver très longtemps pour les gourmands qui me goûtent dans leur soupe de Noël. »



« Je suis la **calebasse** ! Je suis assez cocasse. Je flotte comme un bateau sur la rivière. J'ai toujours envie de voyager. Une fois sèche, je me transforme en saladier, en panier ou en gourde pour la soif des caravanes du désert. Je peux aussi devenir magique, si on tend une corde sur mon ventre, je fais alors de la musique comme le fait la harpe d'un grand orchestre. »



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



« Je suis la **coloquinte** ! J'ai de belles teintes. Personne ne s'intéresse à moi car je ne peux pas être mangée. Je décore simplement les paniers du jardinier et les maisons grâce à mes formes multicolores. Au moins, je vis très longtemps, ah, ah, ah... et je suis aussi colorée que l'arc-en-ciel après l'orage ! »



« Je suis la **galeuse d'Eysines** ! Excellente pour la cuisine. J'appartenais jadis à une sorcière qui habitait à la ferme. J'ai gardé la peau de son nez crochu sur tout le corps, hélas. Regardez maintenant comment je suis devenue. C'est malin ! Aucune courge ne veut plus me dire bonjour le matin. Par contre, le jardinier lui, veut toujours me manger et m'emporter dans son panier de cuisine, car je suis délicieuse. »



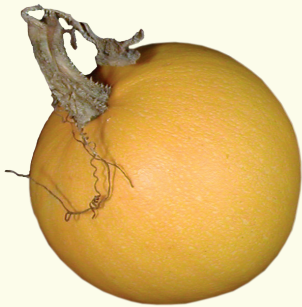
# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Pomme d'or

*Cucurbita pepo* « Pomme d'or »



France



description

La pomme d'or se développe dans les milieux tempérés. Elle ressemble à une pomme de par sa taille de 8 cm et sa couleur jaune. Sa peau est peu épaisse. Sa chair est également jaune et parfumée avec une légère odeur d'artichaut. Elle apprécie l'ensoleillement et peut pousser en hauteur pour bénéficier de la lumière. Elle produit jusqu'à 20 fruits par plant.



utilisation

Elle se cuisine de diverses façons : en gratin, soupe, purée, tarte ou en farce. Elle est excellente gratinée au four avec une garniture. La pomme d'or peut être consommée précoce, quand elle est encore verte.



Le sais-tu ?

Au potager, la pomme d'or apprécie la proximité du haricot et du chou. Elle n'est pas exigeante. Il vaut mieux cependant éviter le voisinage avec la pomme de terre.



## Gourde pélerine

*Lagenaria siceraria* « Pélerine »



Afrique tropicale



description

Cette plante annuelle, appelée aussi calebasse, est coureuse sur le sol. Sa feuille est duveteuse et ses fleurs sont blanches. Le fruit n'est pas comestible. Il est en forme de large bouteille. À maturité, il est de couleur verte et prend de jolis coloris bruns en séchant. Il se conserve plusieurs années.



utilisation

Cette plante peut se palisser pour la décoration des tonnelles. Elle sert à faire des gourdes en Afrique, des ustensiles de cuisine et des objets de décoration. Elle s'utilise pour faire la caisse de résonance d'instruments de musique. En hiver, on peut créer des nichoirs pour les oiseaux.



Le sais-tu ?

On la sèche dans un endroit sec et ventilé. À l'automne, on peut la vider de ses fibres et ses graines pour la transformer. Cette courge est fragile, il est utile d'attendre qu'elle soit complètement sèche pour travailler sur elle.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Potiron Rouge vif d'Étampes

*Cucurbita maxima* « Rouge Vif d'Étampes »



Essonne (France)



description

Ce gros potiron a un poids compris entre 7 et 10 kilos à maturité. Il se démarque par sa couleur rouge-orangé et sa forme aplatie. Il a une écorce mince, sa chair est épaisse et son goût est plutôt acidulé. Il pousse sur tous les terrains avec un faible arrosage grâce à son enracinement profond.



utilisation

On le cuisine en soupe avec d'autres légumes pour compléter sa saveur aigrelette. Les gros spécimens sont des supports décoratifs pour la scarification de l'écorce ou le découpage de lanterne pour les fêtes d'Halloween.



Le sais-tu ?

C'est la variété la plus cultivée en France. Un potiron de 7 kg permet de faire plus de 4 litres d'excellent potage et de récupérer 150 graines.



## Gourde col de cygne

*Lagenaria siceraria* « Speckled Swan »



Inconnue



description

Cette plante annuelle et grimpante a des fleurs blanches et originales. Ses fruits décoratifs du type calabasse, mesurent 60 cm maximum et sont verts tachetés de blanc. Leur forme d'amphore recourbée est insolite et explique aussi son nom particulier.



utilisation

Cette calabasse a essentiellement un usage pratique. Elle est non comestible. Séchée, on peut s'en servir d'ustensile de cuisine ou fabriquer des instruments de musique. Il est possible de la transformer en nichoir à oiseaux en perçant un petit trou.



Le sais-tu ?

Après récolte, pour bien la conserver, il est important de laisser une partie du pédoncule et de vernir toute la calabasse. La forme de cette cucurbitacée permet à des artistes de créer un univers particulier dans un jardin.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Courgette

*Cucurbita pepo* « Verte Maraîchère »



Italie



description

C'est une plante potagère qui ressemble au concombre. Un pied produit des fleurs mâles pollinisatrices et des fleurs fructifères femelles. Des variétés nouvelles ont été créées et la courgette peut ainsi être : allongée, ronde, verte, jaune ou blanche.



utilisation

La courgette se mange cuite ou crue. Elle est très consommée en Méditerranée et apporte une texture moelleuse aux plats. Ce légume est souvent associé à une viande blanche ou à un fromage frais. Il entre dans la préparation de la ratatouille.



Le sais-tu ?

La courgette se récolte jeune, avant maturité des graines qui sont consommées avec le fruit.



## Courge éponge

*Luffa cylindrica*



Asie



description

C'est une plante annuelle grimpante de taille moyenne. Elle est décorative et non comestible à maturité. Les fruits mesurent de 25 à 55 cm maximum. La variété « éponge » est coureuse et s'étend au maximum avant de fleurir. Elle produit de 3 à 5 fruits par pied.



utilisation

Ses fruits peuvent se consommer très jeunes comme des petites courgettes. Lorsque les fruits sont grands et mûrs, on peut en faire des éponges végétales. L'épiderme vert devient brun puis se dessèche pour se détacher facilement. L'éponge beige clair apparaît et on vide les graines noires en secouant la luffa.



Le sais-tu ?

Complètement naturelle et végétale, l'éponge de luffa est très utile pour la toilette, la douche comme pour le ménage et la vaisselle. La luffa est une des rares courges qui n'est pas charnue.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Massue d'Hercule



*Lagenaria siceraria var. longissima* « Massue d'Hercule »



Italie (Sicile)

origine



description

Elle est vert clair avec des taches blanches. Sa forme peut varier de toute droite à arrondie, selon où elle pousse. Sur le sol, elle sera arrondie. Sa taille en fin de saison peut atteindre 2 m de long pour environ 12 cm de large. Elle est comestible quand elle est jeune à la taille de 30 à 40 cm.



utilisation

La massue d'Hercule se cuisine comme la courgette : en gratin, à l'étouffée, en ratatouille provençale...



Le sais-tu ?

Lorsque la courge a dépassé les 40 cm, en la faisant sécher, on peut réaliser différents objets utiles : des nichoirs à insectes ou à oiseaux, des instruments de percussion et des minis jardins décoratifs...



## Melon Cantaloup



*Cucumis melo var. cantalupensis*



origine

Afrique intertropicale



description

C'est une plante herbacée annuelle avec des tiges rampantes ou grimpantes pouvant atteindre 3 mètres selon les variétés. Ses feuilles simples sont alternes avec pétiole. Le fruit de forme ovale ou ronde, est de 12 cm environ. Sa peau plus ou moins lisse, divisée en secteurs varie dans les tons du vert au jaune jusqu'au blanc. La pulpe peut varier entre les couleurs jaune, orangé ou blanc légèrement verdâtre. Elle est très savoureuse et parfumée à maturité.



utilisation

La consommation du melon se fait crue : en entrée ou en dessert. Des confitures, des compotes, des glaces et des gelées peuvent être faites à partir du fruit.



Le sais-tu ?

En général, le melon ne dépasse pas les 40 kilocalories (Kcal) pour 100 g. Mûr, il doit être lourd. C'est le signe qu'il est gorgé de sucre.



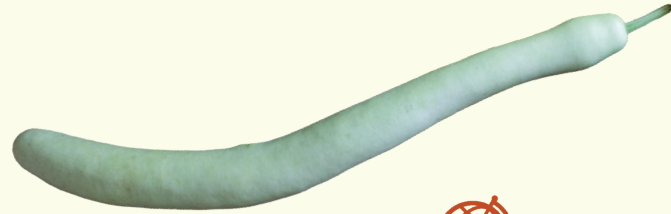
# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Cucuzzi

*Lagenaria siceraria « Cucuzzi »*



Italie (Sicile)

origine



description

Cette plante annuelle rampante est très productive. Son fruit est original, il ressemble à un serpent qui peut mesurer plus de 1 mètre. Il est long, lisse et très allongé. Sa couleur est vert clair, taché de blanc. Jeune, sa chair est délicieuse. Au delà de 30 cm, le fruit du cucuzzi devient un objet d'ornement non comestible. Il s'allonge facilement en suspension.



utilisation

Petite, elle se consomme comme une courgette. Elle est excellente gratinée, au four avec une garniture méditerranéenne ou épicée. Elle se cuisine aussi en tarte, soupe ou farce. De grande taille, elle sert à la fabrication d'objets.



Le sais-tu ?

Pour le développement de son fruit, la cucuzzi a besoin d'un support de type pergola ou tonnelle. Pour une meilleure conservation du fruit sec, il est utile de garder une partie du pédoncule, et de la faire sécher loin de toute humidité.



## Coloquinte poire rayée

*Citrullus colocynthis « Poire rayée »*



Afrique du sud et  
tropicale

origine



description

La coloquinte produit des fruits décoratifs non comestibles de 5 à 10 cm de diamètre (100 à 300 g). Les fruits sont vert foncé et jaunes, zébrés en long de bandes irrégulières ou marbrés de taches blanches ou d'un vert très pâle.



utilisation

Cette plante grimpante décore les treilles ou tonnelles. Un fois sec, le fruit est décoratif. Ses graines aplaties, de couleur variant de l'orange au brun noirâtre, sont comestibles et riches en nutriments comme en protéines. Torréfiées, elles ont un goût de noix et sont consommées entières en Afrique.



Le sais-tu ?

Elles peuvent être cirées, vernies, peintes, pyrogravées. Quand la peau moisit, laver le fruit à l'eau avec un abrasif léger, renouveler si besoin, laisser bien sécher avant de la décorer.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Butternut

*Cucurbita moschata* « Butternut »



Nord de l'Amérique  
du Sud



description

Cette courge est une plante annuelle coureuse qui produit 4 à 7 fruits par pied. De 8 à 14 cm de diamètre pour 15 à 25 cm de haut, son poids varie entre 1,5 et 3 kg. Elle est de couleur beige clair, voire rose et à une forme d'haltère. Sa chair jaune ou jaune orangé s'apprécie pour son goût légèrement sucré et doux.



utilisation

La Butternut se cuisine aussi bien crue que cuite (soupes, veloutés, tartes, gratins, soufflés...). On peut même en faire des confitures ou des frites ! Crue, une fois râpée, elle accompagne très bien diverses salades hivernales.



Le sais-tu ?

La Butternut est composée à 92 % d'eau, ce qui en fait un aliment très peu calorique, mais riche en magnésium et en de nombreuses vitamines. Elle a aussi la vertu d'être antioxydantes (ce qui favorise une bonne circulation sanguine).



## Plate de Corse

*Lagenaria siceraria* « Plate de Corse »



Afrique



description

Cette espèce apprécie particulièrement le climat méditerranéen, spécifiquement celui de la Corse. Elle est coureuse (remplit l'espace le plus possible avant de fleurir ou faire des fruits) et contient 3 à 8 fruits par pied. Leur taille est de 14 à 25 cm de diamètre, sur 10 à 15 cm de hauteur. Son nom s'explique car à cause de sa faible hauteur, elle paraît plate.



utilisation

Après la récolte, faire sécher le fruit au soleil quelques jours. Ensuite, on peut par exemple la couper de manière à former un saladier ou un autre récipient. Il est aussi possible de faire un petit trou pour la vider de ses graines et la transformer en gourde.



Le sais-tu ?

La plate de Corse a été utilisée par les troupes napoléoniennes durant ses déplacements, puisque les ustensiles que l'on produit avec, sont légers et facilement remplaçables.





# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Bleu de Hongrie

*Cucurbita maxima* « Bleu de Hongrie »



Europe de l'est



Le potiron Bleu de Hongrie est une variété coureuse produisant 2 à 4 fruits par pied, de 20 à 35 cm de diamètre sur 15 à 25 cm de haut. On le reconnaît à sa couleur bleu gris et à sa peau ondulée. Sa chair est jaune orangé, très épaisse, douce et sucrée, ce qui en fait sa particularité.



utilisation

À consommer en gratin, purée, potage et tarte. Ce fruit se marie à merveille avec les fromages, les champignons, les herbes aromatiques et les viandes blanches. Il se distingue aussi dans les plats sucrés et peut se relever avec du citron, des fèves ou du gingembre.



Le sais-tu ?

Ce potiron est un légume ancien cultivé depuis des milliers d'années car il peut être conservé durant plusieurs mois, à condition d'être exposé à la chaleur.



## Chayote

*Sechium edule*



Mexique



description

Aussi appelée christophine, cette plante annuelle est grimpante, elle prolifère particulièrement dans les régions chaudes car elle est très sensible au froid. Le fruit se distingue par sa forme de poire, de couleur vert jaune et qui paraît flétri. Ses racines se distinguent des autres cucurbitacées car elles sont similaires aux pommes de terre.



utilisation

Tout est comestible dans la chayote, effectivement, sa pulpe s'accommode en salade, en purée, en gratin, et les pousses peuvent être cuisinées en bouillon. Même la racine se cuisine, comme on le ferait avec des pommes de terre. Les tiges sèches se tressent pour fabriquer des cordages.



Le sais-tu ?

Cette plante a la particularité de germer à l'intérieur du fruit. Ceci crée des problèmes dans certaines régions chaudes où elle prolifère et envahit le territoire.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Citrouille

*Cucurbita pepo subsp. pepo*



Amérique du Sud



Cette plante annuelle est grimpante ou rampante. Elle s'adapte très bien au climat français, à condition d'être vigilant aux gelées lors de la période de semence et de récolte. Sa couleur orange et sa forme ronde, séparé par au moins 5 côtes partant du pédoncule, la distingue des autres espèces.



La citrouille se mange traditionnellement en soupe, mais peut aussi être cuisinée en gratin et farcie. Elle peut être servie avec les graines, une fois cuites. Par ailleurs, ses feuilles sont également comestibles en beignets frits.



Le sais-tu ?

Pendant l'occupation allemande, durant la seconde guerre mondiale, elle a fait partie des légumes de pénurie (comme le topinambour, les raves et le rutabaga), qui ont permis de nourrir la population. À la suite de cette période marquante, sa consommation a été un peu abandonnée.



## Longue de Nice

*Cucurbita moschata « Longue de Nice »*



Amérique du Sud



description

La courge Longue de Nice est une variété tardive, coureuse, produisant 2 à 4 fruits par pied, de 10 à 18 cm de diamètre sur 60 cm à 1 m de long (3 à 10 kg). Elle peut aller du vert à l'orange et sa chair est ferme, orange clair et sucrée. Excellente conservation jusqu'à un an.



utilisation

Cette courge se cuisine traditionnellement à travers des plats provençaux, comme la ratatouille. Elle peut être râpée dans des salades et dans les soufflés, mais elle se cuisine aussi en purées, soupes et gratins pour des plats plus hivernaux.



Le sais-tu ?

Le meilleur moyen de savoir quand récolter vos courges est d'observer le pédoncule. Il ressemble à du liège quand le fruit est prêt. Éviter d'attraper les courges par le pédoncule car cela occasionnerait d'invisibles lésions, causes de pourrissement. Les fruits doivent être coupés au plus près de la tige.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Musquée de Provence

*Cucurbita moschata* « Musquée de Provence »



Amérique Centrale  
et du Sud



Elle fait partie des courges creuses ou rampantes, formant de longues lianes. Cette variété ancienne produit des fruits sphériques, très côtelés, pouvant atteindre 50 cm de diamètre et peser jusqu'à 20 kg. Leur épiderme vert, puis ocre, en mûrissant renferme une chair ferme, musquée et sucrée. Les fruits se conservent 4 à 9 mois.



utilisation

On peut les préparer de très nombreuses manières comme légume ou comme dessert : en soupe, en purée, en gratin, en flan, en tarte, en tourte, en confiture, etc...



Le sais-tu ?

Comme toutes les *Cucurbita*, elle est arrivée en Europe après les voyages de Christophe Colomb. Elles sont souvent confondues entre elles, et même avec les gourdes (*Lagenaria*), déjà connues en Europe depuis l'Antiquité. C'est à Charles Naudin que l'on doit la distinction entre les différentes espèces vers 1860.



## Pâtisson

*Curcubita pepo var. ovifera*



Amérique Centrale



description

Le pâtisson a une forme particulière de fruit, circulaire, aplati et bombé au centre. La périphérie du fruit présente une dizaine de bosses, parfois dédoublées. Ceci lui confèrent parfois l'aspect d'une étoile ou d'une couronne. Les couleurs des fruits varient, blanc, vert pâle, jaune, panaché...



utilisation

Pour la cuisson, inutile de l'éplucher. Comme la plupart de ses cousines courges, le pâtisson se cuisine avec la peau. On le prépare en gratin, sauté à la poêle, ou, plus original, en confiture sucrée avec des pommes vertes et du gingembre. Ayant la réputation d'être plus fibreux, les grands pâtissons peuvent être servis farcis avec du fromage ou des épinards.



Le sais-tu ?

Certaines variétés de pâtissons sont très anciennes (notamment les jaunes et les blancs). Les petits pâtissons sont réputés plus savoureux que les gros. Jeunes, on peut même les déguster crus en les râpant finement.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Galeuse d'Eysines

*Cucurbita maxima* « Galeux d'Eysines »



France



Cette plante annuelle rampante est un dérivé du potiron. On reconnaît le fruit à sa couleur orangée, et à sa forme arrondie, bien que légèrement aplati. Mais ce qui le distingue plus particulièrement, ce sont ses excroissances liégeuses, similaires à des verrues, qui apparaissent progressivement. À maturité, il pourra atteindre les 15 kilos.



Il est possible de laisser la peau, si le potiron n'a pas été traité, et de couper le fruit en fonction de la manière dont il sera cuisiné. Il peut être préparé en potage, gratin, purée ou tarte.



Le sais-tu ?

Cette courge est le résultat d'une hybridation dans une exploitation de la région de Bordeaux, plus précisément à Eysines, ce qui lui valut son nom.



## Pastèque à confire

*Citrullus lanatus* var. *citroides*



Afrique



description

Cette plante annuelle a de longues tiges qui se ramifient et produisent des fruits. Cette cucurbitacée de la famille des pastèques peut peser plus de 5 kilos. Elle est constituée d'eau à 92% et produit de longues racines, presque équivalentes aux tiges afin de récolter toute l'eau dont elle a besoin.



utilisation

À défaut de ne pas pouvoir la manger crue, la gigérine (son autre nom) se prépare à merveille en tarte. L'atout de ce fruit est sa chair gélifiée, on l'utilise comme substitue à l'agar-agar (gélifiant), pour faire des confitures. Elle peut se conserver jusqu'à un an dans un milieu adapté.



Le sais-tu ?

En France, les pastèques à confiture sont cultivées le plus souvent dans la moitié sud. Ce sont des plantes faciles à entretenir, mais qui ont besoin d'une longue saison chaude. Ainsi, l'Espagne performe particulièrement dans sa production.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Courge spaghetti

*Cucurbita pepo* « Spaghetti »



Amérique du Sud

origine



description

Cette plante annuelle est une courge creuse dont les tiges sont couvertes de petites épines piquantes. Chaque plante produit entre 2 et 5 fruits, qui se reconnaissent à leur forme d'œuf, allant de 20 à 30 cm de long et pesant de 2 à 4 kg. L'intérieur des fruits est rempli de filaments évoquant les spaghettis, d'où son nom.



utilisation

La courge spaghetti se consomme cuite et assaisonnée. Elle s'accommode avec toutes les sauces pour les plats de pâtes qu'elle remplace. On peut la déguster chaude avec une sauce relevée ou froide avec une sauce pour crudités. Bien surveiller la cuisson, sinon les filaments n'auront plus qu'un aspect de purée.



Le sais-tu ?

Traditionnellement, les fruits sont jaune paille, mais d'autres variétés existent, souvent plus grandes, et qui sont blanc cassé ou vert clair.



## Giraumon

*Cucurbita maxima* « Giraumon Turban Turc »



Amérique du Sud

origine



description

Le potiron giraumon turban est une courge annuelle creuse, produisant 4 à 6 fruits par pied, de 12 à 15 cm de diamètre sur 10 cm de haut, de 1 à 5 kg en moyenne. Il peut s'étaler vite jusqu'à occuper 2 m de longueur. Sa forme panachée lui vaut des surnoms. Sa chair est orange, très épaisse, ferme, sucrée, finement granuleuse et de bonne qualité.



utilisation

Il est utilisé pour réaliser : potage, pain, purée et soufflé. Il se cuisine très bien en gratin ou façon œuf cocotte ! Il est très savoureux en confiture.



Le sais-tu ?

Le giraumon peut être utilisé pour la décoration. Dans ce cas, il faut le conserver quelques semaines dans un endroit frais et sec.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Verruqueuse de l'île Maurice

*Lagenaria siceraria* « Verruqueuse de l'île Maurice »



Île Maurice



non comestible



description

La verruqueuse de l'île Maurice est une plante grimpante. Son fruit mesure environ 40 cm de longueur et 10 cm de diamètre. Il est de couleur vert clair. Du haut en bas, les excroissances qui le recouvrent, ressemblent à des verrues. Ses feuilles ont une odeur très spécifique.



utilisation

Avec leur forme particulière, les fruits sont décoratifs. Ils agrémentent de façon très esthétique, les pergolas et les tonnelles. Avec une verruqueuse, il est possible de réaliser de nombreux objets de décoration comme les photophores.



Le sais-tu ?

Souvent, nous nous servons de cette variété séchée pour fabriquer des nichoirs à mésanges. Sa texture fait parfois penser aux enfants qu'il s'agit d'un essaim d'abeilles.



## Potimarron

*Cucurbita maxima* « Red Kuri »



Asie



comestible



description

Sa peau est orange foncé et sa forme est légèrement conique sur le dessus. Sa chair tendre et savoureuse dégage un fort goût de châtaigne le distinguant des potirons. Il pèse entre 1 et 3 kilos. Installé dans un endroit frais et sec il peut se conserver jusqu'au mois d'avril de l'année suivante.



utilisation

Il est idéal pour les purées et les gratins mais aussi les soufflés, les cakes et les tourtes. Sa chair et sa peau peuvent se consommer crue et râpée. Ses valeurs nutritives et gustatives sont supérieures à celles du potiron.



Le sais-tu ?

Sa conservation ne détruit pas ses qualités. Plus on le conserve, plus ses qualités gustatives et nutritives sont importantes. Il est très riche en vitamines A, B, C et oligoéléments (calcium, magnésium et phosphore).



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Patidou

*Cucurbita pepo* « Sweet Dumpling »



Amérique



description

Cette cucurbitacée annuelle est coureuse et rampante. Ses fruits sont petits et pèsent environ 500 g. Ils sont de forme ronde et aplatis aux pôles. Leur couleur est ivoire ou jaune, avec des stries et des taches vert foncé ou orange. Leur peau bosselée est dure et leur chair de couleur jaune orangé est ferme, fine et sucrée. Un goût délicieux de châtaigne, de noisette, et de pâte d'amande parfume la chair.



utilisation

La texture de la chair particulièrement fine est très agréable à travailler pour les cuisiniers. Elle peut remplacer celle des pommes de terre dans de diverses préparations comme les salades froides. Grâce à sa saveur sucrée, le patidou est idéal pour de nombreux desserts.



Le sais-tu ?

En anglais, le patidou est appelé « Sweet Dumpling » car sa chair est très douce. Une fois cuite, il dégage une odeur très spécifique de châtaigne.



## Pastèque

*Citrullus lanatus* « Sugar Baby »



Afrique de l'ouest



description

Cette herbacée a des fruits à chair rouge. Ses graines sont noires. Elle a de grandes feuilles et des fleurs jaunes. Elle est annuelle avec des tiges rampantes, pouvant atteindre trois mètres de long. Elle pèse 3 à 4 kg en moyenne.



utilisation

Ce fruit désaltérant est délicieux croqué nature, taillé en larges quartiers juteux et gourmands. Coupée en dés ou en billes, la pastèque se marie avec d'autres fruits, des crudités, de la menthe... pour des recettes rafraîchissantes.



Le sais-tu ?

La pastèque est appelée melon d'eau. Elle doit être cueillie dès que la vrille opposée au pédoncule est complètement sèche : c'est le signe de sa maturité.



# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Concombre

*Cucumis sativus* « La Diva »



origine

Asie (Inde)



comestible



description

Le concombre est une plante potagère herbacée, rampante. Ses fruits au toucher rugueux sont allongés et charnus. Ils peuvent atteindre 30 cm de long et 5 cm de diamètre. Ce sont des baies contenant de nombreuses graines. Leur couleur à maturité varie selon les variétés : du vert foncé au blanc en passant par le jaune. La tige se contracte et forme des vrilles dès qu'elle trouve un support adapté.



utilisation

Le concombre se mange cru. Il est très consommé en Méditerranée. Pour accentuer son croquant, on le fait dégorger avec du sel. En période de canicule, sa chair est rafraîchissante et peut afficher une température inférieure de 10 C° à la température ambiante.



Le sais-tu ?

Cette plante fait partie de la famille des courgettes et des cornichons. On enlève ses pépins si on éprouve quelques difficultés à les digérer. Le concombre est cultivé depuis 3 000 ans en Inde.



## Cornichon

*Cucumis sativus* « Vert Petit de Paris »



origine

Asie occidentale



comestible



description

Le cornichon est une plante herbacée annuelle, rampante, facile à faire grimper. Ses fleurs sont jaunes. Ses fruits sont récoltés avant maturité et consommés principalement comme condiment.



utilisation

Les cornichons se conservent plusieurs mois dans le vinaigre avec des aromates. Ils sont appréciés car ils croquent sous la dent et accompagnent la charcuterie, la raclette et diverses préparations culinaires.



Le sais-tu ?

Les cornichons sont en fait une variété de concombre. Ils doivent être cueillis régulièrement car ils grossissent rapidement. En réalité, le cornichon est un concombre cueilli tout petit !

À l'origine, le mot cornichon veut dire « petite corne ».





# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille



## Concombre des Andes

*Cyclanthera pedata*



origine

Cordillère  
des Andes



comestible



description

Ce concombre est une plante herbacée, grimpante. La tige peut atteindre 5 m de long, parfois bien plus. Elle possède des vrilles et des feuilles alternes palmées. Le fruit vert jaunâtre clair mesure jusqu'à 15 cm et contient 12 graines noires et rugueuses. La pulpe est fine et succulente.



utilisation

Les fruits sont consommés comme légumes cuits, en salade ou conservés dans de la saumure. Le goût des fruits mûrs, plus fin que celui d'autres cucurbitacées, est entre celui du concombre et du poivron. Les fruits verts ont l'aspect et le goût de jeunes concombres. À maturité, ils doivent être cuisinés.



Le sais-tu ?

Cette plante possède des vertus médicinales. Elle permet notamment de lutter contre le cholestérol et l'hypertension artérielle.



## Courge serpent

*Trichosanthes cucumerina*



origine

Asie du sud-est



comestible



description

Cette plante grimpante tropicale, aussi appelée patole, possède des fruits exceptionnels pouvant atteindre 2 m de long, avec des enroulements parfois surprenants. Elle possède des fleurs blanches en étoile très originales.



utilisation

La chair douce et tendre est très appréciée cuite dans la cuisine asiatique. Les pousses, les jeunes feuilles et les vrilles se consomment également en légume. Les spécimens à maturité peuvent avoir une utilité décorative.



Le sais-tu ?

Elle possède des vertus anti-inflammatoires et expectorantes, mais la propriété la plus intéressante réside dans une protéine, la trichosanthine, capable de détruire une cellule infectée par le virus du SIDA sans affecter les tissus sains.



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



## Comestible ou pas ?



**pomme d'or**  
**potiron rouge vif d'Étampes**  
**courgette**  
**massue d'Hercule**  
**melon cantaloup**  
**cucuzzi**  
**butternut**  
**bleu de Hongrie**  
**chayote**  
**citrouille**  
**longue de Nice**  
**musquée de Provence**  
**pâtisson**  
**galeuse d'Eysines**  
**pastèque à confire**  
**courge spaghetti**  
**giraumon**  
**potimarron**  
**patidou**  
**pastèque**  
**concombre**  
**cornichon**  
**concombre des Andes**  
**courge serpent**



**gourde pèlerine**  
**gourde col de cygne**  
**courge éponge**  
**coloquinte poire rayée**  
**plate de Corse**  
**verruqueuse de l'île Maurice**



## Memory des cucurbitacées

---

1. butternut
2. calebasse col de cygne
3. gourde pélerine
4. chayote
5. coloquinte poire rayée
6. potiron bleu de Hongrie
7. potiron rouge vif d'Étampes
8. cucuzzi
9. galeuse d'Eysines
10. luffa
11. courge spaghetti
12. courgette
13. longue de Nice
14. melon
15. musquée de Provence
16. pâtisson
17. pomme d'or
18. potimarron
19. verruqueuse de Maurice
20. pastèque



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



5



5



6



6

Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



9



9



10



10

Conception et réalisation :

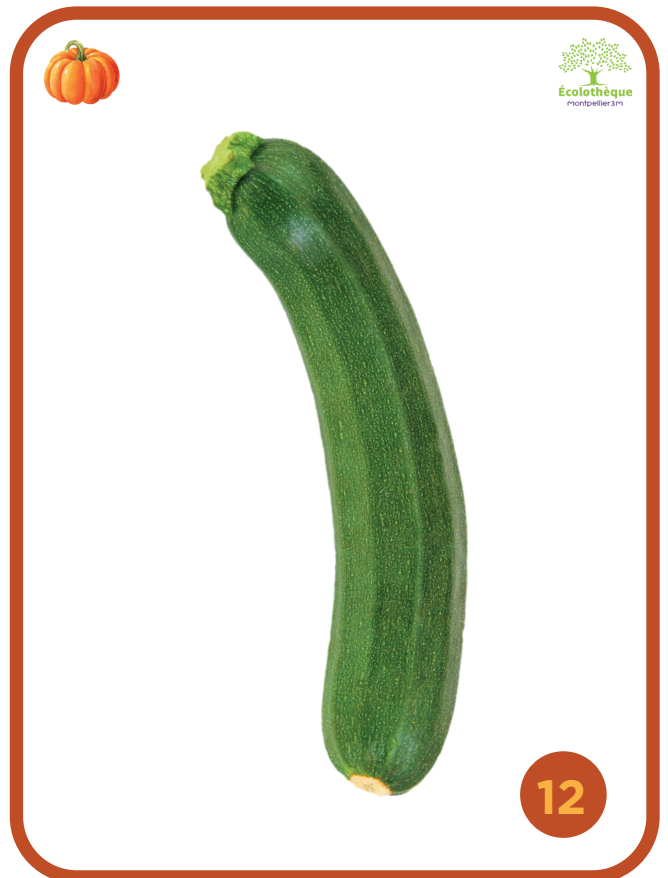
Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO





# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



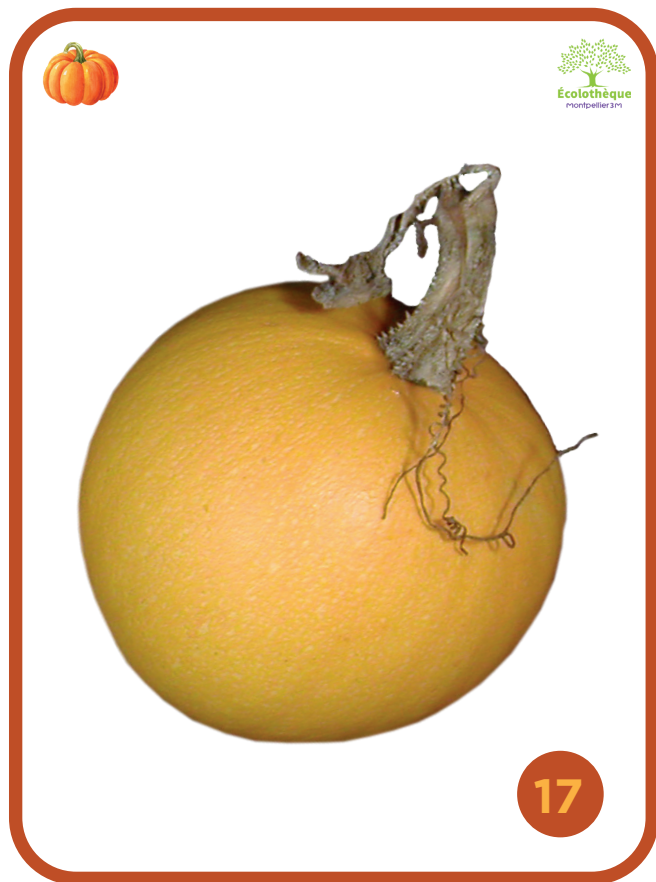
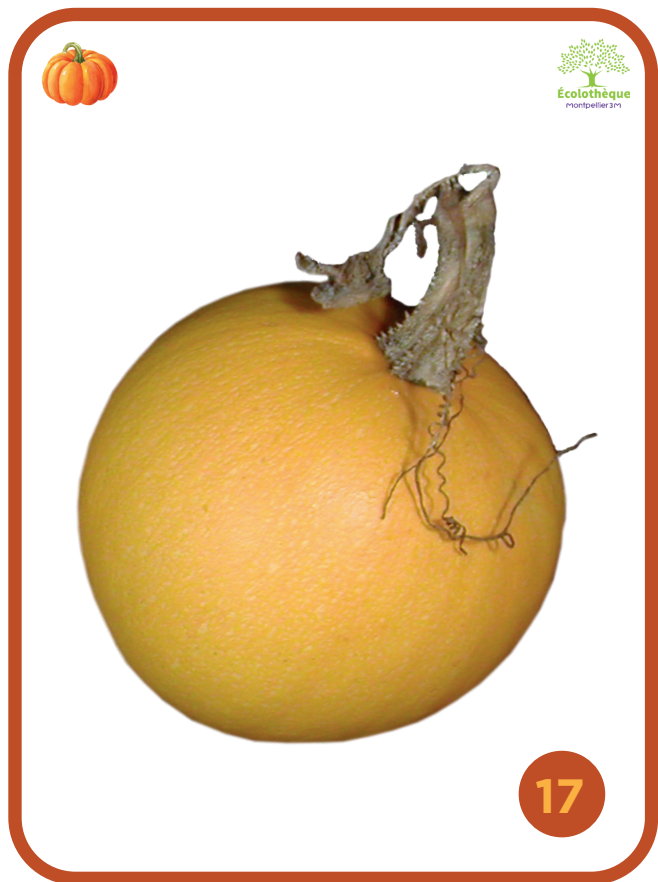
Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



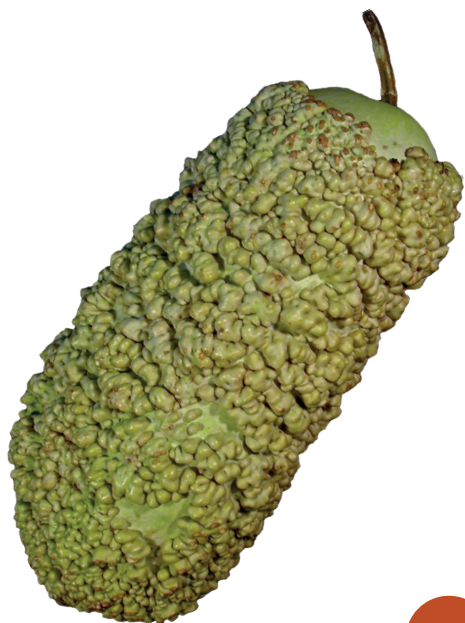
Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO

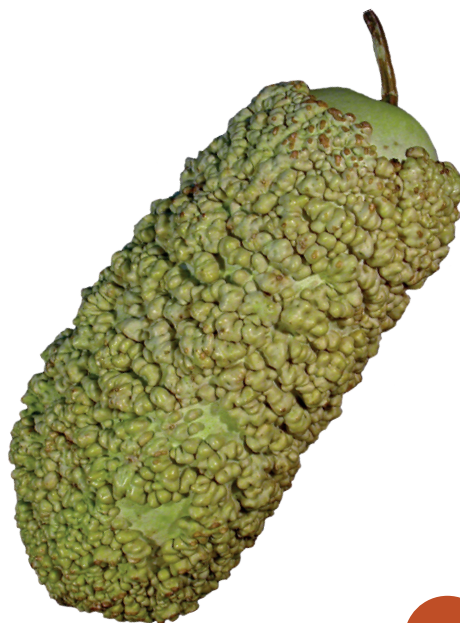


# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



19



19



20



20

Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



## Étiquettes du memory

butternut

calebasse col de cygne

gourde pélerine

chayote

coloquinte poire rayée

potiron bleu de Hongrie

potiron rouge vif d'Étampes

cucuzzi

galeuse d'Eysines

luffa

courge spaghetti

courgette

longue de Nice

melon

musquée de Provence

pâtisson

pomme d'or

potimarron

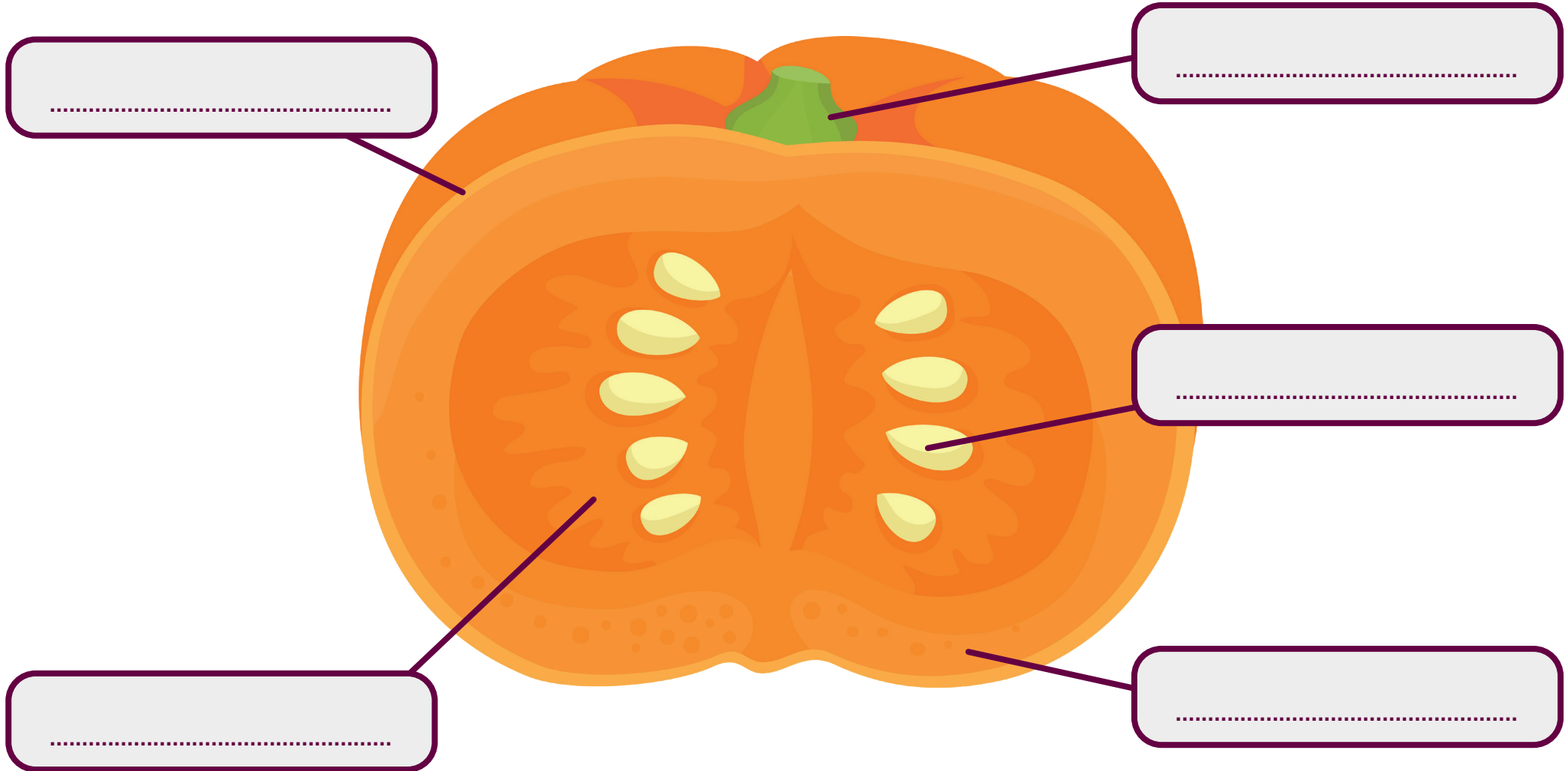
verruqueuse de Maurice

pastèque



## Schéma en coupe d'une cucurbitacée

Complète le schéma en plaçant les étiquettes au bon endroit :



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



## Étiquettes de la légende

---

loges carpellaires

pulpe (*péricarpe*)

graines

peau (*épicarpe*)

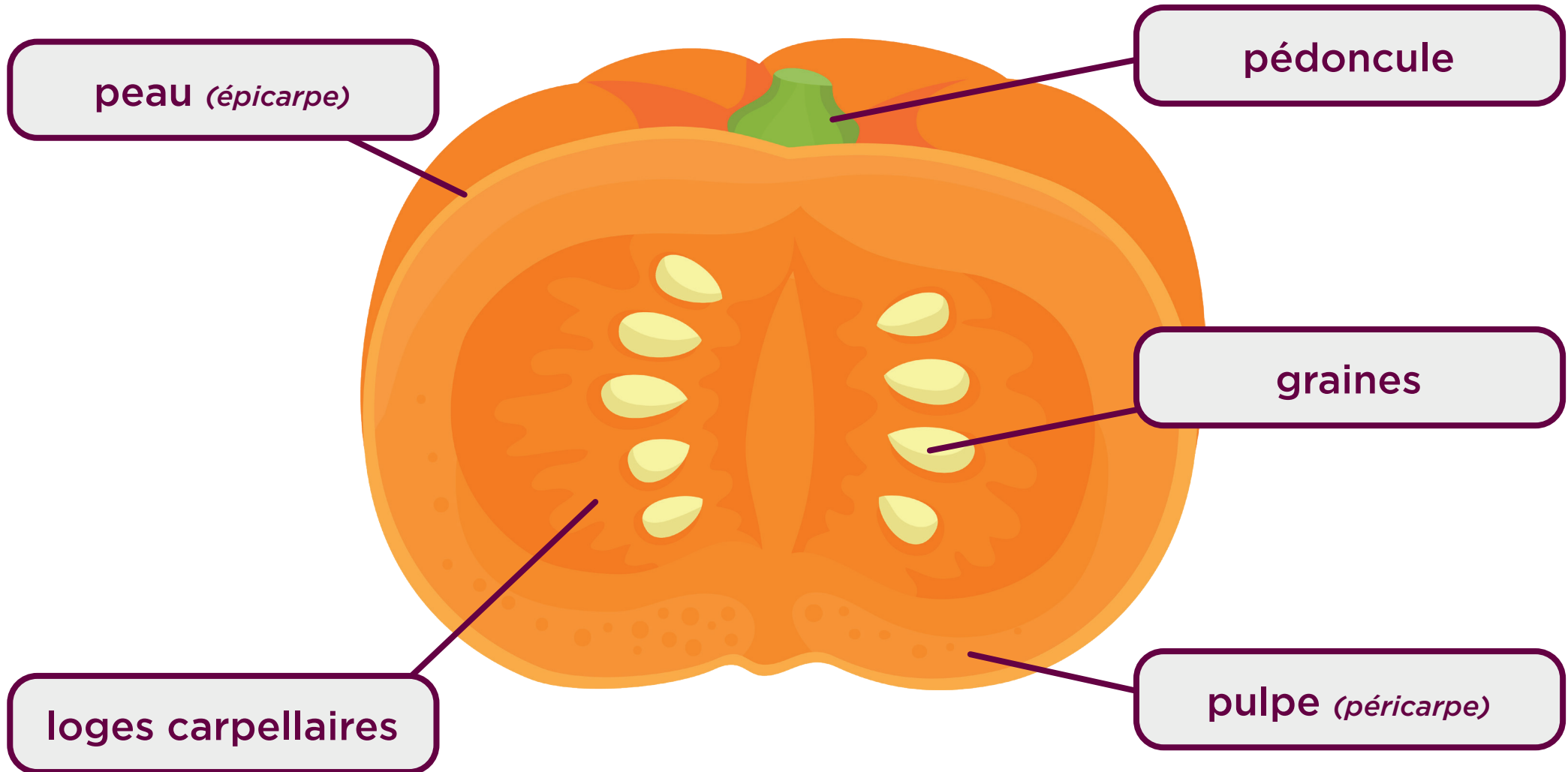
pédoncule





## Schéma en coupe d'une cucurbitacée

Complète le schéma en plaçant les étiquettes au bon endroit :



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO

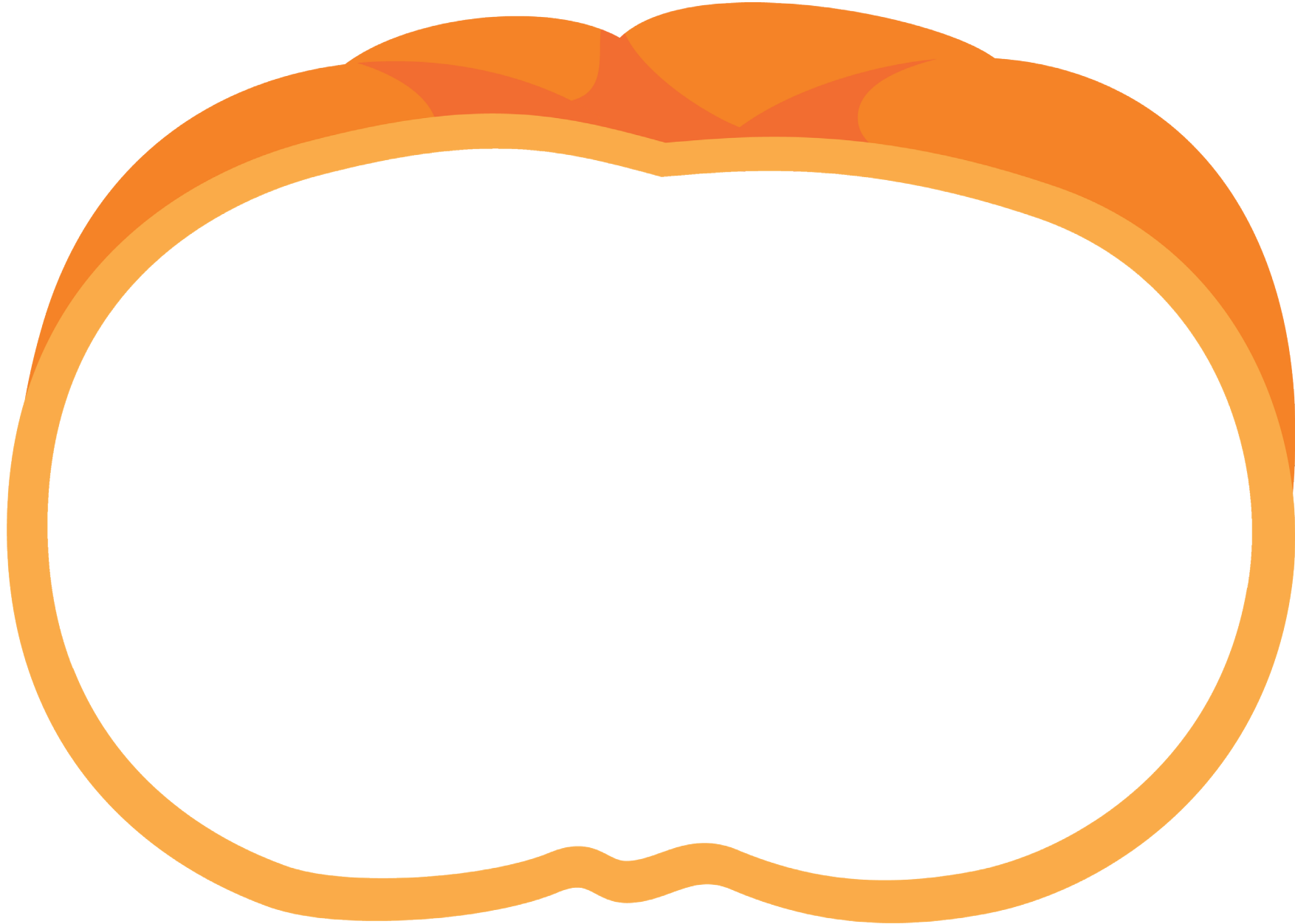


# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



Pièce du puzzle cucurbitacées



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



## Pièce du puzzle cucurbitacées



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO

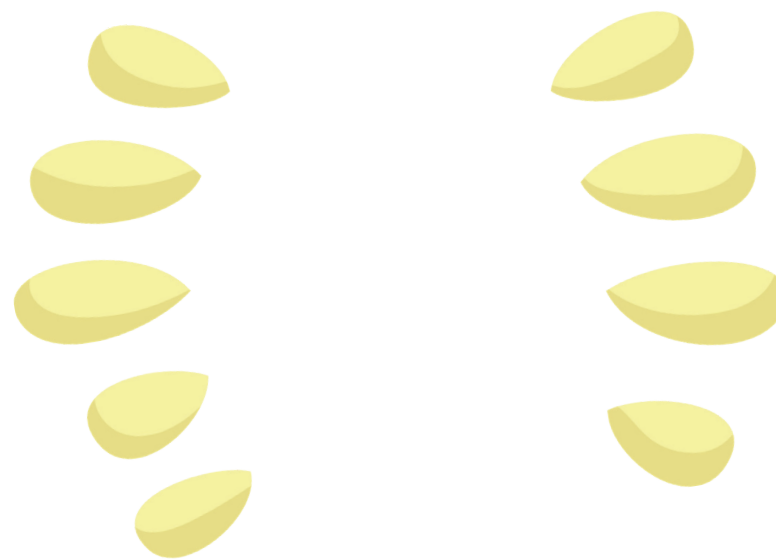
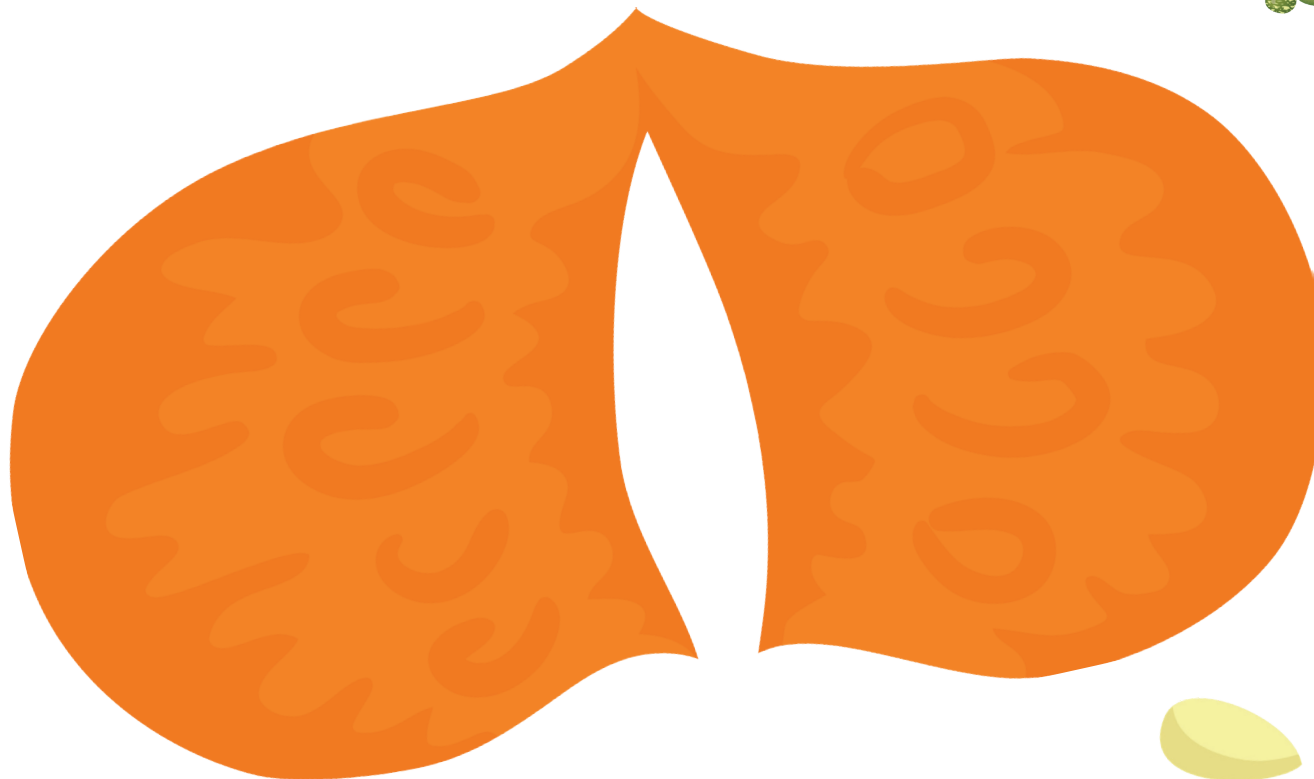


# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



## Pièces du puzzle cucurbitacées



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO

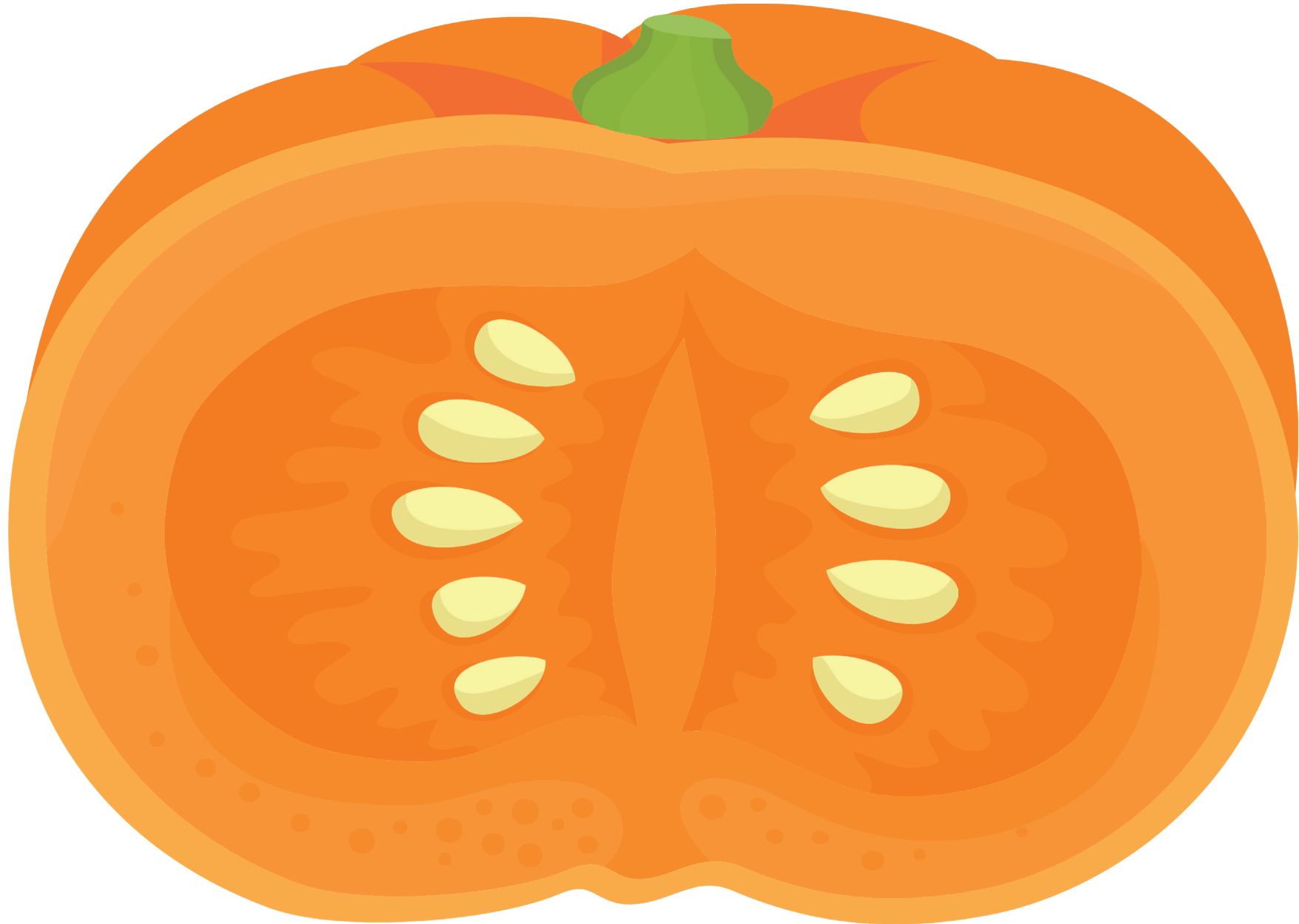


# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



## Solution du puzzle cucurbitacées



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

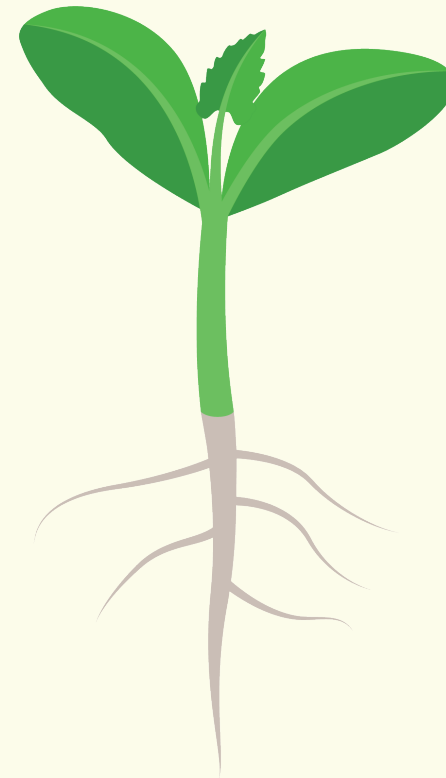
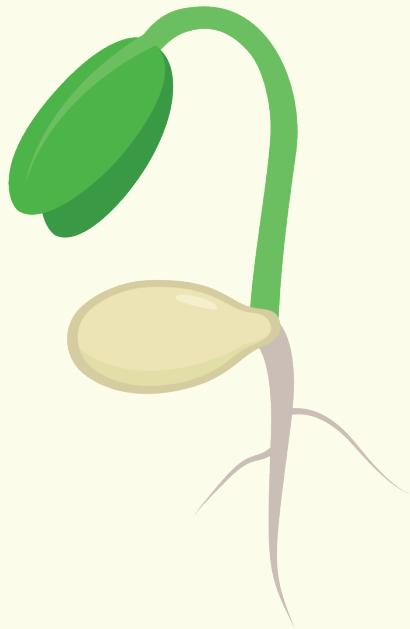
À la découverte d'une grande famille





# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille





# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille







# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille





# Les cucurbitacées

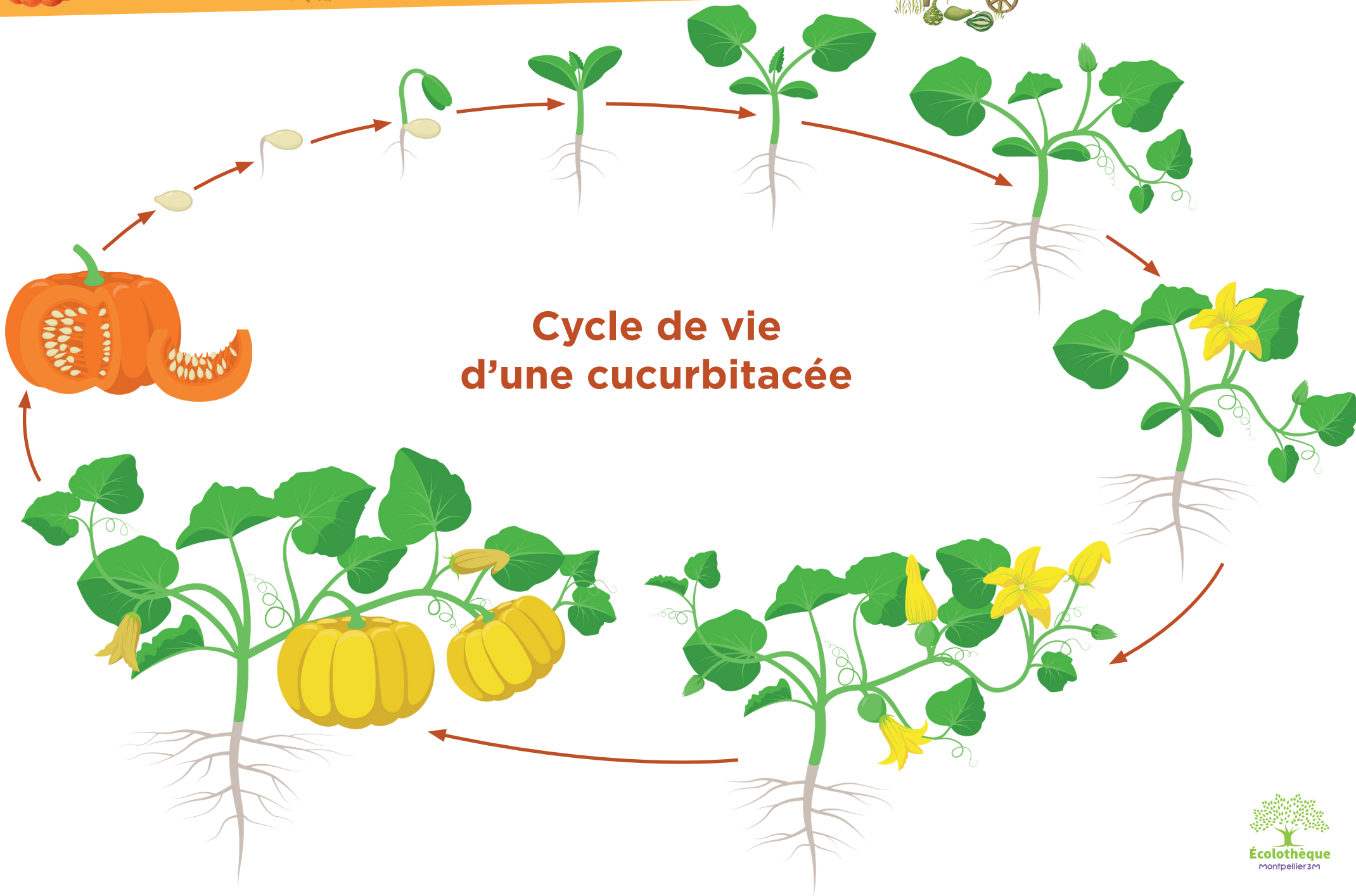
À la découverte d'une grande famille





# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille





# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille



graine

bourgeon floral

graine germée

fleur

cotylédons

fleur fécondée

première feuille

fruit sur pied

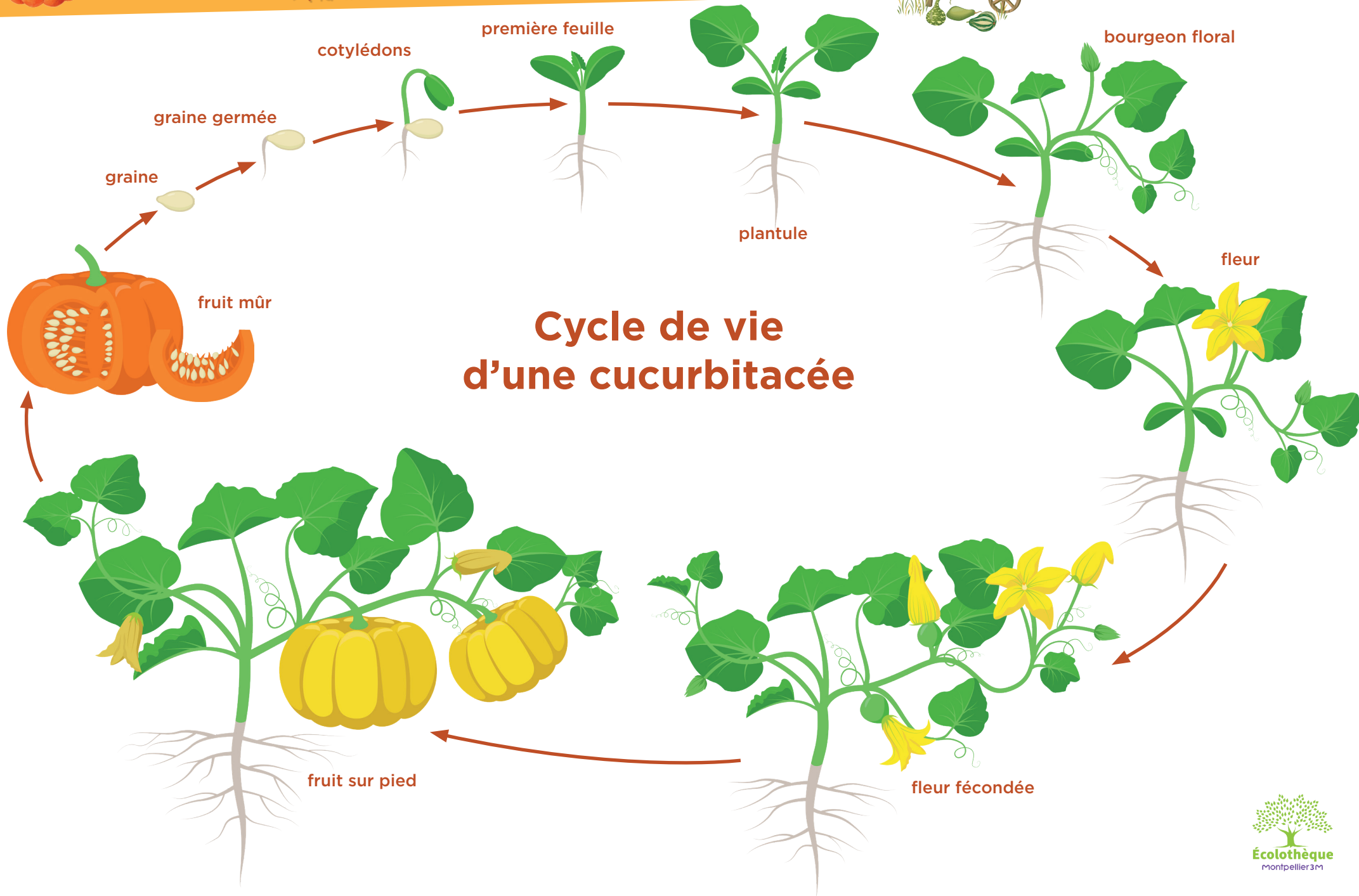
plantule

fruit mûr



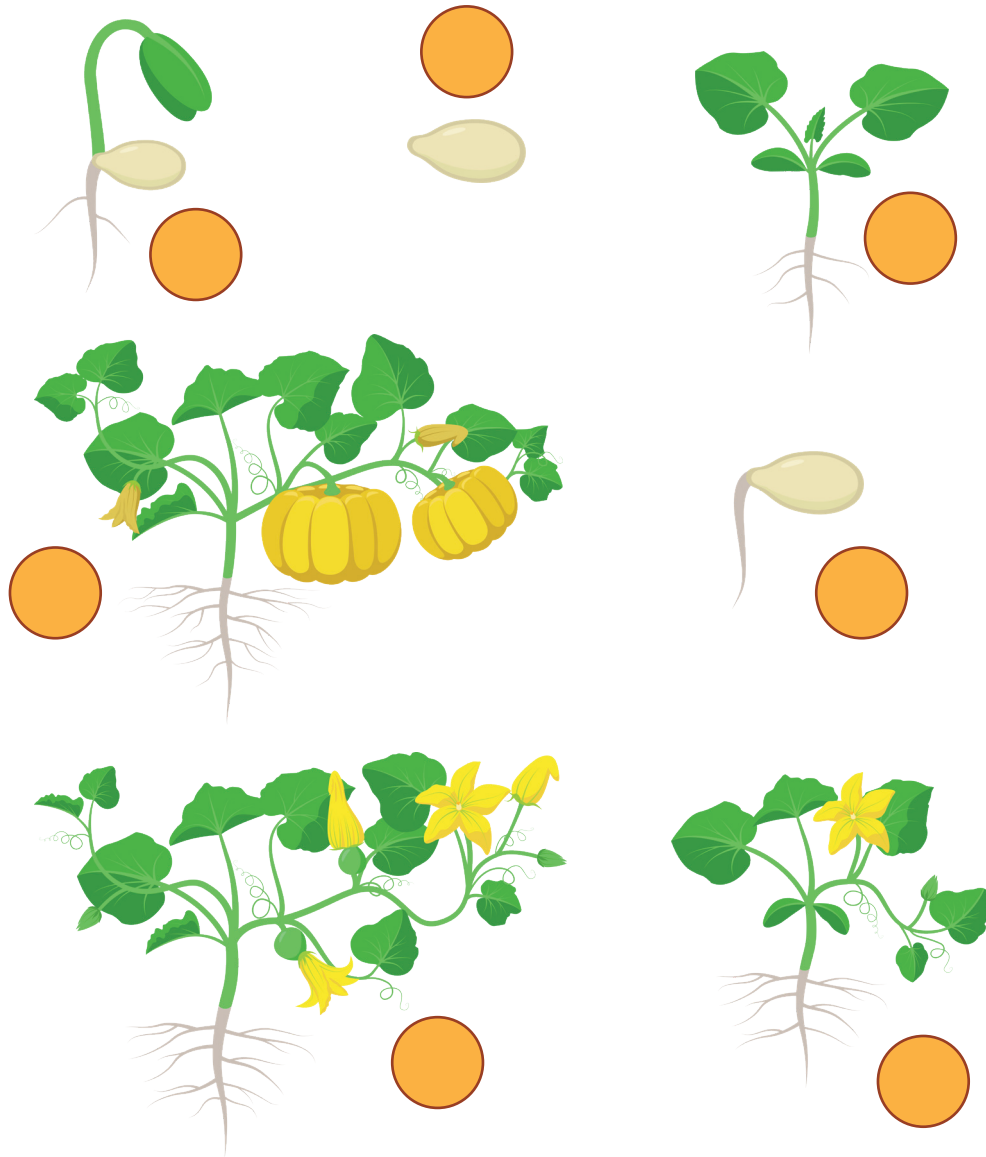
# Les cucurbitacées

## À la découverte d'une grande famille





Numérote dans l'ordre les images du cycle de la courge :



## Livret d'accompagnement

Parmi toutes ces cucurbitacées, entoure les 4 dont il est question dans l'histoire. Essaie de donner leur nom.



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille











# Les cucurbitacées

À la découverte d'une grande famille

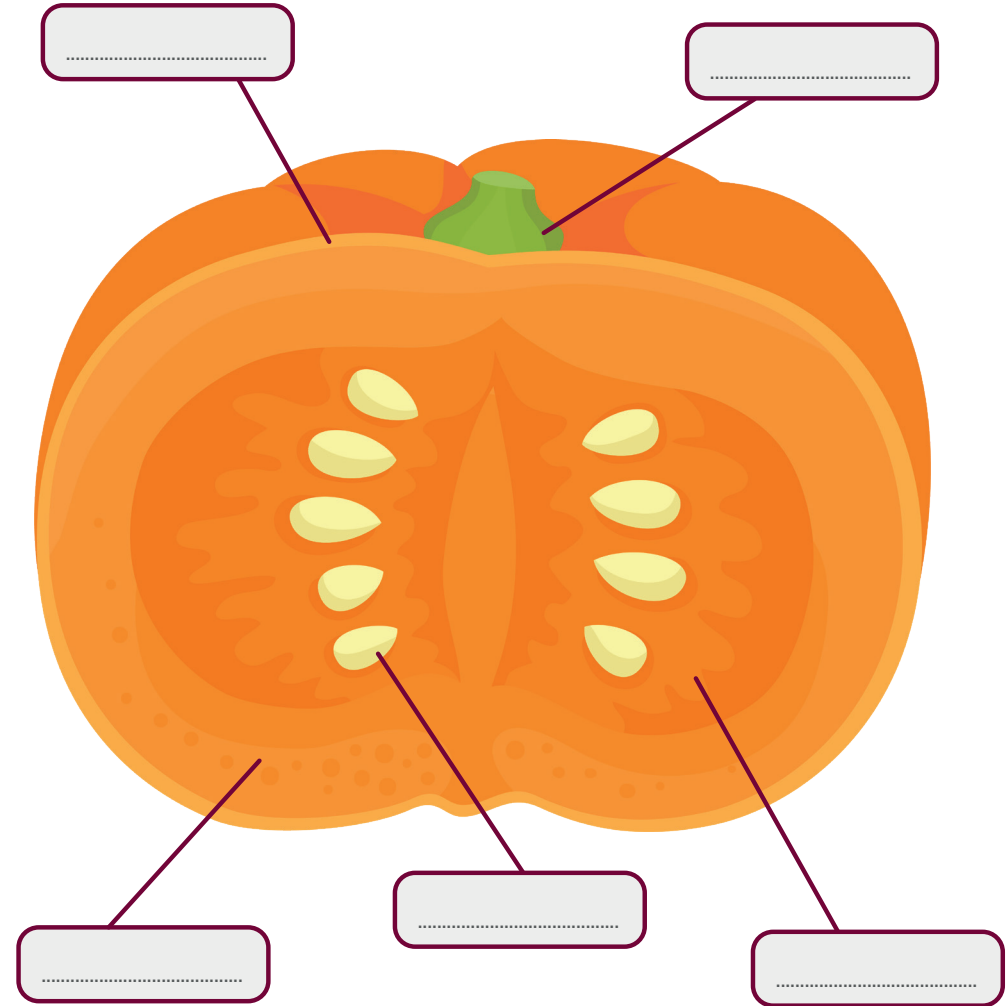


Pour chaque cucurbitacée, en cochant la bonne case dans le tableau, indique si elle est comestible ou pas :

	 comestible	 non comestible
		
		
		
		
		
		

Complète la légende avec les mots ci-dessous :

**chair - graines - loges - peau - pédoncule**

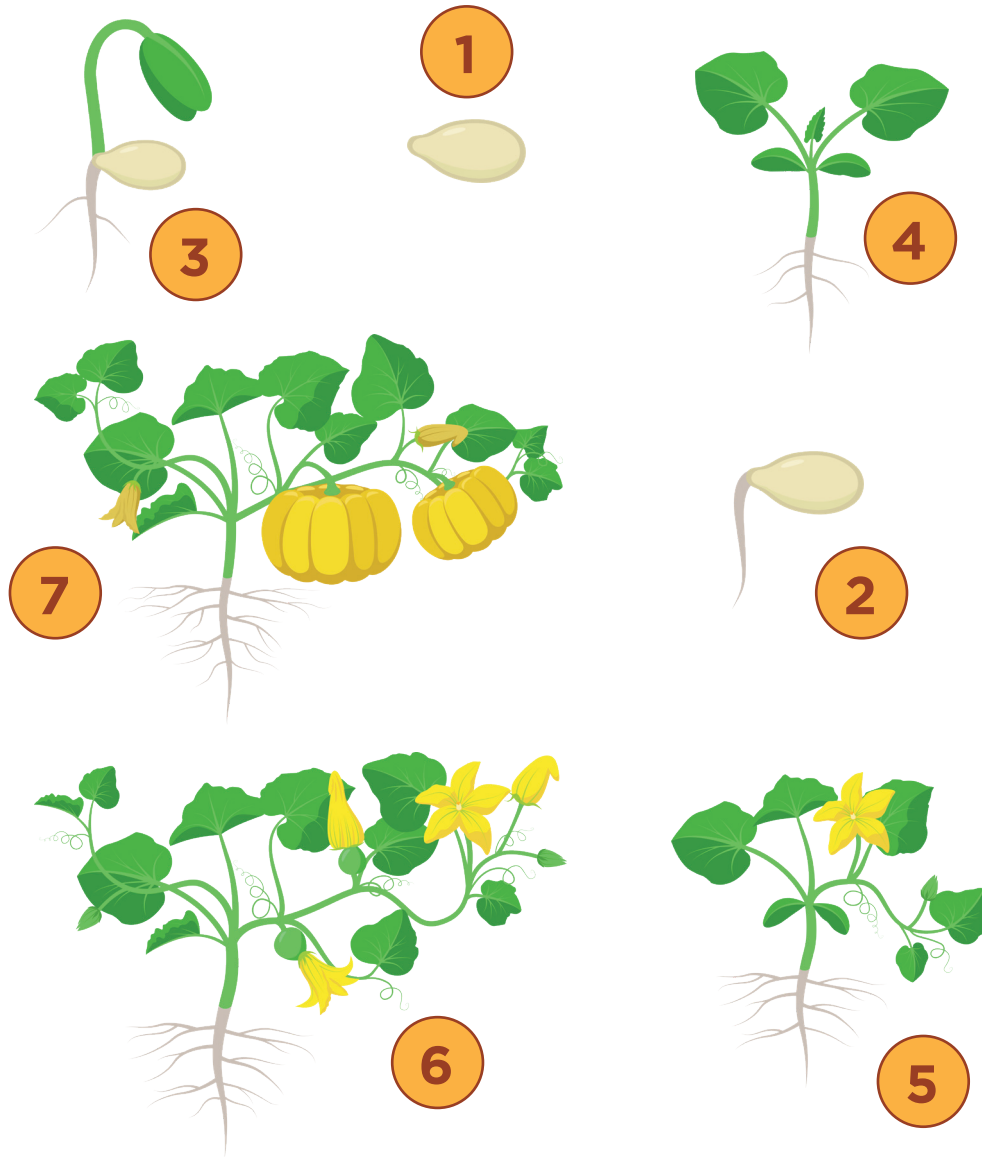


Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



Numérote dans l'ordre les images du cycle de la courge :



## Livret d'accompagnement

Parmi toutes ces cucurbitacées, entoure les 4 dont il est question dans l'histoire. Essaie de donner leur nom.



calebasse gourde - potiron rouge vif d'Étampes  
galeuse d'Eysines - coloquinte poire rayée









Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO



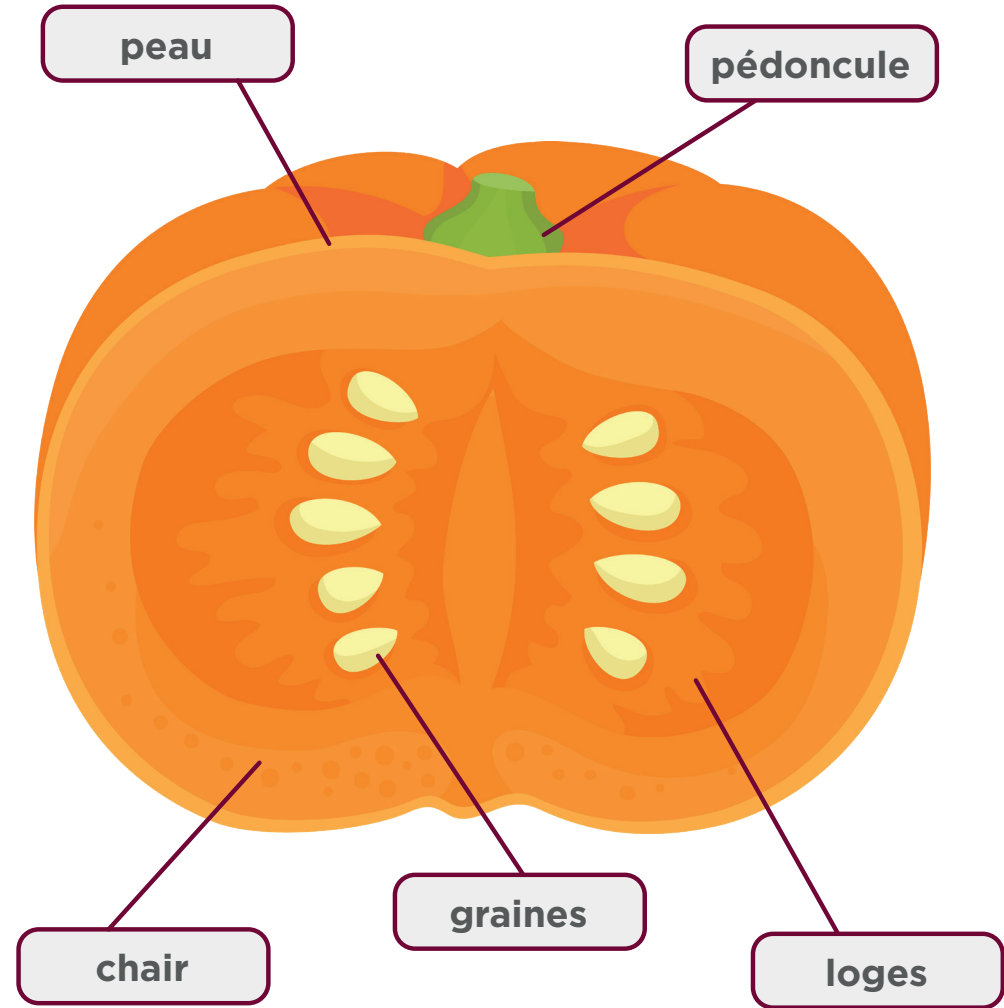


Pour chaque cucurbitacée, en cochant la bonne case dans le tableau, indique si elle est comestible ou pas :

	 comestible	 non comestible
		✓
	✓	
	✓	
	✓	
		✓
		✓

Complète la légende avec les mots ci-dessous :

chair - graines - loges - peau - pédoncule



Conception et réalisation :

Martine DEMIRAS, Tom TABOUREL, Adrien FOXONET, Alexandre NICOLAS,  
Marie-Pierre GIRARD, Marie-Pierre DELTEIL, Sébastien SCOTTO

# CRÉDITS ICONOGRAPHIQUES

Courge musquée (pp. 1-65) : © natnatnat / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Brouette de courges (pp. 1-65) : © fresher / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Coupe d'une cucurbitacée orange (pp. 5, 47, 49, 53, 63, 65), pièces du puzzle (peau (p.50), pulpe (p. 51), loges carpellaires, graines, pédoncule (p.52)) : © uiliaaa / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Pédoncules, Silhouettes de courges (p. 6) : Martine de Miras / [Écolothèque de Montpellier Méditerranée Métropole](https://www.ecolothèque.de/Montpellier-Méditerranée-Métropole)  
Fleur mâle de cucurbitacée (p. 7) : © CreelShutterStock / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Fleur femelle de cucurbitacée (p. 7) : © No-1 Mr perfect / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Fleurs disséquées de cucurbitacée (p. 7) : © ribeiroantonio / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Panneau « danger »(p. 8) : © ankudi / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Potiron Rouge vif d'Étampes (pp. 11, 12, 14, 20, 39, 62, 64) : © Manfred Ruckszio / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Calebasse (gourde pélerine) (pp. 11, 12, 15, 19, 37, 62, 64) : © kenken840 / [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com)  
Galeuse d'Eysines (pp. 11, 12, 14, 28, 40, 62, 64) : © Picture Partners / [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com)  
Coloquinte poire rayée (pp. 11, 12, 15, 23, 38, 62-65) : © RomixImage / [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com)  
Graine de cucurbitacée germée (p. 13) : © Alena Brozova / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Fourchette & couteau (pp. 16, 19-34, 63, 65) : Domaine public | Source : [openclipart.org](https://openclipart.org) ; [aiga.org](https://aiga.org)  
Pomme d'or (pp. 19, 44) : © <http://cucurbitophile.fr> / [CC BY-NC-ND 2.0 FR](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr/) | Source : [cucurbitophile.fr](http://cucurbitophile.fr)  
Globe (pp. 19-33) : © Mr\_Vector / [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com)  
Œil (pp. 19-33) : [Icons8](https://www.icons8.com) / [CC BY-ND 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nd/3.0/)  
Engrenage avec clé (pp. 19-33) : © Aha-Soft / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Point d'interrogation (pp. 19-33) : [Flaticon.com](https://www.flaticon.com) / [CC BY 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/) | Source : [freepik.com](https://www.freepik.com)  
Gourde col de cygne (pp. 20, 36, 63, 65) : © khorkins / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Courgette (pp. 21, 41, 62, 64) : © Fleckstone / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Courge éponge (pp. 21, 63, 65) : © Lotus Images / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Massue d'Hercule (pp. 22, 62, 64) : © tanapon13p / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Melon cantaloup (pp. 22, 42, 63, 65) : © Olga Popova / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Cucuzzi (pp. 23, 39) : © Olga Popova / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Butternut (pp. 24, 36, 62, 64) : © bergamont / [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com)  
Plate de Corse (p. 24) : © aimpol buranet / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Bleu de Hongrie (pp. 25, 38, 62, 64) : © Picture Partners / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Chayote (pp. 25, 37) : © JIANG HONGYAN / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Citrouille (pp. 26) : © topseller / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Longue de Nice (pp. 26, 42) : © Uros Petrovic / [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com)  
Musquée de Provence (p. 27, 43) : © Julia Filipenko / [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com)  
Pâtisson (pp. 27, 43, 62, 64) : © Palokha Tetiana / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Pastèque à confire (p. 28) : © Lee waranyu / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Courge spaghetti (pp. 29, 41, 63, 65) : © Bronwyn Photo / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Giraumon (p. 29) : © slowmotiongli / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Verruqueuse de l'île Maurice (pp. 30, 45) : © <http://cucurbitophile.fr> / [CC BY-NC-ND 2.0 FR](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr/) | Source : [cucurbitophile.fr](http://cucurbitophile.fr)  
Potimarron (pp. 30, 44, 63, 65) : © Ksenia Lada / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Patidou (p. 31) : © George3973 / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Pastèque « Sugar Baby » (p. 31) : © jamakosy / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Concombre (p. 32) : © RAndrei / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Cornichon (p. 32) : © Mike Golubev / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Concombre des Andes (p. 33) : © Anamaria Mejia / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Courge serpent (p. 33) : © JIANG HONGYAN / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Luffa (p. 40) : © Background All / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Pastèque (p. 45) : © grey\_and / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)  
Graine, graine germée (pp.54, 62, 64), cotylédons (p.55, 62, 64), première feuille (p.55), plantule (p.56, 62, 64), pied avec bourgeon floral (p.56), pied fleuri, pied avec fleurs fécondées (p.57, 62, 64), fruit sur pied (p.58, 62, 64), cucurbitacée coupée et quartier (p.58), cycle de vie d'une cucurbitacée (pp. 59, 61) : © Andrii Bezvershenko / [Shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)

## TEXTE

« Origine et histoire » (p. 4) : Olivier Rialland / SAS CITRULUS | [www.citrulus.fr/les-cucurbitaces/origine-et-histoire](http://www.citrulus.fr/les-cucurbitaces/origine-et-histoire)  
(Références bibliographiques : MUSSET D., GRANGE S. (dir.), 2000, Espèces de courges : culture et usage des cucurbitacées, Barbantane, Alpes de Lumière, Musées et Patrimoine de Cavaillon, éd. Équinoxe, 144 p. ; PRADES J.-B., PRADES N., RENAUD V., 1995, Le grand livre des Courges, Paris, éd. Rustica, 183 p. ; PRADES J.-B., PRADES N., RENAUD V., 1998, Les Courges. Les cultiver, les conserver, les cuisiner, Paris, éd. Rustica, 319 p.)