

« Prenez-en de la graine !

Les légumes secs du jardin à l'assiette »



Consommées depuis plusieurs millénaires, les légumineuses seraient parmi les premières plantes à avoir été cultivées, avec les céréales. Présentes dans de nombreuses recettes traditionnelles à travers le monde, elles ont aujourd'hui toute leur place dans notre alimentation grâce à leurs vertus nutritionnelles et écologiques.

Précision de langage

D'un point de vue nutritionnel, le terme « légumineuses » désigne uniquement les plantes récoltées pour l'obtention de grains secs, c'est-à-dire les « légumes secs ». Cela exclut les plantes récoltées vertes (haricots verts, pois gourmands...) et les plantes utilisées pour l'extraction d'huile (arachide par exemple), qui appartiennent pourtant bien à la famille botanique des fabacées.

Les légumineuses sont une des solutions pour répondre au défi de nourrir l'humanité tout en respectant la planète. C'est ce que vous propose de découvrir cette exposition, produite à l'occasion de l'Année Internationale des Légumineuses.

Exposition réalisée par
www.epicurium.fr



avec le soutien de la **Fondation Louis Bonduelle**
Comité scientifique : Marie-Josèphe Amiot-Carlin (INRA),
Michel Pitrat (INRA), Pascal Coquin (GEVES)
Crédits photo Thinkstock / Fotolia

