



ARBRE A SALADE

Toona sinensis

Famille	Meliacées
Origine	Asie de l'Est
Taille	1 à 15 m
Floraison	Mai à juillet
Parties comestibles	Jeunes pousses
Période de cueillette	Début du printemps



Propriétés médicinales

Les feuilles de l'arbre à salade sont utilisées en médecine traditionnelle chinoise pour leurs capacités anti-inflammatoires et antivirales. Elles auraient également des propriétés antioxydantes et digestives.

Recette de cuisine

Omelette aux feuilles de Toona Sinensis : Faire revenir les jeunes feuilles finement hachées dans un peu d'huile. Battre les œufs et les verser dans une poêle beurrée puis ajouter les jeunes feuilles. Chauffer jusqu'à ce que l'omelette soit prête.

Le « Saviez-vous ? »

Les jeunes feuilles du Toona Sinsensis sont traditionnellement utilisées en Asie pour aromatiser les plats et relever les salades, ce qui lui a valu son nom d'arbre à salade. Ses jeunes pousses sont réputées pour leur saveur d'oignon et d'ail.

Comment le cultiver ?

Arbre facile à cultiver dans tous types de sols bien drainés avec une exposition plutôt ensoleillée. Floraison printanière à estivale.