

Les Journées de l'Arbre, de la Plante et du Fruit

Des journées dédiées au végétal

Chênes & Oignons

Le chêne, un arbre fruitier !

Il fait partie de la famille botanique des fagacées, comme le châtaignier, et les glands sont ses fruits. Ils sont une ressource alimentaire précieuse, que l'on a malheureusement perdu l'habitude de consommer, pourtant dans l'histoire, de nombreuses cultures, gauloise, amérindienne, asiatique les considèrent comme essentiels dans l'alimentation. En général, il n'est pas possible de les consommer sans une longue préparation, car ils sont extrêmement astringents dû aux tanins. Cependant les glands du chêne vert et du chêne liège sont dits "doux", c'est-à-dire qu'ils contiennent peu de tanins et peuvent être consommés comme une châtaigne (plus facile à éplucher). La récolte de glands demande peu d'efforts, leur consommation a été perçue comme signe de paresse, d'où l'expression "glandeur", qui à l'origine désignait la personne menant les cochons aux glands.

L'oignon, un légume santé !

Allium cepa (nom botanique) de la famille des alliacées est une plante bulbeuse bisannuelle.. Il est cultivé depuis plus de 4500 ans. Les premières traces de production viennent de Mésopotamie, ensuite l'Égypte antique, la Grèce, l'Empire romain puis le reste de l'Europe et du Monde. Il est même symbole d'intelligence dans la Chine ancienne. Au Moyen Âge, l'oignon très consommé, intègre énormément de recettes médicinales. Par exemple, on l'utilise pour soigner les verrues et éradiquer la typhoïde. C'est aussi au Moyen Âge que l'oignon devient vraiment populaire en Europe et est un pilier dans la cuisine et l'alimentation, notamment dans les pays méditerranéens. De nos jours, on le retrouve dans quasiment toutes les régions où le climat est tempéré. Il est source de nombreuses vitamines et minéraux et apporte de nombreux bienfaits pour la santé

sam. 15 et dim. 16 nov 2025- 9h à 19h
Champ de foire et foyer

P.A.F. : 4€ | 2 jours : 6€ | réduit : 3€ | GRATUIT pour les - de 12 ans

**Collections Variétales, Dégustations, Expositions,
Ateliers / Conférences, Démonstrations,
Sur les thèmes de la diversité variétale, la sauvegarde des
variétés anciennes et locales, les techniques culturelles, la
multiplication, la libre circulation des semences, la
transformation et la gastronomie.**

PLUS DE 180 EXPOSANTS

**Pépiniéristes spécialisés, producteurs, transformateurs,
artisans, artistes, associations sur l'environnement et
l'agriculture paysanne, librairie spécialisée, pôle
restauration.**

QUISSAC (30)

www.piemont-cevenol-tourisme.com



06 65 03 70 32 ou 07 49 64 89 86



dimanches.verts@gmail.com



www.dimanchesverts.org

38e édition

Les Journées de l'Arbre de la Plante et du Fruit



Oignons et Chênes



15-16 Nov. 2025
Quissac (30)

06 65 03 70 32 / 07 49 64 89 86 - www.dimanchesverts.org
9h à 19h PAF: 4€/ 2 jours: 6€/ Gratuit -12 ans



Réalisation: Dimanches verts. Impression LA BA COM' Conqueyrac. Ne pas jeter sur la voie publique