



Radis

Conseil : les feuilles de radis sont également comestibles et peuvent être utilisées dans les soupes.

Après avoir été chauffé, le radis a un goût moins prononcé.

Vous n'aimez pas le goût piquant des radis ? Essayez de les éplucher !

Catégorie

Famille des crucifères

Stockage

Les radis peuvent être conservés au réfrigérateur durant quelques jours sans feuillage, mais l'idéal est de les consommer le plus tôt possible pour qu'ils soient croquants.

Si vous les conservez au réfrigérateur, il est préférable de les mettre dans un sac en plastique perforé.

Utilisations culinaires

En accompagnement, en salade, à l'étouffée ou bouillie.

Disponible

Disponible toute l'année

Valeur nutritionnelle

Sont riches en eau, vitamine C, potassium, calcium, sodium, phosphore et fibres alimentaires.