



Disponibilité : toute l'année!

## Pourquoi l'adopter?

**Parce qu'il remplace de manière originale les traditionnelles pommes de terre!** Son goût unique se rapproche du navet et de l'artichaut avec une pointe de noisette, un régal! Cru, on le cuisine comme le radis. Cuit, on l'utilise en salade, en purée, en friture et même en soupe.

**Parce qu'il est méconnu et qu'il a un joli nom!** Le topinambour est un légume racine que l'on gagnerait à mieux connaître. Il renferme des glucides qui contribuent à une bonne santé intestinale. Ses sucres pourraient également jouer un rôle dans la prévention de certains cancers et de l'ostéoporose.

## Pourquoi manger local?

Pour le plaisir, pour la santé, pour soutenir l'économie locale, pour les impacts sociaux positifs, pour l'environnement.