

Les légumineuses : Bonnes pour notre santé et celle de la planète

Dossier de la rédaction de H2o
November 2023

Haricots rouges, flageolets, lentilles, pois cassés, pois chiches... les légumineuses forment une famille de plantes aux déclinaisons aussi comestibles que multiples. Ces légumes secs dont les graines sont contenues dans des gousses n'ont cependant pas toujours la cote. Leur culture et leurs usages ont fortement régressé en Europe au cours du XXe siècle. Pourtant le développement de leurs cultures et de leur consommation aurait des bienfaits à la fois pour notre santé, celle des animaux, celles des écosystèmes et celles de la planète Terre.

Michel Duru, directeur de recherche, UMR AGIR (Agroécologie, innovations et territoires), INRAE et Marie-Benoit Magrini, économiste, ingénieur de recherche hors-classe, responsable du groupe filière Légumineuses à l'INRAE - The Conversation