

Recettes "sauvages"

Chips d'orties

Ramasser les jeunes feuilles sommitales une à une, faire chauffer de l'huile de friture, jeter les feuilles une à une dans l'huile et les retirer immédiatement !

Poser les feuilles sur du sopalin, salez et c'est prêt ! Bon appétit !



Miel de Pissenlit

Ingrédients: 2l d'eau, 2l de fleurs de pissenlit, 2kg de sucre, le jus de 2 citrons, 4 feuilles de gélatine ou agaragar.

Porter les fleurs et l'eau à ébullition ; laisser macérer pendant 12 heures. Filtrer, ajouter le sucre, le jus de citron. Cuire à feux doux pendant 1 à 2 heures. En fin de cuisson, ajouter les feuilles de gélatine ou l'agaragar. Cuire encore pendant quelques minutes. Conserver à l'abri de la lumière et au frais.



Sirop de bourgeons de sapin

3 à 4 poignées de bourgeons, 1l d'eau, 1kg de sucre brun, antiferment (ac. citrique ou citron)

Laver et hacher les bourgeons puis les laisser tremper une nuit. Les cuire avec l'eau de trempage et le sucre jusqu'à consistance d'un sirop perlé. Laisser refroidir. Lorsqu'il est tiède, ajouter l'antiferment. Couvrir avec un linge et laisser macérer pendant 2 à 3 jours. Filtrer et mettre en bouteille.

Tartare d'ortie à l'ail des ours

Hacher finement l'ortie et l'ail des ours, saler, mélanger avec de l'huile d'olive ou de la ricotta et tartiner. Pour la déco, fleurs diverses comestibles (pâquerettes, violettes, cardamine, alliaire, etc.)

Il est aussi possible de décorer avec des bourgeons d'ail des ours ou fleurs de raiponce en épis frits.

Dips

Hacher la pimprenelle ou l'oseille ou la berce et mélanger avec du yoghurt et du serré, saler, poivrer. Idéal comme sauce pour tremper carottes, endives asperges, etc.

Crème pâtissière à l'aspérule odorante

Mélanger trois jaunes d'œufs, 100gr de sucre et 50 gr de farine jusqu'à ce que ça blanchisse.

Faire cuire ½ litre de lait avec 5 à 6 plantes d'aspérule séchées entières.

Verser le lait sur le premier mélange, faire chauffer le tout jusqu'à ébullition. Ajouter 50 gr de beurre par petits morceaux en mélangeant continuellement.

Laisser refroidir et déguster.

Vin d'ortie

Faire cuire une poignée d'ortie dans 1l vin rouge avec 100gr de sucre. Ajouter 0.5 dl de vinaigre de pomme. Laisser macérer 3 jours. Filtrer.