

Recettes des délicieux pestos de Josette, sortie botanique du 29 avril 2018

Recette ail des ours :

(Recette de base, facile !)

- * 40 g de feuilles d'ail d'ours
- * 20 g de poudre d'amandes et 20g de pignons de pin
- * 20 g de parmesan rapé
- * 40 g d'huile d'olive
- * 1 pincée de fleur de sel
- * 1 pincée de poivre du moulin

- 1) Lavez puis ciselez les feuilles d'ail d'ours. Mixez-les avec la poudre d'amande, le parmesan râpé. Salez et poivrez.
- 2) Versez l'huile d'olive dans la préparation, en petite quantité d'une manière discontinue, jusqu'à l'obtention d'une bonne consistance.

Se conserve facilement dans un bocal au frigidaire en recouvrant d'huile d'olive

Recette pesto d'orties

(Ne garder que les jeunes pousses)

- 1) Mixez les noisettes, réservez.
- 2) Dans un récipient, mixez ou pressez l'ail, mixez les orties crues par poignées, versez de l'huile d'olive en alternance.
- 3) Ajoutez les noisettes, sel, poivre, tamari, goûtez et ajustez.
- 4) Stérilisez un bocal et son couvercle. ...
- 5) Remplissez les bocaux.

Recette pesto d'alliaire

- * Feuilles d'alliaire (voire tiges uniquement) : 75 gr
- * Pignon de pin : 25 gr
- * Parmesan : 15 gr
- * Huile d'olive : 50 ml
- * Citron : 1/2 pc
- * Sel, poivre

- 1) Préparer les ingrédients : rincer, éponger et effeuiller les tiges d'alliaire. Râper le parmesan.
- 2) Confectionner le pesto d'alliaire : assembler le tout dans un récipient. Verser un peu d'huile. Ajouter le jus de citron pour atténuer l'amertume. Mixer le tout, terminer avec l'huile jusqu'à bonne consistance. Assaisonner.
- 3) Recommandations : Vous pouvez remplacer les noisettes par des pignons de pin, des amandes, des graines de tournesol,... Si vous n'utilisez pas le pesto tout de suite, vous pouvez le conserver dans un récipient sous une fine couche d'huile, voire le congeler

Josette nous a précisé qu'elle rinçait toutes ses feuilles au vinaigre d'alcool et à l'eau claire plusieurs fois, bien sûr.

Recettes tirées du livre de Séverine, sortie botanique du 29 avril 2018

"Tchai" de benoîte urbaine

Hachez finement des racines fraîches de benoite urbaine. Séparez-les en 3 parties :

- Faites bouillir la 1^{ère} partie dans l'eau pendant 10 minutes
- Retirez du feu, ajoutez la seconde partie et laissez infuser 10 minutes
- Lorsque le liquide est tiède, ajoutez le reste des racines et mixez longuement.
- Filtrez puis ajoutez du lait et du sucre à votre goût

Sablés aux feuilles de tilleul

- Faire sécher des feuilles de tilleul à l'air libre ou au four jusqu'à ce qu'il soit possible de les réduire en poudre
- Passez-les au moulin à café puis tamisez-les.
- Ajoutez la même quantité de farine, moitié moins de beurre, moitié moins de sucre et liez avec un œuf.
- Malaxez et écrasez bien entre les doigts pour sabler la pâte.
- Etalez délicatement, découpez dans la forme souhaitée, puis faire cuire dans un four préchauffé à 200°C.
- Dans une casserole, préparez du caramel et ajoutez-y du beurre : mélangez bien.
- Déposez une goutte de caramel sur chaque sablé et collez-y un demi-cerneau de noix/.

Apéritif de lierre terrestre

- Mélangez ½ l de vin blanc, 1 l de jus de pomme, 1 jus de citron et 1 cuillerée à soupe de vinaigre de pomme.
- Hachez deux bonnes poignées de lierre terrestre (tiges, feuilles et fleurs) et ajoutez au liquide avec 40 g de sucre complet.
- Mixer longuement puis laissez macérer une demi-heure
- Filtrez
- Ajoutez, avant de servir, ½ l d'eau gazeuse.