

Cueillette au fil de l'eau.

Mardi 26 mai 2015.

Mousse aux pousses d'épicéa.

Mixer des jeunes pousses d'épicéa avec du sucre et de la crème de soja.

Filet de consoude.

Prendre deux feuilles de consoude de même taille, coller les deux feuilles et passer au rouleau à pâtisserie, faire une pâte à beignets en mélangeant de la farine, du sel, de l'eau et un peu de levure chimique puis passer dans une poêle avec de l'huile d'olive.



Sushi de lierre terrestre et consoude.

Hacher le lierre terrestre, hacher de la menthe et hacher un peu d'origan sauvage. Cuire du riz collant. Mélanger le riz avec les herbes hachées, ajouter de l'huile d'olive et du vinaigre, saler et poivrer. Rouler dans des feuilles de consoude.



Cake au chocolat et tanaisie.

Pour 6 personnes : 2 œufs – 100 g farine – 1 sachet de levure – 70 g huile – 80 g sucre – 100 g yaourt – 50 g chocolat – 1 bol de feuille de tanaisie.

Enlevez la nervure centrale de la feuille de tanaisie, hachez les feuilles.

Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre, la levure, le yaourt, les œufs, l'huile et la tanaisie hachée.

Mettre la pâte dans les moules à muffins, ajouter dans chaque muffin un morceau de chocolat et faire cuire à 180°C pendant environ 30 minutes.

