

Je cuisine les fleurs

Belles, enivrantes, délicates, puissantes, envoûtantes...
On admire les fleurs, on les cueille, on les offre...

Et si nous les mangions? Découvrez **24 fleurs sauvages ou des jardins** à cuisiner : **violette odorante, pâquerette, lilas, immortelle, primevère, capucine, glycine, lavande**... Qu'elles se déploient majestueusement ou qu'elles soient timides, minuscules et rampantes, qu'elles soient communes ou méconnues, toutes ont en commun d'être riches en saveurs et en vertus qu'il serait bien dommage d'ignorer en cuisine.

Vous trouverez dans ce livre **les conseils de récolte, de préparation et de conservation** nécessaires à leur utilisation. Pour chaque fleur, un rappel de ses caractéristiques (nom latin, période et lieu de cueillette, symbolique, saveur, propriétés et utilisations privilégiées) vous aidera à l'accommoder au mieux. Plus de **50 recettes** d'entrées et en-cas, salades et soupes, légumes et plats, desserts et assaisonnements, boissons... vous permettront de les déguster en toutes circonstances. **Beurre de bleuets, gaspacho à la capucine, œufs mimosas à la cardamine, cocotte de moules à l'immortelle, brioche royale à la reine-des-prés**... Avouez que c'est alléchant!



Depuis plus
de 35 ans, la Scop
Terre vivante édite des
livres d'écologie pratique,
ainsi que le magazine
Les 4 Saisons du jardin bio.
Terre vivante a également
créé des jardins écologiques
en Isère, proposant des
stages pratiques.

www.terrevivante.org



Livre imprimé en France
sur du papier issu de forêts
exploitées en gestion durable.



Amandine Geers, créatrice culinaire,
et Olivier Degorce, photographe, sont
auteurs de nombreux ouvrages et animent
What's for dinner, une association qui
propose des ateliers de cuisine alliant plaisir,
santé et bon sens écologique, au grand public
comme aux professionnels.