

Célébrer la floraison de la Terre

avec la Rose, l'Aubépine
et le Pommier

— *Cuisine sauvage*



L'Églantier, Rosa canina, Rosacées



Le Pommier sauvage, Malus sylvestris, Rosacées



L'Aubépine, Crataegus monogyna, Rosacées

La panna cotta à la Rose

Adoucir nos cœurs

Pour 4 petites panna cotta :

- Cueillez 17 Roses sauvages fraîchement ouvertes, avec soin et gratitude, dans un lieu où elles sont nombreuses.
- Dans une casserole, versez **25cl lait d'avoine** avec les pétales et les étamines de la Rose sauvage. Couvrez et laissez infuser à feu très doux. Coupez le feu au premier frémissement.
- Laissez infuser à couvert pendant 10 min et filtrez.
- Dans un petit récipient, délayez **1/2 cc d'agar-agar (1g)** avec un peu de lait d'avoine froid.
- Ajoutez l'agar-agar au lait infusé de Rose et portez à ébullition 30 secondes en fouettant.
- Coupez le feu, ajoutez **1 petite CS de miel**.
- Versez dans des petites coupelles, décorez avec des pétales et laissez figer.
- Réservez au frais.





La pomme d'amour à la Rose

Pour retrouver nos cœurs d'enfant

Laissez infuser **100g de pétales de Roses sauvages** ou d'une variété parfumée et non traitée dans **15cl d'eau froide** toute une nuit avec **100g de sucre**.

Versez la préparation dans une casserole et laissez évaporer l'eau et caraméliser sur feu moyen en ajoutant **1 cc de jus de citron**.

Placez une baguette fine en bois dans vos **2 pommes** (voir photo).

Coupez le feu quand le caramel est bien onctueux et attendez qu'il n'y ait plus de petite bulles dedans.

Enrobez la pomme de ce caramel en vous aidant de la baguette en bois pour la tourner dans le caramel dans la casserole.

Vous pouvez l'arroser d'1 cc d'hydrolat de Rose et rajoutez des pétales de Rose pour la décoration.

Célébrer la floraison de la Terre

« Envoie-moi un amour qui s'infiltré dans le centre de l'être
et, de là, se répand dans les branches de l'arbre de vie pour donner naissance aux fruits et aux fleurs..»

Rabindranath Tagore

compositeur, écrivain, dramaturge, peintre et philosophe indien



L'infusion à froid d'Aubépine

- Présentez-vous à l'Aubépine pour lui demander la permission de la cueillir.
- Placez ses fleurs dans un bocal et remplissez-le d'eau froide.
- Refermez le bocal et laissez infuser au moins 4 heures.
- Filtrez (ou gardez les fleurs poétiques dans votre verre) et dégustez.
- A boire dans la journée

L'infusion à froid de Rose

- Procédez de la même façon que pour l'infusion à froid d'Aubépine

Célébrer la floraison de la Terre

« Ils étaient là tous les deux, comme des déshérités et des malheureux. Tout comprenait autour d'eux, depuis la plus petite plante jusqu'au plus gros frêne, et les bêtes, et les astres même sans doute, et la terre, là, sous ses pieds avec son grumelles, et son feutrage et ses veinules d'eau. Tout comprenait et était sensible. Ils étaient seuls à être durs et imperméables malgré leur bonne volonté.»

Jean Giono
écrivain, poète



Le lait de Rose

Savourer la douceur et l'apaisement

- > Dans une casserole, laissez infuser une belle poignée de pétales de Rose parfumée (sauvage ou cultivée) dans 2 belles tasses de lait d'avoine : montez tout doucement en température en couvrant et coupez le feu quand l'eau commence à peine à frémir. Laissez infuser 10 min avec un couvercle avant de filtrer.
- > Vous pouvez sucrer avec 1 cc de miel et, aussi, rajouter des fraises que vous mixerez au mélange.
- > Vous pouvez consommer ce breuvage chaud ou froid.



Bonnes dégustations sauvages !