

Voir dans l'invisible

avec le Pin sylvestre,
le Mélèze
et le Cyprès

— *cuisine sauvage*



Le Pin sylvestre, Pinus sylvestris, Pinacées



Le Cyprès, Cupressus sempervirens, Cupressacées



Le Mélèze, Larix decidua, Pinacées

Voir dans l'invisible

« Les arbres tendent leurs branches,
ils s'élèvent vers l'invisible,
dans le silence,
ils apprennent des étoiles
l'art de respirer. »

Rabindranath Tagore

compositeur, écrivain, dramaturge



Sucre de conifères

∴

- Pré-découpez **2 grosses poignées d'aiguilles de Pinacées** (Pin, Mélèze, Epicéa ou Sapin, ou un mélange d'aiguilles de ces arbres) avec un couteau très aiguisé en fins morceaux.
- Dans un moulin à café électrique, mixez **50g de sucre** avec les aiguilles pré-découpées pour obtenir une poudre fine et odorante.
 - Laissez sécher sur un tamis dans un endroit chaud et sec pendant 24h puis, mettez en bocaux pour utiliser, plus tard, votre sucre de conifères dans vos recettes.

Voir dans l'invisible

« Le silence est l'âme des choses,
Il respire sous l'écorce,
Il éclaire la montagne,
Il s'allonge dans les plaines,
Il veille dans notre cœur. »

René Char

poète



Biscuits de Pin sylvestre

pour une dizaine de biscuits

- Préchauffez le four à 180°C.
- Pré-découpez **2 belles poignées d'aiguilles de Pin** avec un couteau très aiguisé en fins morceaux.
- Mixez **50g de sucre** avec les aiguilles de Pin dans un moulin à café électrique pour obtenir une poudre fine et odorante.
- Dans un saladier, tamisez **130g de farine de petit épeautre** avec **1/2 cc de bicarbonate alimentaire** et ajoutez **45g de poudre d'amande**.
- Dans un autre saladier, fouettez ensemble **1 petite CS de miel**, **1 blanc d'œuf** et **2,5cl d'huile d'olive** et ajoutez ce mélange au premier saladier puis mélangez pour obtenir une pâte homogène.
- Formez les biscuits et enfournez une quinzaine de minutes.
- Ils se conservent bien dans une boîte 15 jours.

« Au vif de la lune, dans ce rond d'herbe courte que le bois embrassait,
un beau pin-lyre dressait ses deux troncs. Comme on s'approchait,
l'arbre se mit à chanter d'une voix qui était à la fois humaine et végétale. »

Jean Giono

écrivain



Crème onctueuse de résine

- Laissez infuser 1 tout petit bout de résine (1x1cm) bien sec* à température ambiante dans 40 cl de crème liquide pendant 3h, à couvert.

(*prélevez un morceau de vieille résine sur l'arbre, plus orangée cassante et moins gluante)

(si vous optez pour de la crème végétale et que vous souhaitez la monter après, prenez de la crème soja)

- Retirez la résine.
- Vous pouvez utiliser cette crème végétale en sucré ou en salé, montée ou non.
- Si vous l'utilisez en salé : salez et poivrez généreusement.
- Si vous souhaitez la monter : placez la crème toujours bien couverte dans l'endroit le plus frais de votre frigo pendant au moins 5h avec le fouet de votre robot-batteur électrique (il faut que tout soit bien froid pour que la crème monte) puis battez longtemps à vitesse maximale avant d'incorporer (si vous souhaitez la version sucrée) 2CS de sucre glace tout en continuant à battre. Dégustez.

« Que je fasse de ma vie
une chose simple et droite
comme une flûte de roseau
que tu puisses emplir de ta musique. »

Rabindranath Tagore

compositeur, écrivain, dramaturge



Savoureuses dégustations sauvages !