

Repas avec des fleurs de lis et de lavatière et des pousses de cactus à Toujouse

Nadia Boyer poursuit son cours de cuisine sauvage



Repas avec des fleurs de lis et de lavatière et des pousses de cactus à Toujouse

Mercredi 4 juillet, 1er mercredi du mois, c'est le jour du cours de Nadia Boyer. Elle entraîne ses élèves dans son jardin pour y cueillir des fleurs de lis à fleur simple et double (hémérocalle) (1), ainsi que des boutons de fleurs de lis. Puis on prélève des fleurs bleues de lavatière et des pousses de cactus. Ensuite, tous reviennent à la cuisine de la salle des fêtes de Toujouse pour y préparer le repas.

Trois plats

Ce jour-là, il s'agit de confectionner trois plats : une salade de fleurs de lis et de lavatières qui viennent couvrir partiellement de la bonne salade romaine émincée : un peu d'assaisonnement et voilà la salade prête. Il y a, en plus, le plaisir des yeux : l'orange des lis, le bleu des lavatières et le vert très clair de la salade romaine s'harmonisent parfaitement.

Le deuxième plat consiste en une omelette de boutons de lis. Les lis sont légèrement chauffés à la poêle, puis on verse les œufs battus par-dessus. Quand l'ensemble, après avoir cuit quelques minutes, commence à sécher, Nadia Boyer, qui le surveille attentivement, le retourne pour que l'omelette montre son bel aspect doré. Il n'y a plus qu'à couper des parts...

Les pousses de cactus

Enfin, c'est le tour des pousses de cactus. Il faut d'abord les débarrasser de leurs épines : pour cela, Nadia frotte les cactus avec un bouchon de papier journal et élimine les récalcitrantes en grattant les pousses avec un couteau. Ainsi nettoyées, elles sont blanchies quelques minutes dans une casserole d'eau chaude, puis émincées pour faire une deuxième à elles seules.

Les personnes présentes dégustent ces trois plats avec grand plaisir : comme toujours, les plats que confectionne Nadia Boyer, avec des plantes inhabituelles, ont un goût fin qu'il faut faire attention de ne pas couvrir par un assaisonnement trop épicé.

(1) Le lys d'un jour (ou hémérocalle) est de la famille des liliacées (ail, poireau, lys etc.). Il est connu pour son anti-acidité. Les jeunes feuilles, les fleurs, les boutons et les racines sont comestibles. Les fleurs permettent de faire de belles salades composées ou des beignets. On prépare les boutons en omelette ou en salade. Enfin, les racines peuvent être utilisées comme des pommes de terre (Nadia Boyer).



Cueillette de fleurs de lis...



... et de lis en boutons



Des fleurs de lavatière sont ajoutées



Cueillette de pousses de cactus



Éminçage de la salade romaine



Élimination des épines



La salade est prête



Les œufs battus sont versés sur les boutons de lis



L'omelette est retournée



Les trois plats du repas