



Ce petit fruit moelleux et si délicat est tellement savoureux et unique, qu'on lui accorda le nom d'une couleur en peinture mais également un verbe signifiant « parfumer à la framboise »: Je framboise, tu framboise...Corine aux pays des framboises!

Tant au niveau de la santé pour ses vertus anti oxydantes, toniques et dépuratives que pour les multiples recettes que son « p'tit goût acidulé »m'inspire, la framboise est un nectar!

Personnellement elle me rappelle la confiture du matin réalisée avec soin par ma mère. Très loin de ces matins sucrés, je vous propose une vinaigrette : 100 gr de framboises, 2c. à soupe de vinaigre (aromatisée au fruits, c'est meilleur), ½ tasse d'huile végétale, 1 petites échalote sèche, 1c. à soupe de sirop de maïs, sel et poivre au goût, passer le tout au robot culinaire.

Mon coup de cœur de la saison, c'est la fleur d'ail...à découvrir, c'est un vrai délice! Crue, elle nous offre un gout qui a du chien, et l'haleine qui va avec... mais j'aime bien quand même. J'ai le caractère qui répond à l'appellation! Mais quand mon amie Martine des Jardins du Ruisseau Ball m'a amené cette « bibitte »...je lui ai demandé 2 minutes afin de trouver un taille crayon... devenu taille fleur d'ail! Superbe! Et puis, les expériences : cuite simplement a feu doux, au beurre, parsemée de fleur de sel...cela devient un légume qui n'a plus rien du chien et ornera vos plats avec merveille! Pour pouvoir la consommer à l'année, j'en fais un pesto : de la fleur d'ail, de l'huile et un peu de sel et hop, au congélateur. Voilà pour ma découverte de la semaine.

Corine

Chef, Le Cinquième Élément