

## ...ET GOURMANDES

### TOASTS APÉRITIFS :

- Fromage de chèvre ou St Marcellin affiné + Velours de thym
- Fromage frais + Velours de Sureau ou de Menthe



### MUESLI :

Dans un bol, mouiller des flocons de céréales puis ajouter du sirop de Sapin ou de Sureau, des fruits frais et sec, 1 jus de citron et 1 CC d'huile riche en oméga 3. Voici un petit déjeuner nourrissant !

### CRÊPES :

Tous les Velours ravissent petits et grands en nappage de crêpes maison !

Crêpe chèvre/Thym : tartiner une crêpe avec du fromage de chèvre affiné puis déposer 1 grosse CC de Velours de Thym. Dégustez chaud.

### TARTE ABRICOT/LAVANDE :

Étaler une pâte brisée et la recouvrir d'une CS de semoule fine pour absorber le trop plein de jus. Répartir les oreillons d'abricots et sucrer légèrement. Cuire à 180°C. A la sortie du four, napper avec du Confit de Lavande. Servir tiède.



### BOISSONS ALCOLISÉE :

- Dans un verre, verser 1 doigt de sirop de Sureau ou de Sapin. Ajouter à votre convenance vin blanc et eau pétillante. Ou avec un Crémant. Mélanger.
- Dans un verre, verser 1 doigt de sirop de Monarde puis compléter avec de la bière et éventuellement de la limonade.



### BOISSON SANS ALCOL :

Dans un verre, mélanger 1 doigt de sirop de Douglas, 2 doigts de jus d'orange et compléter avec de l'eau pétillante.

PRODUCTRICE-CUEILLEUSE

INSTALLÉE À 600M D'ALTITUDE, JE

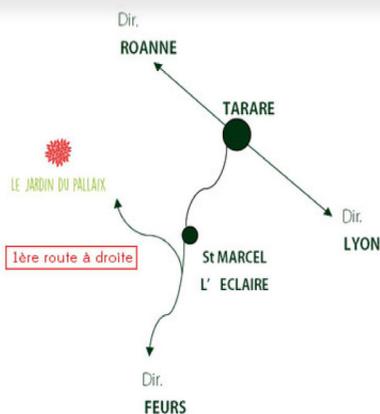
CULTIVE 2/3 DES PLANTES EN AGRICULTURE

BIOLOGIQUE ET JE CUEILLE LE RESTANT DANS DES LIEUX PRÉSERVÉS.

CUEILLETTE, EFFEUILAGE, TRI, SÉCHAGE ET TRANSFORMATION SONT RÉALISÉS MANUELLEMENT SUR MA FERME.

### POUR TROUVER MES PRODUITS

- Boutique à la maison sur RDV
- Au Marché de Tarare le samedi matin et marchés gourmands
- Dans les Magasins de producteurs, AMAP, Ruche qui dit Oui, Epiceries



ISABELLE ROCCATI-BOSCH

21 CHEMIN DU PALLAIX - 69170 ST MARCEL L'ÉCLAIRÉ

[www.lejardindupallaix.fr](http://www.lejardindupallaix.fr)

Tel : 06.77.53.36.97

Mail : lejardindupallaix@outlook.fr



LE JARDIN DU PALLAIX

production & animation



## CONSEILS D'UTILISATION & RECETTES

TISANES, VELOURS & CONFITS, AROMATES, SIROPS, THÉS, SELS, VINAIGRES & HUILE PARFUMÉS AUX PLANTES

### PANIÈRES CADEAUX

DES PRODUITS SAVOUREUX POUR DES RECETTES ORIGINALES



AGRICULTURE BIOLOGIQUE

## LES VELOURS ET CONFITS

### 9 PARFUMS :

LAVANDE, MÉLISSE, MENTHE, MONARDE, ROSE, SAUGE SCLARÉE, SUREAU, VERVEINE, THYM.

Préparations sucrées délicieusement parfumées par infusion de plantes puis gélifiées.

A déguster en sucré (tartines, crêpes, pour napper vos laitages, sucrer vos tisanes, ou en sucré-salé (cf Recettes) et créer des toasts originaux.

SANS CONSERVATEUR, ILS SONT À MAINTENIR AU FRAIS APRÈS OUVERTURE. POTS DE 50 G, 125 G ET 250 G.



## LES SIROPS

MENTHE, SUREAU, MONARDE, SAPIN BLANC, DOUGLAS, VERVEINE

Boisson : sirop à diluer dans 6 à 7 fois son volume d'eau (cf Recettes)

Autres utilisations : nappage (laitages, desserts, sorbets et glaces) et kirs surprenants (Sureau et Sapin avec vin blanc et eau pétillante, Monarde avec de la bière)

SANS CONSERVATEUR, ILS SONT À MAINTENIR AU FRAIS APRÈS OUVERTURE BOUTEILLE 25 CL



## LES THÉS AUX PLANTES

DES THÉS BIO SANS ARÔMES AJOUTÉS, UNIQUEMENT PARFUMÉS PAR LES PLANTES DU JARDIN :

- Thé vert Rose et Géranium rosat
- Thé vert Mente marocaine
- Thé vert Verveine d'argentine (goût d'agrumes)
- Thé noir Rose et Géranium rosat
- Thé noir Bergamothé (Menthe Bergamote et Monarde) (goût Earl Grey)

SACHETS DE 50 G ET COLIS CADEAU DE 3 ÉPROUVETTES DE 15 G.

## BISCUITS AUX GRAINES DE CAROTTE

SAUVAGE

Des biscuits secs façon Canistrellis, à consommer dans le café ou à grignoter. Sans sel et peu sucré.



## LES TISANES

Cueillette, effeuillage, tri, séchage et transformation sont réalisés manuellement sur ma ferme.

### MÉLANGES :

Après-repas, Détente, Circulation, Eiréné, Euprosine, Fleurie, Frimas, Séléne, Silhouette, Souplesse

Vous pourrez trouver leur composition sur mon site internet.

SACHETS DE 20 G À 30G, SACHETS À LA DEMANDE.

### PLANTES SIMPLES :

Vous pouvez me commander des plantes seules à votre convenance. Par exemple : mélisse, menthe, camomille...



## LES AROMATES

AROMATES MÉLANGES : Provençal, Taboulé, et « Poisson »

### AROMATES SIMPLES :

Ail des ours en paillette, Estragon, Hysope, Origan, Ortie, Romarin, Sarriette, Thym

POT DE 15 G.

## LES SELS FINS AUX PLANTES

- Ail des Ours sur les salades,
- Céleri (=livèche qui est un céleri vivace) (sur les jus de tomate),
- Fenouil sur le poisson (en papillotes ou dans l'assiette),
- Romarin (sur viandes et pommes de terre),
- Ortie-Persil (à saupoudrer partout où il vous chante).

POT 30 G.



## GROS SEL AUX PLANTES POUR LA CUISINE

• Gros sel aux HERBES (thym, sarriette, origan, romarin, serpolet, laurier) pour les grillades et courts-bouillons

• Gros sel POISSON (fenouil, thym citron, monarde, agastache anisée) pour les courts-bouillons et en papillotes POT 90 G, MOULIN 60 G OU RECHARGE 150 G.

## VINAIGRES DE CIDRE BIO AROMATISÉS

Vinaigre bio et local, non pasteurisé PARFUMS : Ail des Ours, Aneth, Estragon, Fenouil/Thym/Persil, Roquette, Sureau.

Pour transformer vos salades et déglacer vos viandes. BOUTEILLE 25 CL.



## HUILE D'OLIVE BIO AU BASILIC

Macération solaire de basilic petites feuilles dans de l'huile d'olive. Pour transformer vos salades. BOUTEILLE 25 CL.

# DES RECETTES ORIGINALES...

### DIP À L'HYSOPE :

Dans un bol, écraser un fromage blanc préalablement égoutté. Ajouter 1 CS de feuilles/fleurs d'Hysope en pot, saler, poivrer, et laisser reposer 1h pour diffuser les parfums. Servir sur des toasts ou accompagné de légumes crus en bâtonnets (carottes, courgettes...).

### FILET DE POISSON À LA MONARDE :

Cuire des filets de poisson en papillote avec 1/2 CC de gros sel « Poisson », 1 pincée de poivre et 1/2 jus de citron.

Au moment de servir, étaler 1 CC de Velours de Monarde et déguster.

### FENOUIL BRAISÉ À LA SAUGE SCLARÉE :

Cuire des quartiers de fenouil dans 1 fond d'eau salée. Egoutter puis les faire revenir délicatement dans une poêle sur feu doux. Au moment de servir, déglacer avec 1 grosse CS de Velours de Saugue sclarée.

### FILETS DE POISSON À L'ESTRAGON :

Cuire les filets de poisson de votre choix en papillote ou dans un fond d'eau salée/poivrée. En même temps, faire infuser des feuilles d'estragon dans de la crème fraîche légèrement salée pendant 10 min.

### HUITRES AU VINAIGRE

Le vinaigre « Fenouil/Thym/Persil » remplace avantageusement le classique « Vinaigre de vin/échalote » pour aromatiser les huîtres.

### MOUSSE AU CHOCOLAT/MENTHE

Faire une mousse au chocolat à votre convenance. La verser dans des verrines et faire prendre au froid. Déposer 1 grosse cuillère à soupe de Velours de Menthe et décorer avec 1 feuille de menthe. Réserver ou servir.

### PANNA COTTA À LA MÉLISSE :

Dans une casserole, chauffer 3/4l de lait de riz avec 1 CS de sucre. A ébullition, placer 5g de feuilles de mélisse sèche et laisser infuser jusqu'à refroidissement. Filtrer et réchauffer avec 2g d'agar agar. Faites bouillir 3 min., verser dans des verrines et laisser prendre au froid.

Napper de Velours de Mélisse avant de servir.