

# De la fleur à l'assiette

## Monarde pourpre

Les fleurs et les fleurs sont comestibles: elles dégagent des arômes de bergamotes et de menthe.

fraîches ou séchées , elles parfument ou remplacent le thé.

En cuisine, elles s'utilisent coupées fines dans un taboulé, dans une sauce, dans une farce ou sur des crudités.

On peut aussi en faire du sirop

## Crème dessert à la monarde

pour 4 personnes:

50cl de lait entier

3 oeufs

2 jaunes d'oeuf

100gr de sucre en poudre

4 feuilles de Monarde

une fleur de Monarde

mélanger les oeufs, les jaunes et le sucre en poudre à l'aide d'un fouet jusqu'à léger épaissement de l'appareil.

Faire bouillir le lait et versez le sur le mélange oeufs/sucre.

Ciseler les feuilles de Monarde ( coupez de très fines lanières) .

Mettre à infuser dans le mélange chaud, lait/œufs/sucre durant 5 minutes.

Filtrez et répartissez l'appareil dans quatre ramequins.

Faire chauffer le four à 160°, mettre les ramequins dans une plaque avec un peu d'eau ( bain-marie) et enfourner pendant environ 30 minutes .

sortez les du four, laissez refroidir à température ambiante et parsemer de fleurs de monarde.