

Les recettes des artisans du végétal



Daniel Zenner



Cuisinez les plantes de votre jardin !



Recettes issues du
livre « Gastronomie
et plantes des jardins »
de Daniel Zenner

Pensez global, achetez local
avec les artisans du végétal





Animation culinaire chez l'un de nos artisans du végétal de la région Est

La naissance d'un projet

Il y a quelques années, les producteurs de l'Est de la France, appartenant au réseau des horticulteurs et pépiniéristes de France ont décidé de se réunir pour imaginer une façon originale de présenter leurs plantes dans leurs établissements. Avec le succès des émissions culinaires, ils se sont aperçus que cuisiner était devenu une activité «tendance».

C'est alors qu'ils ont eu l'idée de cuisiner les plantes produites dans leurs serres et pépinières. Oui mais lesquelles ? Ils ne voulaient pas tomber dans la facilité des aromatiques ou des condimentaires mais voulaient promouvoir les plantes qu'ils cultivent.

Au fil des conversations l'un d'eux mentionne l'existence de Daniel Zenner, chroniqueur gastronomique et spécialiste de la botanique alimentaire.

Quelques mois plus tard, les voici tous en Alsace pour rencontrer Daniel Zenner et lui exposer leur projet. Ce dernier était en pleine réflexion sur un livre sur la Gastronomie et les plantes de nos jardins. Hasard ou destin ? C'était en tout cas un timing parfait ! Ensemble, ils ont sélectionné des plantes que les horticulteurs et pépiniéristes cultivaient dans leurs serres ou pépinières et Daniel Zenner les a mis à porté

de votre palais dans des recettes originales aux saveurs innovantes.

Mais qui est Daniel Zenner ?

Né en 1961, Daniel Zenner a obtenu son CAP de cuisine en 1977. Il a voyagé pour acquérir une solide expérience lui permettant de former depuis 1993 des cuisiniers de toutes l'Europe lors de stages sur la créativité culinaire «la nature est dans l'assiette».



Il est également chroniqueur gastronomique depuis 2001 et a animé des émissions culinaires sur diverses chaînes de télé et de radio.

Les photos du livre «Gastronomie et Plantes des Jardins» et de ce livret ont été réalisées par Jean-Claude Zenner, passionné de photographie. Il aime révéler la beauté du monde qui l'entoure grâce à son appareil photo et vous invite, à un merveilleux voyage dans l'univers sensuel des plaisirs gourmands.

La rencontre de ces amoureux de la nature fut donc très constructive.

Retrouvez la totalité des recettes de ce livret dans le livre de Daniel Zenner en vente dans la plupart des établissements des artisans du végétal au prix de 22€ ou bien sur commande auprès de votre producteur.



Les artisans
du végétal

Pensez global, achetez local

La Lavande



Plein soleil



Gel à partir de
-18°C



Arrosage faible



Engrais dose
moyenne



0.7 m
0.7 m
Buisson



Juin / Août
Parfum puissant

Elle forme des boules généreusement fleuries quand vient l'été. Son parfum puissant, reconnaissable entre tous, est très apaisant. Plantez-la après les dernières gelées en l'exposant au soleil dans un sol drainant et rajoutez du sable dans le fond du trou pour que l'eau ne reste pas au contact des racines. Après l'hiver, fin mars, taillez la lavande aux deux tiers et donnez lui une forme de boule.



Carpaccio de Saint-Jacques à la lavande

Préparation

Emincer le plus finement les noix de Saint-Jacques bien froides et fraîches. Les disposer sur les assiettes.

Ajouter le jus de citron, l'huile d'olive à la lavande puis la fleur de sel et un tour de moulin à poivre.

Disposer un filet de vinaigre balsamique.

Ingrédients (6 personnes)

- 12 noix de coquilles Saint-Jacques sans le corail
- Le jus de deux citrons frais

- Fleur de sel, poivre du moulin
- Huile d'olive à la lavande
- Vinaigre balsamique

La Pensée



Plein soleil /
à mi-ombre



Gel à partir de
-20°C



Arrosage modéré



Engrais dose
moyenne



0.2 m

0.2 m

Tapissant



Sept à Mai

Les petites pensées sont très résistantes au froid. Elles fleurissent tout l'automne et tout l'hiver, c'est un régal pour les yeux et pour les papilles ! Plantez vos pensées à l'automne ou au début du printemps. Vous pourrez en profiter jusqu'aux premières grosses chaleurs.



Canapés Pensées

Préparation

Détailler des canapés de la forme désirée.
Enrouler un filet d'anchois.
Garnir l'intérieur de tarama puis d'oeufs
de poisson.
Décorer d'une fleur de pensée .

Ingrédients (6 personnes)

- Des tranches de pain aux noix
- Des filets d'anchois à l'huile d'olive

- Une boîte d'oeuf de saumon ou de lump
- Une boîte de tarama
- Des petites pensées de printemps

La Rose de damas



Plein soleil
à mi-ombre



Gel à partir de
-18°C



Arrosage faible



Engrais dose
faible



2 m
1.5 m
Buisson



Juillet / Août
Parfum puissant

Cultivé en Bulgarie pour la production d'essence de rose ce rosier vous offrira d'énormes fleurs d'un rose intense. Il est reconnaissable par son parfum caractéristique et très agréable. La rose de Damas est parfaite pour la préparation de gelées, confitures et autres plats cuisinés. C'est un rosier non remontant. Seul les nouveaux rameaux donneront des fleurs l'année suivante vous pouvez donc tailler les rameaux de plus de 2 ans après la floraison.



Tiramisu à la rose de damas

Préparation

Réaliser votre sirop de rose (technique p 117 du livre «Gastronomie et plantes des jardins»).

Dans un saladier mettre les jaunes, le sucre et le sirop. Battre au bain marie afin d'obtenir une mousse blanchâtre. Il faut ne plus sentir de cristaux de sucre entre les doigts. Attention à ne pas dépasser 50°C. Ajouter dans cette masse à température ambiante le mascarpone et deux cuillères à soupe de pétales de roses hachées.

Imbiber des biscuits avec du sirop de rose légèrement dilué avec un peu d'eau et le jus de citron. Les déposer soit dans un plat, soit dans des récipients individuels.

Ajouter le mélange préparé.

Laisser prendre au frais au moins 6 heures.

Décorer de pétales de roses fraîches ou cristallisées et d'un soupçon de sucre glace.

Ingrédients (6 personnes)

- 1 paquet de biscuits roses de Reims
- 4 jaunes d'oeufs
- 80 g de sucre semoule

- 4 cuil. à soupe de sirop de rose
- 1/2 jus de citron
- 500 g de mascarpone
- Pétales de roses fraîches et cristallisées

La Primevère Acaule



Avec plus de 400 espèces et une palette de couleurs très variée la primevère Acaule colore nos bordures, pots et massifs à l'arrivée du printemps. Pensez à enlever régulièrement les fleurs fanées pour allonger la durée de floraison. Les fleurs crues dégagent un léger parfum mais ne supportent pas la cuisson, elles sont donc utilisées crues pour colorer les préparations.



Mi-ombre



Gel à partir de
-15°C



Arrosage modéré



Engrais dose
moyenne



0.2 m

0.2 m

Tapissant



Juin à Février



Pressé de foie gras aux primevères acaules

Préparation

Ôter la grosse veine sous les lobes.

Détailler les foies en escalopes de 1,5 cm. Les déposer dans une poêle anti-adhérente bien chaude.

Les laisser 20 secondes sur chaque face. Les sortir de suite sur un plat. Saler et poivrer, ajouter un trait d'Armagnac.

Étaler une double feuille de papier aluminium (environ 40 cm sur 40 cm). Aligner une rangée d'escalopes, sans la graisse. Le foie doit être à température ambiante mais non figé. Recouvrir de pétales jaunes. Renouveler l'opération jusqu'à épuisement des escalopes. Penser à alterner les couleurs des pétales, de façon à obtenir à la coupe l'effet désiré.

Rouler l'ensemble sur lui-même en donnant une forme de grosse saucisse. Bien serrer les extrémités, comme un bonbon.

Enfermer dans une bonne couche de papier film puis mettre au frais pendant au moins une nuit.

Au moment de servir, détailler de belles tranches avec un couteau à lame fine légèrement trempé dans de l'eau tiède. Du pain grillé et de la fleur de sel accompagneront merveilleusement bien ce foie gras printanier.

Ingrédients (6 personnes)

• 2 lobes de foie gras de canard cru, frais, de 500 à 600 g

- Fleur de sel, poivre du moulin
- 1 filet d'excellent Armagnac
- Assortiment de pétales de différents coloris

Le Lilas



Plein soleil
à mi-ombre



Gel à partir de
-25°C



Arrosage modéré



Engrais dose
moyenne



3 m
2 m
Buisson



Avril à Mai
Parfum puissant

Il dégage un parfum envoiçant. Il peut être utilisé en isolé ou en haie avec les seringat, viburnum, spirées ou cornouillers par exemple. D'abord de couleur crème lorsqu'elles sont en bouton, ses belles fleurs deviennent blanches lors de l'éclosion et se regroupent en bouquets. Le Lilas s'adapte à tous types de sols. Taillez les rameaux de plus de 2 ans qui ne donneront plus de fleurs.



Panna Cotta au Lilas blanc

Préparation

Prélever soigneusement les fleurs des pédoncules, en ôtant toutes les parties vertes. Les mettre dans le lait, dans un récipient hermétique, au frais pendant une nuit. Le lendemain, tremper les feuilles de gélatines dans de l'eau froide.

Bouillir la crème avec le sucre.

Verser le mélange lait et fleurs dans une passoire fine. Egoutter sans presser puis l'ajouter dans la crème sucrée chaude ainsi que les feuilles de gélatines ramollies.

Mouler dans un verre ou des ramequins.

Laisser prendre au moins deux heures au frais.

Ingrédients (6 personnes)

- 6 fleurs de lilas blanc
- 50 cl de crème fraîche fleurette

- 50 cl de lait
- 80 g de sucre semoule blanc
- 4 feuilles de gélatine, soit 12 g environ

Le fuchsia



Plein soleil
à mi-ombre



Gel à partir de
-10°C



Arrosage modéré



Engrais dose
moyenne



1,25 m
0,8 m
Buisson



Juin à septembre

Tout l'été, le fuchsia vous offrira de magnifiques fleurs rouge et violette en forme de clochettes. Il n'aime pas le vent et a besoin d'un sol riche en matière organique et humifère. Vous pouvez rabattre les tiges en automne pour une floraison plus abondante l'année suivante. Vous pouvez les utiliser en jardinière ou dans vos massifs.



Mousse chocolat blanc au fuchsia

Préparation

Fondre le chocolat au bain-marie. Remuer et laisser tiédir. Monter la crème puis l'incorporer délicatement à l'aide d'une spatule dans le chocolat. Battre les blancs en neige avec le sel. Les ajouter à la masse. Ajouter des fleurs de fuchsia. Disposer dans des coupes et mettre au moins deux heures au réfrigérateur. Décorer de fleurs fraîches.

Ingrédients (6 personnes)

- Une poignée de fleurs de fuchsia
- 200 g de chocolat blanc pur beurre de cacao
- 150 g de crème fraîche fluide
- 3 œufs
- Une pincée de sel fin

Le Mahonia



Mi-ombre



Gel à partir de
-15°C



Arrosage modéré



Engrais dose
moyenne

2.5 m



2 m
Buisson



Novembre
à février

Aussi beau par son feuillage ciselé que par sa floraison en grappe à la senteur de muguet, le mahonia a le bon goût de s'épanouir en plein hiver ou au début du printemps selon les espèces. Il permet de composer des haies étonnantes, feuillues, fleuries ou à baies. Au début de l'été de beaux et délicieux fruits bleutés formés en grappes apparaissent sur ses tiges rougeâtres. Il forme de robustes et grandes haies.



Ingrédients (6 personnes)

- 100 g de beurre
- 100 g de sucre semoule
- 100 g de farine
- 2 œufs entiers
- 150 g de baies de mahonia
- Une pincée de sel fin

Mahonia Bredala

Préparation

Battre les œufs et le sucre jusqu'à obtention d'une mousse blanchâtre.

Ajouter progressivement la farine et le beurre fondu puis le sel.

Disposer les baies de mahonia dans des petits moules antiadhésifs ou en silicone.

Remplir les cavités avec la préparation.

Enfourner à 180°C.

L'Oeillet d'Inde



Plein soleil



Gel à partir de 0°C



Arrosage modéré



Engrais dose faible



0.4 m

Buisson



Avril à
Septembre
Parfum puissant

Redécouvrez un des classiques des massifs de nos grands-mères. Avec cette annuelle vous verrez apparaître de grosses fleurs colorées et parfumées dans votre jardin. Vous pouvez l'associer avec le bleu d'une sauge patens par exemple. Enlevez régulièrement les fleurs fanées pour allonger la période de floraison. Arrosez directement au pied, sans mouiller les fleurs et les feuilles mais faites attention à ne pas trop arroser pour ne pas faire pourrir la plante.



Truffes chocolat Oeillet d'Inde

Préparation

Chauffer la crème. Ajouter les feuilles. Infuser 4 minutes puis passer au tamis.

Remettre la crème parfumée à chauffer puis incorporer, hors du feu et à l'aide d'une spatule, le chocolat concassé. Remuer jusqu'à ce qu'il soit bien fondu.

Ajouter le beurre salé coupé en petits dés et tempéré, remuer.

Laisser reposer quelques heures au frais dans un récipient hermétiquement clos.

À l'aide d'une petite cuillère ou avec la paume de la main, mouler les truffes puis les tremper dans le cacao.

Ingrédients (1 beau plateau de truffes)

- 20 g de feuilles d'oeillets d'Inde
- 125 g de crème fraîche

- 220 g de chocolat au lait de couverture
- 40 g de beurre demi-sel, sans cristaux de sel
- Cacao en poudre

Les «Services Plus»

Des membres du réseau des
Horticulteurs et Pépiniéristes de France



Aide au chargement

Livraison (selon conditions)



Docteur Plantes

- Diagnostic maladie
- Soins spécifiques



Conseil & aménagement

- mise en scène, croquis, plans 3D



Gardiennage, location



Pédagogie

- Visite d'entreprise (scolaires, groupes de particuliers)
- Formations/Stages de jardinage



Environnement

- Culture en protection biologique intégrée
- Gamme bio : extraits de végétaux, amendements, fertilisants



Terreau, paillage, amendement

- Sélection rigoureuse de produits de jardins issus du monde professionnel



Les «Services plus»,
ça change tout...



Pour connaître le détail de mes services + rendez-vous sur mon exploitation.

Mon chèque en bois : Un cadeau original et authentique



Ce chèque cadeau imprimé sur du peuplier PEFC est vendu dans son enveloppe en papier recyclé. Cet objet a été voulu durable et écologique afin d'être en cohérence avec nos valeurs.

Notre volonté est d'afficher notre différence par rapport aux bons d'achat de la grande distribution. Il est vendu 1€ qui sera reversé pour la plantation de vergers associatifs et pédagogiques.



La charte du réseau

Les artisans du végétal

Ancrage dans le terroir

Nous avons une connaissance en profondeur de notre région : sols, climat, choix des variétés, adaptation des plantes, période de plantation : un savoir-faire irremplaçable !

Professionalisme

Nos compétences botaniques et culturales vont de la graine à la plante prête à grandir et à embellir votre jardin. Produites sur place, nos plantes sont choyées pour être vendues au bon moment.

Contact privilégié

Nous sommes là pour vous accueillir, vous guider dans vos choix, vous conseiller et vous proposer des solutions personnalisées. Pour nous, indépendants, il est primordial de tisser des relations humaines authentiques et durables.

Éco-logique

Passionnés de nature, nous privilégions sur nos exploitations des techniques culturales douces, respectueuses de l'environnement et de la bio-diversité.

Développement durable

Une production locale, c'est aussi moins de transport par camion, moins de CO2, pas de stress pour les plantes, une meilleure reprise dans votre jardin... et le maintien du tissu économique de notre région.

Vous avez aimé ce cahier de jardinage ? Parlez-en à vos amis.

Retrouvez notre collection complète sur www.lesartisansduvegetal.com



Ne pas jeter sur la voie publique

