

Manger des fleurs ? Pourquoi pas ?

Si vous voulez varier vos plats, vous pouvez déguster des fleurs comestibles et les utiliser pour préparer des soupes, des omelettes ou des confitures. Mais il faut faire attention : toutes les fleurs ne se mangent pas ! Certaines sont même mortelles et il faut bien les connaître avant de les déguster.

On utilise les roses pour faire des confiseries¹, de la confiture et même des pétales cristallisés. Par contre, les pétales de coquelicots² se mangent crus³ en salade ou bien confits⁴ au sucre. En soupes ou dans des salades composées, il est possible de déguster des chrysanthèmes. La campanule est idéale pour décorer les plats et son goût rappelle celui du petit-pois. La pâquerette⁵ rappelle légèrement le goût de la mâche⁶. Elle peut être utilisée dans la salade ou comme accompagnement d'un plat chaud. La lavande a une saveur très forte, par conséquent il faut l'utiliser avec parcimonie, aussi bien dans les desserts que pour réaliser des boissons. La violette a un parfum très délicat, à la fois⁷ sucré et un peu amer. Utilisez ses pétales dans des desserts, des salades de fruits, des sirops et des liqueurs, ainsi que dans des soupes froides, des gelées⁸, des beurres aromatisés, des plats cuisinés.

Les beignets⁹ de fleurs de courgettes sont célèbres, mais ces fleurs peuvent également être farcies, ou bien agrémenter¹⁰ des omelettes ou des salades. Le bégonia a des pétales croquants et colorés à la saveur acidulée qui peuvent agrémenter des plats aux saveurs de la mer : poissons, coquillages, crustacés, mais aussi des salades de fruits. Les fleurs d'hibiscus, séchées ou fraîches, colorent et parfument le champagne et les kirs¹¹, ainsi que les sorbets et les glaces. La fleur de cerisier rappelle la fleur d'oranger ou de pommier et on peut l'utiliser pour aromatiser plusieurs¹² préparations.

La liste pourrait continuer... parce que vous pouvez également consommer de la glycine, du camélia et même du mimosa!

¹ *Des confiseries* : dei dolciumi

² *Un coquelicot* : un papavero

³ *Cru* : crudo

⁴ *Confit* : candito

⁵ *Une pâquerette* : una pratolina, margheritina

⁶ *La mâche* : la valeriana, la lattughella

⁷ *À la fois* : nel contempo

⁸ *Une gelée* : una gelatina

⁹ *Un beignet* : una frittella

¹⁰ *Agrémenter* : ornare

¹¹ *Le kir* : tipo di aperitivo

¹² *Plusieurs* : parecchi/e

En plus, cuisiner des fleurs, c'est tendance ! Mais ce n'est pas nouveau, parce que déjà dans l'Antiquité, les Égyptiens et le Romains utilisaient des fleurs dans leur cuisine.

Claudia Casazza

Exercices

Exercice 1

Vrai ou Faux ? Corrige les affirmations fausses.

- 1 Toutes les fleurs sont comestibles. VRAI FAUX
.....
- 2 Cette mode n'est pas nouvelle. VRAI FAUX
.....
- 3 On utilise la pâquerette pour préparer des plats chauds et froids. VRAI FAUX
.....
- 4 On peut aromatiser le beurre avec des fleurs. VRAI FAUX
.....
- 5 La glycine s'accompagne bien avec du poisson. VRAI FAUX
.....

Exercice 2

Écris sous chaque photo le nom de la fleur.



- A. La..... B. La..... C. La..... D. Le..... E. Le.....

Exercice 3

Trouve l'intrus.

1. Fleurs : beignet, bégonia, mimosa, camélia, lavande.
2. Fruits : pomme, cerise, soupe, orange, banane.

Questa pagina può essere fotocopiata esclusivamente per uso didattico - © Loescher Editore

3. Légumes : salade, petit-pois, courgette, glycine, carotte.
4. Boissons : champagne, vin, eau, poisson, sirop.

Exercice 4

Complète les phrases avec **on/ont**, **ou/où**, **son/sont**, **a/à**.

1. Ces fleurs des pétales colorés.
2. peut utiliser les roses pour faire de la confiture.
3. Les fleurs de lavande très parfumées.
4. Pour décorer ce dessert tu peux utiliser des pétales de rose de violette.
5. C'est le jardin je cultive mes fleurs.
6. La violette un parfum très délicat.
7. J'aime la lavande parce que parfum est très intense.
8. Je vais offrir un bouquet de roses maman pour la fête des mères.

Exercice 5

À partir des mots suivants, prépare des questions que tu poseras à tes copains ou à ton professeur.

MANGER	PLAT	COULEUR	FLEUR	JARDIN
--------	------	---------	-------	--------

Immagini tratte da <https://pixabay.com/it/>