

Câpres de capucines



Dans la capucine, vous pouvez manger les fleurs en les mettant dans des salades, ou en déco mangeable sur un plat. J'ai découvert que les capucines orange et les capucines bicolores n'avaient pas tout à fait le même goût. Elles sont toutes les deux poivrées mais avec un goût différent, essayez c'est assez fascinant !

Attention, quand on mange des fleurs, il faut que ça soit des fleurs dont vous connaissez la provenance, qui n'ont pas subi de traitement. N'en abusez pas quand même,

mettez en quelques-unes dans vos plats. Pas de vinaigrette dessus elles ne le supporteraient pas car comme toutes les fleurs, elles sont fragiles et se flétrissent vite. Cueillez-les au dernier moment si vous pouvez.

Vous ferez sensation dans vos assiettes même si désormais on en trouve assez régulièrement dans les plats au restaurant. Mais j'ai remarqué que certaines personnes ne les mangeaient pas pensant certainement qu'elles ne sont là qu'en décor.

Alors à vos cueillettes pour goûter ces fleurs de votre jardin et découvrir de nouvelles saveurs !

C'est bientôt le temps de la récolte des graines vertes de capucines. J'en ai ramassé l'an passé et j'ai fait un petit bocal de câpres au vinaigre. C'est très bon, un peu piquant et poivré. Cela fait un condiment original à proposer en apéritif à vos amis ou dans des salades.

Ingrédients :

Quantité à adapter en fonction du nombre de câpres cueillies

- Fruits des capucines après floraison
- Vinaigre blanc
- Estragon

Préparation

Il faut cueillir les fruits des capucines quand ils sont bien formés. Il ne faut pas trop attendre car vous devez cueillir les fruits verts qui n'ont pas encore commencé à sécher. Lavez les bien et séchez les bien. Mettez-les dans du gros sel pendant 24 H. Au bout de ce laps de temps, essuyez les bien pour éliminer tout le sel.

Dans un bocal bien propre et stérilisé mettez les câpres de capucine, ajoutez des herbes aromatiques à votre convenance de l'estragon par exemple. Faites bouillir un peu de vinaigre blanc avec de l'eau (moitié/moitié), de quoi remplir votre bocal (quantité à adapter donc en fonction de la quantité de câpres et la taille de votre bocal, n'en prenez pas un trop grand) et versez-le sur vos câpres. Fermez aussitôt et retournez votre bocal comme pour les confitures. Quand votre bocal est refroidi, mettez-le au frigo au moins 15 jours.

