Montagne de Reims
PARC NATUREL RÉGIONAL

Les recettes de mon territoire

Une autre vie s'invente ici

Parc naturel régional de la Montagne de Reims

Ce carnet de recettes est issu d'une collecte de mémoire réalisée par le **Parc naturel régional de la Montagne de Reims** auprès de ses habitants et amis.

L'art culinaire fait partie de notre patrimoine. Et comme lui, il ne perdure que s'il y a partage, transmission,... et convivialité. Qu'elles soient plus actuelles ou issues d'une longue tradition de la gastronomie locale, transmises de génération en génération, ces recettes parlent de notre territoire et de ses habitants.
Elles utilisent des produits régionaux, de saison, issus de notre histoire et fruits de nos ressources locales comme la forêt.

Au travers de cette édition, l'objectif est également de valoriser les habitants du Parc, car ils ont toutes et tous un talent à nous faire découvrir.
Alors tous en cuisine et bonne dégustation !

Remerciements à tous les contributeurs, habitants et amis du Parc, pour le partage des recettes et des photographies.

Recettes salées

p.3 **Petites tartes au boudin blanc et aux pommes** - Francine de Verzenay
Salade au lard - Laurent de Verzenay
p. 4 **Saumon au Champagne** - Sandrine d'Epernay
p. 5 **Boulettes de Courtagnon au pesto de fanes de carottes** - Jacques de Courtagnon
p. 6 **Risotto à l'ail des ours** - Jacques de Courtagnon
Pesto à l'ail des ours et aux noisettes de la Montagne de Reims - Jacques de Courtagnon
p. 7 **Conserves de légumes** - Yvonne de Venteuil
Potée Champenoise - Laurent de Verzenay
p. 8 **Terrine de foie gras au ratafia Champenois** - Katia au Pays des Gourmands
Soupe au lard - Suzanne Guerre de Venteuil

Recettes sucrées

p. 9 **Rabotte ou Casse-Museau** - Christiane de Verzy
Gâteau au Champagne - Agnès d'Ay-Champagne et Christelle d'Hautvillers
p. 10 **Brie Champenois** - Annick de Tours-sur-Marne
p. 11 **Gâteau aux pommes et aux noix** - Karine de Courmas
Sorbet à la rhubarbe et groseille - Jacques de Courtagnon
p. 12 **Tiramisu aux fruits rouges et biscuits roses** - Katia au Pays des Gourmands
Cookies aux biscuits roses - Marie d'Epernay
p. 13 **Sirop de violette** - Béatrice de Germaine
Beignets de fleurs de sureau - Jacques de Courtagnon

Vins & apéritifs

p. 14 **La Frenette**
Vin à la Reine des bois
p. 15 **Vin des fleurs de pissenlit ou Cramaillotte**
Claude de Germaine (Le Cerf à trois pattes)

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

Recette végétarienne

Petites tartes au boudin blanc et pommes

Pour 4 petites tartes

1 pâte feuilletée

2 boudins blancs

2 pommes type Boskoop

1 c à soupe de miel

1 c à café de moutarde aux noix

2 c à soupe de vinaigre balsamique

1 échalote hachée finement

2 à 3 pincées de gingembre en poudre

4 c à soupe d'eau

Couper les pommes en petits dés, les faire cuire à feu doux avec le miel, la moutarde, le vinaigre, l'échalote, le gingembre et l'eau pendant 15 mn, saler, poivrer légèrement et laisser refroidir.

Dans la pâte feuilletée découper 4 cercles (diamètre d'un bol), les piquer avec une fourchette, les déposer sur du papier cuisson et répartir dessus la compotée de pommes en s'arrêtant à 1 cm des bords.
Mettre au four 180° pendant 15 mn.

Ôter la peau des boudins, les couper en rondelles (1 cm environ de hauteur) et les faire dorer des deux côtés dans une poêle avec du beurre – les déposer aussitôt sur les tartelettes et prolonger la cuisson au four de 5 mn.

À accompagner de salade.

Salade au lard

Pour 4 personnes

800 g de pommes de terre

1 scarole

125 g de lard

3 échalotes

10 petits oignons

1 verre de Champagne

vinaigre de vin

thym

origan

sel et poivre

Faire blanchir rapidement le lard dans de l'eau bouillante, puis le couper en lardons en enlevant la couenne. Peler les petits oignons. Faire rissoler le lard et les oignons pendant 10 mn. Égoutter si besoin et déglacer au Champagne. Réserver. Faire cuire les échalotes hachées dans 6 cuillères à soupe de vinaigre jusqu'à l'évaporation du vinaigre et réserver.

Faire rissoler les pommes de terre coupées en dés dans l'huile avec le thym et l'origan pendant 10 mn. Saler, poivrer et ajouter le lard et les oignons. Couvrir et cuire doucement en remuant régulièrement. Goûter les pommes de terre afin de vérifier la bonne cuisson. En fin de cuisson, ajouter la salade, les échalotes et le persil. Faire fondre les feuilles de salade. Verser quelques traits de vinaigre de vin sur la salade.

Saumon au Champagne

Pour 2 personnes

2 pavés de saumon

250 g de riz long

50 g de beurre

sel, poivre et herbes de Provence

1 carotte

1 courgette

3 brins de ciboulette fraîche

1 petit poivron rouge

1 petit poivron vert

1 petit poivron jaune

1 brin de groseilles

Pour la sauce

1/4 de Champagne Blanc de Blanc

1 cube de bouillon saveur bouquet garni

50 cl de crème fraîche entière épaisse

2 échalotes

4 c à soupe d'huile d'olive

1 pincée de poivre 4 baies

herbes de Provence

Faire cuire le riz. Une fois égoutté, ajouter du beurre, les herbes de Provence et le sel.

Préparation de la sauce

Éplucher les échalotes puis les émincer finement. Dans une casserole, ajouter 4 grosses cuillères d'huile d'olive puis faire revenir les échalotes sur feu doux quelques minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Ajouter un cube de bouillon saveur bouquet garni. Poivrer. Déglacer avec le champagne et laisser réduire de moitié puis mettre la crème fraîche et faire mijoter à feu doux pendant 5 à 8 mn, jusqu'à l'obtention d'une sauce nappante. Réserver au chaud.

Les légumes

Éplucher la carotte et la courgette. Avec une mandoline découper des tranches de 2 à 3mm.
Faire une grande papillote en papier aluminium et y déposer les tranches de légumes. Assaisonner très légèrement d'un filet d'huile d'olive, poivrer et ajouter des herbes de Provence. Après avoir refermé la papillote, faire cuire le tout sur une grande plaque au four pendant 10 mn environ (préchauffage du four au minimum).

Cuisson du saumon

Dans un appareil à vapeur, laisser 15 mn de cuisson selon vos goûts. Ou à la poêle dans l'huile d'olive, environ 8 mn de cuisson.

Dressage du saumon

Déposer le saumon sur l'assiette, ajouter la sauce.
Enrouler les bandes de légumes sur elles-mêmes pour faire des paniers de bouquets.
Mettre le riz dans un emporte-pièce en prenant soin de retirer ce dernier avec délicatesse, puis ajouter un petit rouleau de courgette sur le riz ainsi formé. Emincer un brin de ciboulette et le déposer sur le saumon.
Faire des petits disques de poivron rouge, vert et jaune avec un emporte-pièce ou avec un petit couteau bien pointu. Les déposer délicatement sur l'assiette et pour finir, ajouter la groseille et les deux brins de ciboulette.

Boulettes de Courtagnon au pesto de fanes de carottes

Le riz

5 poignées de riz rond (arborio)
15 g de beurre
1 verre de Champagne ou de vin blanc
1 oignon
bouillon de légumes

Le pesto

fanes de carottes
3 c à soupe d'huile d'olive
1 gousse d'ail
50 g de poudre d'amandes
50 g de parmesan
poivre et sel

Les boulettes

1 botte d'oseille
2 poignées de petits pois
15 g de beurre
gruyère râpé
chapelure
2 œufs
farine
huile de friture

Laver les fanes de carottes et les couper. Dans un mixer mettre les fanes de carottes, la gousse d'ail écrasée, la poudre d'amandes, le parmesan, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Mixer le tout.

La veille, faire revenir l'oignon coupé en petits morceaux dans un peu de beurre. Dès que ceux-ci sont translucides, faire revenir le riz dans le même mélange. Ajouter le verre de champagne puis, petit à petit, des louches de bouillon jusqu'à ce que le riz soit cuit (il faut compter 20 bonnes minutes de cuisson). Cinq minutes avant la fin, ajouter le pesto de carottes. Laisser refroidir le tout et ensuite mettre toute la nuit au frigo.

Le lendemain, faire revenir l'oseille dans un peu de beurre. Cuire les petits pois à l'eau bouillante sucrée et salée. Égoutter et faire refroidir.

Préparer un bol avec un mélange de farine et d'eau à battre au fouet, un autre bol avec les deux œufs battus, salés et poivrés.

Un troisième bol avec de la chapelure.

Se mouiller les mains. Avec une cuillère à soupe faire des boulettes, les aplatir et faire un trou dans la boulette de façon à y mettre un peu d'oseille, un peu de petits pois et du gruyère râpé ; reprendre un peu de riz et façonner une boule qui devra avoir la grosseur d'une petite orange. La plonger dans l'eau farinée, puis dans l'œuf (bien égoutter) et enfin dans la chapelure. Quand toutes les boulettes seront terminées, les mettre au frigo pendant que l'huile chauffe. Faire revenir les boulettes par 3 ou 4 et quand elles sont dorées, les sortir et les poser sur du papier absorbant. Servir avec une salade et une petite sauce tomate.

Risotto à l'ail des Ours

Pour 4 personnes

1 oignon

pesto d'ail des ours (voir recette suivante)

5 poignées de riz Arborio ou Carnaroli (c'est le meilleur pour le risotto)

1,5 l de bouillon de légumes chaud (j'aime bien le faire avec toutes les épluchures que j'ai conservées des épluchages de légumes précédents, auquel je rajoute du poivre de Séchuan et d'épices qui me tombent sous la main) – si vous n'avez pas tous ces ingrédients, utilisez 2 tablettes de bouillon de légumes du commerce

1 bon verre de vin blanc

15 g de beurre

du parmesan

Éplucher l'oignon et le détailler en petits morceaux.

Faire revenir le riz dans un peu de beurre et d'huile d'olive et dès qu'il est translucide, ajouter les oignons. Dès que ceux-ci sont translucides, mouiller avec le verre de vin et ajouter une bonne louche de bouillon.
Bien remuer.

Rajouter régulièrement du bouillon, et cinq minutes avant la fin de la cuisson, rajouter le pesto d'ail des ours. Saler et poivrer.

Quand le riz est cuit « al dente », c'est-à-dire, très légèrement croquant sous la dent, rajouter les 15 grammes de beurre, une bonne poignée de parmesan et bien mélanger le tout.

Pour le service, mettre à part du parmesan, chacun se servira selon son goût.

Pesto à l'ail des Ours

Au printemps, en forêt, allez cueillir de l'ail des ours. Les feuilles ressemblent à du muguet, mais l'odeur n'a rien à voir. Ça sent l'ail, bien sûr.
Vous aurez conservé les noisettes cueillies l'automne dernier.

Mixer tous ces ingrédients et les mettre dans un pot hermétique.

Pour bien le conserver, ajouter un filet d'huile d'olive sur la surface du pesto et bien saler.

Je m'en sers pour mes pâtes, pour du risotto, pour assaisonner des salades, ou un carpaccio de betteraves et de chou-rave…

Prendre une bonne poignée d'ail (à peu près 100 g)

Le laver et l'équeuter et le faire sécher

40 g de noisettes que l'on fait griller à sec

40 g de parmesan

5 c à soupe d'huile d'olive

1 bonne pincée de sel

Conserves de légumes au sel

Hacher le tout.
Mélanger au gros sel.
Mettre en pots avec couvercles.
À utiliser pour faire des soupes, des courts-bouillons…

On peut remplacer les tomates par 1 kg de navets.

- 1 kg de poireaux
- 1 kg de carottes
- 1 kg de tomates pelées
- 500 g d'oignons
- 250 g de feuilles de céleri
- 250 g de persil
- 1 kg de gros sel

Potée Champenoise

12 heures avant : dessaler la crosse (sinon la dessaler en la portant à ébullition pendant 30 mn), mettre les haricots blancs à tremper dans l'eau froide. Couper le chou, le débarrasser de son trognon et faire blanchir 10 mn.

Dans la cocotte faire revenir pendant 5 mn, le beurre, 1 oignon et les lardons. Verser 1 litre de bouillon de bœuf (avec un peu de Champagne) et faire cuire les haricots blancs avec l'ail, les échalotes et 1 oignon avec ses deux clous de girofle.

À la première ébullition, ajouter les poireaux, les carottes, les céleris, les navets.

Saler, poivrer et ajouter les épices (coriandre et genièvre) et le bouquet garni (thym, laurier et persil). Recouvrir d'eau et laisser mijoter 30 mn.

Ajouter les saucisses et la viande. Laisser cuire 1h.

20 mn avant de servir, ajouter les pommes de terre.

Pour 6 personnes

- 2 poireaux
- 2 carottes
- 200 g de céleri rave
- 2 oignons
- 1 échalote
- 1 ail
- 2 navets
- 200 g de haricots blancs trempés
- 1 chou vert blanchi
- 4 pommes de terre
- 1 bouquet garni (thym, laurier et persil)
- 6 grains de coriandre
- 6 baies de genièvre
- 2 clous de girofle
- 100 g de lard maigre fumé ou 1/2 sel
- 3 saucisses de Morteau et ou Montbéliard
- 1,5 kg de viande : jambon, crosse ou jarret 1/2 sel, poule ou bœuf à bouillir, porc (collier, poitrine, plat de cote)
- bouillon de bœuf
- Champagne

1 foie gras de canard frais d'environ 500 g de qualité EXTRA
sel & poivre
10 cl de Ratafia de Champagne
feuilles de gélatine

Terrine de fois gras au Ratafia Champenois

Préchauffer le four à 160°.

Préparer un bain marie en mettant de l'eau dans un grand plat où on pourra placer la terrine à cuire. L'eau ne doit pas dépasser la moitié de la terrine. Après avoir séparé les lobes du foie et l'avoir dénervé en suivant les veines avec le bout des doigts, l'assaisonner en le massant légèrement afin que le poivre et le sel pénètrent bien les lobes. Ajouter un peu de Ratafia dessus. Placer les lobes dans la terrine, la mettre dans le bain-marie et faire cuire pendant 25 minutes.

Après cuisson, sortir la terrine du bain-marie et du four et laisser refroidir un peu. Si on n'a pas de presse pour la terrine, placer un poids dessus et la mettre au réfrigérateur pendant une nuit.

Le lendemain : ôter la graisse du foie et bien lisser la terrine à l'aide d'un couteau à bout rond ou bien d'une spatule.

Pour la gelée : faire ramollir les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide. Faire chauffer le Ratafia. Lorsque le liquide bout, essorer la gélatine et la plonger dedans. Bien remuer et verser sur le foie gras doucement. Attendre un peu que le liquide refroidisse et placer de nouveau la terrine au réfrigérateur pendant au moins 48h.

Au moment de déguster, découper de belles tranches dans la terrine. On peut déposer dessus quelques grains de poivre doré. On peut également accompagner la terrine avec un chutney, une compotée d'oignons. Ou tout simplement avec des tranches de pain d'épices ou des tranches de pain de mie grillées.

Soupe au lard

Faire bouillir de l'eau. Mettre le lard avec les carottes, les navets, les poireaux et les feuilles de laurier quand l'eau bout. Aux trois quarts de la cuisson, ajouter les pommes de terre et les choux. On peut y mettre des haricots blancs ayant déjà cuit dans une première eau, sinon on les met en début de cuisson.

Les légumes restants peuvent être accommodés le lendemain, égouttés et revenus dans la poêle avec du saindoux.

Pour 4 personnes
petit salé ou lard de poitrine ou crosse
6 carottes
4 navets
3 poireaux
feuilles de laurier
4 pommes de terre
1 chou blanc

Rabotte ou Casse-Museau

Préchauffer le four à 175°. Préparer une pâte brisée maison avec 250g de farine et 125g de beurre ou prendre de la pâte du commerce.
Rouler la pâte, l'abaisser sur une épaisseur de 3 à 4 mm et la couper en 4 carrés identiques.

Prendre les pommes bien lavées, creuser le cœur avec un vide-pomme pour retirer les pépins.

Poser chaque pomme sur un carré de pâte. Placer dans le centre une noisette de beurre et un peu de sucre (éventuellement entre le beurre et le sucre une petite cuillère de gelée de framboise ou de groseille).

Mouiller les bords de la pâte avec un peu d'eau et remonter les coins par-dessus la pomme pour former une bourse qui l'enferme complètement. Appliquer bien les bords pour souder l'ensemble.

Délayer un jaune d'œuf avec un peu d'eau et badigeonner chaque rabotte avec ce mélange à l'aide d'un pinceau.

Avec les restes de pâte, découper 2 feuilles pour décorer la pomme. Laisser reposer les rabottes 10 minutes au frais. Mettre à cuire 30 minutes environ. Les rabottes doivent être bien dorées. Elles peuvent se manger chaudes ou tièdes.

Pour 4 personnes

4 pommes

375 g pâte brisée

50 g beurre

75 g sucre

gelée de fruits

1 jaune d'œuf

Gâteau au Champagne

Ce gâteau est un souvenir d'enfance, un gâteau du dimanche que ma mère faisait pour finir une bouteille ou en ouvrir une. Toutes les excuses sont bonnes !

Mélanger les jaunes d'œufs et le sucre. Ajouter la farine, la levure, l'huile, le champagne.

Bien mélanger. Incorporer les blancs montés en neige ferme et verser la pâte dans un moule beurré à mi-hauteur. Cuire à feu moyen 180°C pendant 40 minutes.

À déguster avec le café ou une flûte de champagne !

2 verres de sucre

4 œufs (séparer les blancs des jaunes)

3 verres de farine

1 sachet de levure alsacienne

1 petit verre d'huile

1 petit verre de Champagne d'Hautvillers mais cela doit fonctionner aussi avec un autre !

Brie Champenois

Pour 12 à 15 personnes

Pour le gâteau

5 œufs

3 c à soupe bombées de farine

2 c à soupe de maïzena

5 c à soupe de sucre fin

1/2 paquet de levure chimique

Pour le sirop

10 cl d'eau

10 cl jus d'orange

80 g sucre

1 orange non traitée + le zeste

1 zeste de citron non traité

Crème au beurre

250 g beurre extra fin (type baratte)

5 jaunes d'œufs

10 cl d'eau

5,5 c à soupe de Marc de Champagne

Pour la décoration

45 g sucre glace

15 biscuits « boudoir »

Préparation du sirop

Faire bouillir l'eau, le jus d'orange et le sucre.
En fin de cuisson, ajouter 1 cuillère à soupe et demie de Marc de Champagne. Incorporer les zestes d'orange et de citron pour infusion pendant 20 mn. Filtrer et réserver.

Préparation de la crème au beurre

Dans une casserole, faire fondre le sucre dans l'eau et porter à ébullition pour obtenir un sirop. Stopper la température à 120°.
Mettre les jaunes battus dans un robot. Verser dessus le sirop petit à petit comme un filet, fouetter jusqu'à refroidissement, incorporer le beurre mou progressivement sans cesser de remuer.
Ajouter 4 cuillères à soupe de Marc de Champagne.
Fouetter le tout et mettre au réfrigérateur.

Préparation du gâteau

Préchauffer le four à 165°
Cuisson : 15 mn à chaleur tournante
Blanchir les jaunes avec le sucre, quand c'est bien mousseux, ajouter la maïzena, la farine et la levure.
Ajouter délicatement les blancs battus en neige bien fermes.
Mettre le tout dans une tourtière de 30 cm de diamètre beurrée et farinée. Surveiller la cuisson.
Démouler. Laisser refroidir un peu.

Montage

Couper le gâteau en deux horizontalement et l'imbiber du sirop de chaque côté. Fourrer de crème. Recouvrir. Ajouter la crème sur le dessus et les côtés.
Mixer les biscuits et le sucre glace et répartir sur le gâteau.
Avec un couteau, afin de donner l'illusion d'un « Brie » : faire des petits traits répartis dans un sens sur tout le gâteau puis 3 grands traits dans l'autre sens.

Gâteau aux pommes et aux noix

Préparation des roses décoratives
Dans un saladier passant au micro-ondes, mélanger l'eau, le citron et la cannelle. Laver les pommes avec leur pelure. Les couper en deux en longeant le trognon puis l'ôter. Couper des lamelles très fines dans le sens perpendiculaire au trognon. Les mettre au fur et mesure dans l'eau pour éviter qu'elles ne noircissent. Au besoin, faire réchauffer quelques minutes au micro-ondes. Les tranches vont s'assouplir suffisamment pour former les roses. Écraser les spéculoos et réserver.

Préparation de la pâte
Mélanger et verser dans le moule chemisé de papier sulfurisé, la farine, le sucre, la levure chimique, le sel, l'œuf, le lait, l'huile, les noix et les pommes coupées en cube.

Formation des roses
Découper des bandes de pâte filo de 6 cm de large et minimum 30 cm de long. Passer un pinceau trempé dans la cannelle sur la pâte filo. Disposer les belles tranches de pomme sur la pâte filo, en commençant par la gauche.
Les faire se chevaucher légèrement jusqu'au bout de la bande de pâte. Saupoudrer la pâte filo de speculoos.
Replier la pâte filo sur les pommes. Former la rose en enroulant la bande sur elle-même. Creuser dans la pâte l'endroit où sera placée la rose. Saupoudrer de speculoos avant de placer la rose. Poursuivre les efforts autant de fois que de roses souhaitées !
Cuire 30 minutes à 190°C. Quand le gâteau est refroidi, napper au pinceau un peu de gelée de coings.

Pour les roses décoratives

- 1l d'eau bouillante
- 1 jus de citron
- 1 c à café de cannelle
- deux pommes sucrées et goûteuses
- pâte filo
- 10 spéculoos
- gelée de coings

Pour la pâte

- 6 c à soupe bombées de farine
- 3 c à soupe bombées de sucre
- 1 c à café de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 1 œuf
- 4 c à soupe de lait
- 4 c à soupe d'huile
- 50 g de noix
- 4 pommes

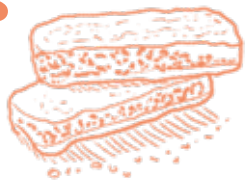
Sorbet à la rhubarbe et groseilles

- 900 g de rhubarbe
- 100 g de groseilles
- 30 cl d'eau

La veille mettre la sorbetière à refroidir au congélateur. Utiliser de la rhubarbe très fraiche, coupée en petits morceaux. Si la tige est trop grosse, la couper en deux de façon à ne couper que des petits tronçons. Mettre tous les ingrédients à compoter pendant une petite quinzaine de minutes à feu moyen et tout en tournant pour éviter qu'elle ne prenne au fond.

Mixer le tout et mettre à refroidir au réfrigérateur toute la nuit. Le lendemain turbiner avec la sorbetière pendant une quinzaine de minutes et mettre dans un récipient au congélateur.
Sortir du congélateur 10 minutes avant de servir.

Tiramisu aux biscuits roses et fruits rouges



- 2 œufs
- 250 g de mascarpone
- 70 g de sucre roux
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 boîte de biscuits roses
- 1 bouteille de nectar (ou jus) de framboise
- 300 g de fruits rouges de votre choix

Séparer les blancs des jaunes. Mélanger les jaunes avec les sucres. Ajouter le mascarpone au fouet. Monter les blancs en neige et les incorporer à la spatule au mélange précédent. Verser la crème dans une poche à douille et la réserver au frais.

Tailler les biscuits roses à la dimension des verrines.

Tremper rapidement les biscuits dans le nectar de framboise et les déposer au fond des verrines. Déposer quelques fruits sur les biscuits.

Recouvrir les fruits d'une belle couche de crème.

Recommencer l'opération en terminant par la crème au mascarpone. Ajouter une pipette remplie de nectar de framboise et décorer selon l'envie du jour : brisures de biscuits roses, amandes effilées, décors en sucre.

Cookies aux biscuits roses

Battre le beurre mou et le sucre. Ajouter l'œuf et l'extrait de vanille, battre pour un résultat léger et mousseux.

Ajouter le bicarbonate de soude, le sel et la poudre de biscuits roses et mélanger homogènement. Incorporer progressivement la farine et les fruits (à la main ce sera plus simple).

Préchauffer le four à 190°c (th 6/7). Disposer des petits tas de pâte sur une plaque de cuisson ou un plat et enfourner pendant 10 à 12 minutes, pas plus.

Les cookies seront moelleux à la sortie du four mais ils vont rapidement durcir.

Pour une vingtaine de cookies

- 1 œuf
- 125 g de beurre doux ramolli
- 100 g de sucre en poudre
- 150 g de biscuits roses en poudre
- 100 g de farine
- 1 grosse pincée de sel
- 1 grosse pincée de bicarbonate de soude
- 1 c à café d'extrait de vanille
- quelques morceaux de fruits rouges

Sirop de violettes

Mettre les fleurs dans un saladier, ajouter un peu d'eau, l'eau doit juste effleurer les fleurs.

Ajouter le jus de citron et mélanger.

Écraser les fleurs entre les doigts et laisser reposer au frais pendant 24 heures.

Déposer un torchon dans une passoire et verser le mélange eau et violettes dans la passoire.

Presser les fleurs pour en extraire le jus. Peser le jus et ajouter le même poids en sucre.

Mettre dans une casserole, amener à ébullition tout en remuant et laisser cuire 10 minutes.

Mettre en bouteille le sirop encore chaud.

Pour 2 bouteilles de sirop

140 g de violettes sans la tige

eau

jus d'un citron

sucre

Beignets de fleurs de sureau

En Montagne de Reims, au mois de Mai, il y a beaucoup de fleurs de sureau qui feront un excellent dessert.

Laver les fleurs de sureau. Battre l'œuf en omelette et le mélanger avec de l'eau froide et gazeuse.

Ajouter la farine tamisée et un peu de sel.

Faire chauffer l'huile et quand elle est bien chaude, tremper les feuilles dans la préparation des beignets, égoutter et les mettre dans l'huile pendant 2 à 3 minutes.

Dès qu'elles sont dorées, les mettre sur du papier absorbant, les sucrer un peu et servir.

Pour 4 personnes

12 fleurs de sureau

100 g de farine

25 cl d'eau froide et gazeuse

1 œuf

sel

sucre

huile de friture

La Frênette

50 g de feuilles de frêne séchées

75 g de chicorée torréfiée

30 g d'acide tartrique

35 g de levure fraiche

2,5 kg de sucre

50 l d'eau de source

Cueillir les feuilles en été et les sécher à l'ombre.

Faire bouillir 2 à 3 litres d'eau et y laisser infuser les feuilles. Passer à travers un linge.

Cuire la chicorée dans un peu d'eau. La passer également.

Dans de l'eau tiède faire dissoudre le sucre et l'acide tartrique. Laisser refroidir.

Délayer la levure.

Mélanger les divers liquides et verser dans un tonneau avec le reste d'eau.

Avec un grand bâton en bois remuer et laisser fermenter sans fermer le tonneau pendant 11 jours.

Soutirer la boisson en bouteilles, fermer avec un bouchon et ficeler celui-ci.

Utiliser des bouteilles de Champagne, de bière ou de limonade car la frênette est une boisson pétillante.

Vin à la reine des bois

1 bouquet d'aspérule

1 bouteille de Champagne

un peu de zeste d'orange

1/2 orange (les sanguines sont parfaites à cette saison)

150 g de sucre

cannelle

éventuellement 1/2 de verre de Cointreau

Préparation : 20 minutes + 10 minutes

Ce vin se fait en général fin avril, début mai quand l'aspérule est en boutons. On peut le faire pour une fête entre amis. Par exemple lors du 1er mai.

Cueillir la plante lorsque les fleurs sont encore en boutons. La laisser se faner à l'ombre pendant 1 journée.

La poser dans un grand bol (genre bol à punch) et ajouter le Champagne, le sucre, le zeste d'orange, la ½ orange coupée en rondelle et ajouter le Cointreau.

Placer au frais pendant quelques heures.

Filtrer le vin et servir.

Vin de fleurs de pissenlit ou Cramaillotte

10 l de fleurs fraîchement cueillies sans leur calice (un seau plein)

10 l d'eau

4 citrons

2,8 kg de cassonade

Préparation et cuisson : 30 minutes + 1 heure + 1 heure

Chauffer l'eau.

Laver les fleurs, les égoutter et les ébouillanter. Les laisser infuser une nuit dans cette eau.

Le lendemain, verser dans une passoire garnie d'un linge et extraire le jus contenu dans les fleurs en tordant le tissu.

Filtrer et verser dans un grand récipient qui ne s'oxyde pas. Ajouter le sucre et les citrons coupés en rondelles.

Laisser reposer à découvert pendant 3 semaines et remuer de temps en temps pour faire fondre le sucre.

Le temps de macération passé, retirer les citrons et filtrer.

Garder 3 mois dans une bonbonne à moitié ouverte. Filtrer à nouveau, fermer la bonbonne et attendre 3 mois avant de décanter.

Laisser vieillir quelque temps avant de consommer.

N'attendez plus pour découvrir et tester **23 recettes originales**, fruits d'une collecte de mémoire auprès des habitants et amis du **Parc naturel régional de la Montagne de Reims**.
Un voyage au travers d'un territoire, de ses traditions culinaires, de ses produits locaux et de saison.
À vos ustensiles !

Montagne de Reims
PARC NATUREL RÉGIONAL

Maison du Parc
Chemin de Nanteuil | 51480 Pourcy
t. 03 26 59 44 44 | contact@parc-montagnedereims.fr

www.parc-montagnedereims.fr

Edition : Parc naturel régional de la Montagne de Reims – 2023
Conception, édito : Emilie Renoir-Sibler, chargée de mission Culture et patrimoine
Design graphique : okowoko.fr

La Région Grand Est
Le Département Marne
Parc naturel régional de la Montagne de Reims