



HÉMÉROCALLES

HÉMÉROCALLES FARCIES au FRAÏCHET de LVC ou

DES CHAPEAUX DE LUTINS pour un apéro au jardin

Revoyez les autres recettes d'hémérocalle qui vous donneront plein d'idées mais rappelez-vous que le «lis d'un jour» ne dure ... qu'un jour ! Inversement la saison de floraison est un peu longue et vous pourrez faire des fleurs farcies ... et autres recettes pendant quelques jours Mais ne tardez pas trop !!

INGRÉDIENTS

des fleurs d'hémérocalle, juste écloses, et dont vous ne récupérez que les corolles : les pieds continueront à fleurir chaque jour vous permettant de trouver d'autres recettes délicieuses à partir de ces fleurs

et le reste

du fraîchet bien "essoré"

[persillade LVC](#)

[poudre d'herbes pour les «sans sel»](#) et/ou l'épice de votre choix ([voir l'orgue à épices de LVC](#))

[piquant LVC](#) et/ou

[Huile de hibou en colère](#)



MÉTHODE :

Cueillez les fleurs toutes fraîches lorsqu'elles viennent d'éclorre : sur la photo vous voyez les gouttes de pluie d'un orage . Pour cette recette ce n'est absolument pas un problème . Ici, la chair des "tépalés" (les pièces florales, anciens sépales et anciens pétales ont "fusionnés") ici est entièrement orange . Mais vous pouvez utiliser toutes les sortes d'hémérocalle ... et le plus souvent elles ont 3 + 3 tépalés de couleurs différentes



Vous secouez la fleur "tête en bas" : l'eau de pluie tombe mais la chair des pétales est au mieux de sa forme : bien craquante

Lorsque vous avez cueilli les fleurs, vous avez laissé le fond du "cornet" sur la plante : pas de problème il va se dessécher plus facilement qu'une fleur fanée et il "cicatrisera" et tombera en son temps

Sinon vous coupez délicatement la pointe du "cornet de la fleur" en tournant et l'ensemble pistil+ étamine va pouvoir s'enlever facilement en le tirant entre vos doigts pincés

Votre fleur n'a plus que l'ensemble de la corolle qui forme bien un cône . C'est là que vous allez mettre votre farce

La farce :

Dans un bol vous allez préparer la farce à partir de votre fraîchet **bien essoré** . Si votre "fraïchet" est trop liquide votre farce ne se "tiendra" pas bien et du "jus fuira" sur les côtés de votre hémérocalle farcie .

T.S.V.P --->

Ce sera et moins esthétique ... et moins bon

>> UN TRUC : Si vous trouvez que votre "farcit" est vraiment trop "mou", vous pouvez lui ajouter un peu de [chapelure parfumée de LVC](#), **pilée bien fin**. MAIS attention avec le jus du "farcit", votre chapelure va "gonfler". Donc n'en mettez que ce qu'il faut pour une consistance qui vous plaise

Vous ajoutez pour faire le "farcit" [persillade LVC](#) + [poudre d'herbes pour les «sans sel»](#) ainsi que l'épice que vous aurez choisie : voir [l'orgue à épices de LVC](#)

Vous mélangez bien soigneusement : à ce niveau le "farcit" a sensiblement sa consistance future car l'apport des aromates que vous allez ajouter ne va rien changer

CAR

Pour le [piquant LVC](#) et/ou l' [huile de hibou en colère](#) : vous vous rappelez qu'il s'agit d'aromates "puissants" .

Donc mettez-les petit à petit dans votre "farcit" et vous testez avec votre [cuillère à tester](#) car vous vous rappelez **qu'on peut toujours en ajouter, jamais en enlever**

MONTAGE :

Maintenant votre "farcit" est prêt, prendre la corolle dans votre main gauche en "écartant" les tépales sur votre main semi-fermée Avec une petite cuillère (celle à moka est la plus pratique) y déposer un peu de "farcit" :

Il ne va pas glisser facilement dans votre cône alors aidez-le doucement avec le bout de votre doigt afin que votre "cornet" soit bien rempli jusqu'au bout ... **mais pas trop** .

Double avantage de votre doigt : il "sent" et ne force" pas trop sur la corolle qui risquerait de s'ouvrir s'il y avait trop de pression



Vous allez maintenant plier les tépales dans l'ordre :



PHOTO 1



PHOTO 2



PHOTO 3

D'abord les tépales les plus petits (les anciens sépales) voyez (photo 1) . Le premier par de problème, vous le rabattez vers le coeur et il se "colle " naturellement (photo 2) . Vous les "fermez" en tournant tout le tour, donc les petits d'abord puis les plus grands afin qu'ils se "chevauchent" parfaitement



N.B :

Pour les suivants vous mettez au bout du tépale une "touche de farcit" qui permettra qu'ils "tiennent " bien ensemble pour "fermer" le "cornet"

T.S.V.P --->



Posez vos petits "chapeaux de lutins " sur les pétales pliés afin qu'ils se "fixent" bien les uns sur les autres.

Mettez-les dans une soucoupe, couverts de film étirable ou "coiffés" d'un bol renversé par exemple.

Ainsi vous pourrez les tenir au frigo jusqu'à utilisation

ATTENTION :

Ne pas les faire trop longtemps à l'avance car vos fleurs perdent beaucoup de leur parfum et de leur texture et ... ce serait dommage !



longtemps à l'avance car vos leur parfum et de leur texture

SERVICE :

SERVEZ TRÈS FRAIS DANS TOUS LES CAS

Pour des "niamaniamas" d'apéritif ,

Servez les tels quels avec la "queue" en l'air : les convives les attraperont par la queue, par le haut, du "chapeau" et croqueront directement.

Et avec le succès remporté par "mes chapeaux de lutins", même auprès des plus dubitatifs, je crois pouvoir vous affirmer que c'est à la fois bon , joli et original ce qui ne gêne pas le plaisir !

Dans une salade d'été ??

Sur un fond de sauce-salade de votre choix : sauce légère de LVC, sauce à la moutarde légère de LVC ou une vinaigrette au vinaigre d'hémérocailles ... ou votre "sauce du jour", assez relevée mais pas trop pour ne pas "étouffer" ni le parfum de votre salade, ni celui de vos "chapeaux de lutins" que vous déposerez délicatement dessus tout à l'heure

Préparez une grande "saladette" avec une base de laitue, voir de l' "iceberg", de la "cornette", de la "romaine" ou autre salade "croquante" coupée assez finement , ajoutez au fur et à mesure des tépales d'hémérocailles : c'est un joli contraste ... et ce sera très bon

Déposez délicatement vos "chapeaux" sur la salade . Vous pourrez les proposer dans les assiettes des convives avant de "fatiguer" la salade

et Mettez sur la table un petit broc de la sauce choisie pour que chacun puisse "arroser" à son goût au moment du service

D'après mon sommelier , un cidre serait le meilleur choix mais un vin blanc à la fois doux et léger conviendrait parfaitement à ce plat ... plutôt "délicat" . Enfin , pour les inconditionnels, en été sous la tonnelle, un rosé de Loire (frais mais pas trop) serait pas mal non plus

NOTES TECHNIQUES

L'astuce est que chaque corolle soit bien pleine... mais pas trop car elle "s'eplaterait" !

Les difficultés sont expliquées au fur et à mesure : délicat à manipuler mais vous serez largement récompensé (e) tant par le goût très fin que par le charme de la présentation

NOTES DIÉTÉTIQUES :

T.S.V.P --->

Pour les "sans sel", nous n'en avons pas mis donc vous n'aurez pas de problèmes avec cette recette qui est parfaitement "adaptée" grâce aux herbes que vous pourrez varier suffisamment pour que les "avec sel" ne se doutent de rien et apprécient à juste titre !

Pour les "sans gluten" : Si vous utilisez de la chapelure ? N'utilisez **Que** votre "chapelure parfumée à vous sans gluten" si nécessaire . Comme vos épices à vous sont déjà vérifiées, c'est tout à fait "régime"

Pour les "sans sucre" Si vous trouvez lou "farci" pas assez ferme, ajoutez du jaune d'oeuf dur finement écrasé à la place de la chapelure Quant au peu de sucre de la fleur et des aromates, il est complètement négligeable . C'est donc une recette correcte pour vous

Pour les "sans gras" . Avec du fraîcheur "maison" à 0 % de MG, ça passera très bien en préférant le "piquant" LVC à "l'huile de hibou en colère" !!

Inversement vous pourrez ajouter à votre sauce de salade un rien de "Potion du diable" qui elle ne contient pas de "gras" . ATTENTION à **utiliser avec parcimonie** : c'est encore plus fort que "l'huile de hibou en colère" !

Testez bien avec votre [cuillère à tester](#) avant d'utiliser votre "farci" ! Et , même si c'est pas tout à fait pareil, vous verrez c'est aussi bon

et puis vous savez bien qu'

ON FÉ CA KOI KON VEU AVE CA KOI KON A