



## HÉMÉROCALLES

### DRÔLE DE SAFRAN mode LVC

Vous avez dans votre jardin des hémérocalle, ces «lis d'un jour» qui illuminent de leurs soleils un coin souvent « oublié » du jardin Ils vont « illuminer » votre cuisine toute l'année pourvu que vous preniez un peu de peine pour préparer les fleurs

Bien sûr ce ne sera pas du vrai safran, absolument irremplaçable (voir "[l'orgue à épices de LVC](#)") tant par ses arômes que la puissance de son parfum et sa rémanence, sa persistance sur le palais . Mais ce "safran" que vous allez faire aura un avantage : vous savez qu'il est naturel ... et que vous n'allez pas mettre n'importe quoi dans votre cuisinée !

#### INGRÉDIENTS

**des fleurs d'hémérocalle ?? juste écloses  
mais sèches**

**ne récupérez que les corolles :  
ainsi les pieds continueront à fleurir  
chaque jour et vous pourrez ainsi  
fabriquer "du safran de LVC" jusqu'à la  
fin de la floraison**

#### MÉTHODE

Les photos vont vous aider à faire votre « safran » et d'autres choses délicieuses dont vous vous régalez demain.

Cueillir les fleurs dès qu'elles sont bien écloses au soleil mais après que la rosée soit bien séchée .



N'attendez pas trop car elles se fanent très vite s'il fait très chaud

Et ce sont ces pièces florales qui nous intéressent ! Prenez la fleur par le côté tige et détachez entre vos ongles délicatement la corolle de l'ensemble pistil + étamines .

Tirez légèrement l'ensemble pistil et étamines mais : **ATTENTION**

c'est fragile, en particulier le pollen sur les étamines qu'il vous faut bien ménager car c'est 80 % du parfum du produit "fini", de votre futur "safran".



Chaque fleur présente 3 pétales alternés avec les 3 autres légèrement plus petits . Au milieu vous trouverez le pistil entouré des étamines

**T.S.V.P --->>**

Mettez la corolle de côté elles vous serviront aussi ( voyez la fiche séchage des hémérocailles)



Ici vous voyez nettement l'ensemble pistil +étamines qui est sorti sur la deuxième photo en tirant l'ensemble par le bas de la corolle , coupé tout le tour en gardant assez de "coeur " pour pouvoir tirer l'ensemble par le fond de la fleur :

inconvenient vous laissez plein de pollen dans la corolle : c'est pas le but car vous perdez une partie du futur "safran". Selon les fleurs vous serez parfois obligé (e) de "dérouler", voir de couper une partie de la corolle Au milieu vous trouverez le pistil entouré des étamines



Sur la première photo vous voyez l'ensemble étamines (courbées et avec le bout enflé : il contient tout le pollen dans la fleur fraîche mais "mûre" Sur la deuxième vous gardez que les étamines et enfin sur la troisième la partie que vous jetterez

Pour le « safran » vous ne gardez que les étamines et vous jetterez l'ensemble base + pistil (photo de droite)

Disposez vos étamines sur dans un plateau à claire-plastique pour les salades champignons de Paris) que nettoyés et désinfectés

Couvrez d'un morceau de il faut que "ça respire" l'abri des poussières et des

En effet, si vos étamines microbes ou des séchage se ferait très mal, s 'abimeraient et seraient à voir dangereuses



du papier-chiffon voie (type plateaux de ou autres vous aurez bien auparavant .

tulle ou de rideau : car mais que ce soit à insectes

étaient exposées à des moisissures, le voir pas du tout : elles la fois imangeables

Mettez votre plateau en plein soleil, sur des tréteaux (pour protéger des bestioles au sol) .

mais si vous avez un deshydrateur se sera préférable car ils sécheront à la fois mieux et plus vite

**ATTENTION** : Quel que soit le mode de séchage utilisé, ne rangez votre « safran d'hémérocailles" dans un bocal stérile et hermétique que lorsqu'il est

**ABSOLUMENT SEC**

**T.S.V.P -- -->**

## **UTILISATIONS :**

Simple : comme du vrai safran , usez-en souvent mais n’en abusez pas car vous risqueriez de ne plus avoir la bonne odeur florale de votre « épice » mais une possible amertume

## **NOTES DIÉTÉTIQUES :**

Pour une fois , les “sans sel”, les “sans gras”, les “sans gluten” et même les “sans sucre” car il n’y a pratiquement pas d’hydrates de carbone mais beaucoup de parfum !!

Tout le monde y a droit ! Alors profitez-en

**ON FÉ CA KOI KON VEU AVÉ ÇA KOI KON A**