

AROMIEL (PÂTE À BASE DE CYNORRHODONS ET DE MIEL) SUR BISCUITS ET TISANE DE CYNORHODON



Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Cynorrhodons évidés	6 poignées
de miel	3 càs
biscuits	12

Préparation

1. Rincer les cynorrhodons

2. Emincer grossièrement 3 poignées de cynorrhodons puis les laisser infuser 15 à 20 minutes dans 1L à 1,5L d'eau bouillante. Filtrer ensuite avec une étamine.

3. Passer les 3 poignées de cynorrhodons restantes à deux reprises dans un extracteur de jus. ATTENTION: il est important de les passer au moins deux fois afin que tous les poils urticants soient bien filtrés et éviter tous risques de démangeaisons.

4. Mélanger la pâte de cynorrhodons obtenue à la sortie de l'extracteur avec l'équivalent de miel, continuer à mélanger jusqu'à ce que la mixture soit homogène.

5. L' "aromiel" (la pâte de cynorhodon et de miel) peut être étalée sur des biscuits (ceux-ci peuvent évidemment être préparés maison, de type "petits sablés" par exemple).

6. Les biscuits tartinés et la tisane peuvent être servis ensemble. En fonction des goûts, la tisane peut également être sucrée avec un peu de miel.
