CHÈVRE AU LIERRE TERRESTRE

CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 8 pers

Ingrédient	Quantité
Lierre terrestre	2 poignées
fromage de chèvre frais	2 pcs
Huile d'olive	
Sel et poivre	
Graines au choix	(sésame, chia, potiron, tournesol,...)
fleurs de lierre terrestre (ou toute autre fleur comestible)	(facultatif = pour la décoration)

Préparation

1. Ciseler les feuilles de lierre terrestre après les avoir lavées.
2. Dans un saladier mélanger le chèvre, les feuilles et l'huile d'olive, sel et poivre selon votre convenance jusqu'à consistance voulue.
3. Dans un mortier, écraser les graines de potiron, de tournesol.
4. Réaliser de petites boules puis les rouler dans les graines au choix, puis dans les fleurs et mettre au frigo jusqu'à dégustation.

CC BY SA Cuisine Sauvage ASBL, 2015-2025