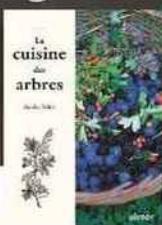


PLANÈTE
food

Les arbres, ÇA SE MANGE!



Eh oui ! Et cela peut même être délicieux ! Feuilles, bourgeons écorces, sève... on fait feu de tout bois pour se régaler.

Chouette, la cueillette ! C'est par là que tout commence, comme l'explique Aurélie Valtat,

l'auteure d'un livre très inspiré*. Sa démarche, qui allie santé, plaisir gustatif et écologie, nous invite à découvrir les saveurs de 40 arbres et arbustes comestibles communs sous nos latitudes, au-delà des seuls fruitiers. Vite, à nos paniers : le marché est au coin du jardin – ou au bout du chemin !

L'arbre qui cache la forêt. Mais attention : on ne cueille que des plantes identifiées, dans un lieu non pollué, à plus de 30 cm du sol et, si possible, par temps sec. On sépare les essences et on se renseigne bien : un arbre peut être en partie comestible, sans l'être intégralement. Exemple : les fleurs de sureau, oui, mais pas les feuilles ; et le sureau noir (ordinaire), oui, pas le sureau hièble, qui est toxique. Le printemps est la saison idéale pour une initiation.

Des recettes de derrière les fagots. Avec les jeunes pousses (tilleul, platane, noisetier, mûrier, aubépine...) bien rincées, on concocte une salade sauvage, un pesto forestier (avec noix, ail, huile d'olive) ou une quiche verte. On transforme les feuilles (mûrier, figuier...) en chips. On fait des beignets avec les fleurs de robinier (faux acacia) ou de magnolia. On glisse du lilas dans un tiramisù... Et on sirote une limonade de sureau (les jolies ombelles blanches, mises à fermenter pendant 5 jours avec miel et citron), ça change de la tisane.

* *La cuisine des arbres*, éd. Ulmer, 144 p., 15,90 €.



3-en-1 MIAM... LES PUZZLES RECETTES

Un top combo : quand les pièces sont associées, on découvre 2 desserts que tout le monde adore (brownies et tarte aux fraises), il ne reste plus qu'à les préparer et à les déguster. Les aquarelles tendres de Billie Blake, une illustratrice bisontine, ouvrent l'appétit et, si besoin, le modèle (avec contour apparent des pièces) peut aider les plus impatientes à combler le fond blanc. Coffret « Puzzle thérapie », 2 x 420 pièces, 17,90 €, éd. Larousse.



C'est nouveau... ... LA MARIQUETTE

Pas sorcier de percer le mystère de ce mot-valise : cette nouvelle variété de fraise est apparentée à la gariguette (pour la forme allongée) et à la mara des bois (pour le parfum sucré). Cultivée dans le Lot-et-Garonne, elle a décroché le Label rouge en 2020. On la trouvera sur les marchés de début avril à fin juin. Trop hâte !

On ira...



... SE RÉGALER À LILLE

Pour retrouver le goût du partage, on guette ce nouveau temple de la restauration qui doit ouvrir au printemps en centre-ville lillois. Une scène à manger conviviale, qui voit les choses en grand (1 600 m² sur 2 niveaux, 400 places assises, une grande scène, des gradins, 10 restaurants plutôt *street food*, 2 bars...), et conçue comme un lieu de vie et de culture, avec concerts, ateliers... On y croit ! *Grand Scène*, 31, rue de Béthune, Lille (59). Infos sur grand-scene.com

PHOTOS AURÉLIE VALTAT/SUREAU, ROUGELENE, SHUTTERSTOCK.COM ET DR

PAR FLAVIE DEGRAVE