

# Réception d'un groupe en octobre

## Rappel de la demande de l'association pour le repas de 45 personnes

L'objectif clairement fixé est de tout mettre en œuvre pour étonner, émerveiller, surprendre les membres de l'association. L'horticulture étant au centre des activités de l'association, en tenir compte dans l'organisation et le déroulement de la prestation.

En dehors des préparations à base de plantes sauvages, privilégier les recettes intégrant des courges et légumes anciens.

Le buffet est à concevoir pour présenter des préparations originales tout en veillant à ce que les personnes ne souhaitant pas s'aventurer dans des expériences gustatives trop typées y trouvent également leur compte.

Philosophie générale de la journée. Illustration du concept d'alimentation vivante, incluant bio et sauvage. Evoquer de multiples pistes afin de développer la relation à la nature et de réenchanter le quotidien, en particulier pour un public attentif à la biodiversité horticole.

## Causeries proposées

Thèmes de causeries possibles (compter chaque fois un quart d'heure maxi afin de ne pas fatiguer l'auditoire et permettre de jouer sur la diversité des sujets)

- Causerie introductive au repas et présentation du menu
- Cuisine sauvage
- Cuisine des fleurs
- Alimentation vivante
- Graines germées
- Propriétés et usages des plantes en exposition
- Relation de l'homme à la nature

Et surtout échange libre avec questions-réponses

## Aperçu d'un étonnant buffet

### Origine et nature des ingrédients

Ingrédients bio et majoritairement de proximité

Plantes sauvages et fleuries

Alimentation vivante

Viande, poisson et ingrédients végétariens

### Boissons sans alcool

- Kombucha aux fleurs de coquelicot et d'hibiscus
- Kéfir traditionnel au citron et figues aromatisé aux fleurs de sureau et ajout de bière
- Limonade de fleurs de sureau
- Vin de fleurs : sureau et pissenlit
- Eau plate et pétillante
- Frênette
- Jus de pommes aux orties

Apéritif avec alcool

- Vin de noix
- Vin blanc aux fleurs d'aspérule

Vins

- Vin rouge et blanc

Liqueurs et alcools

- Liqueurs de fleurs
- Rhum des foins

Infusions de reine des prés (selon procédé original de conservation sans séchage)

Café

## **Préparations salées**

Gressin au potimarron

Aiguillettes de poulet marinées à la poudre de mélilot

Frites de potimarron

Tranche de pain au foin beurré, tout simplement

Beurre de sauge sur pétales de betteraves rouges

Cuillères chinoise avec purée de cerfeuil tubéreux (+ huile de sésame et piment Espelette) et graines germées d'alfalfa en déco

Boules de chèvre frais fleuri (roses, cosmos, bleuets) et aromatisées aux fleurs de poireaux sauvages

Pachade de potimarron (+ châtaignes, crème d'avoine, ail des ours, Espelette, œufs, huile d'olive, trompettes de la mort) avec son streusel (amandes, levure paillette, chèvre frais, beurre demi-sel et gruyère)

Verrine avec écrasé de vitelotte (et zeste de potimarron) sur tartares d'herbes et purée de brocolis

Amandes grillées au sel de Guérande et poudre de mélilot

Spätzle au potimarron ou aux orties et présentés dans courge galleuse

Pommes de terre cuites au diable, fumées au foin accompagnées de fromage blanc (cynorrhodon, graines germées de fenugrec, ail des ours et pesto d'orties aux olives)

Salades de légumes du tonneau :

- Potimarron, purée de lentilles, huile d'olive sur tranche de vitelotte et graines germées de radis rouge
- Céleri rémoulade à la crème, graines de courges, zeste de potimarron, poudre de noisette, mascobado et compote de pommes nature
- Carottes, miel de châtaignes, amandes, huile d'olives, tofu fumé, raisins et cubes de pommes

Crêpes aux orties cuites à l'unilatérale + truite fumée + chantilly de fromage blanc aux graines d'ail au vinaigre

Munster blanc et chutney coquelicot sur feuilles de choux chinois

Saumon mariné au vinaigre balsamique et ortillade à la tomate.

Pains spéciaux (foin, marbré orties-potimarron) et pain au levain pur

## **Préparations sucrées**

Feuilles menthe cristallisées au chocolat

Carottes anciennes aux trois couleurs et céleri confit

Noix vertes confites

Meringues à la rose

Roulade garnie de potinella (potimarron à la façon du Nutella)

Verrine de bavarois aux trois courges (Délicata, sucrose du Berry et Sweet Dumpling) aromatisé à la reine des prés et sa garniture de courge spaghetti-agar agar et cheveux d'algues et en accompagnement :

- Confiture vieux garçon
- Petits fruits nature

Gâteaux secs au foin

Gâteau potimarron râpé avec son glaçage aux pois bleus et étoiles de sureau cristallisé (+ beurre, œufs, sucre de sureau, alcool de sureau, purée de cynorrhodons et d'orties),

## **Cadeau-surprise**

Un pot de confiture de potimarron aux épices remis à chaque participant

## **Exposition et divers**

Exposition d'une vingtaine de plantes sauvages

Panneaux : découvrez votre arbre : horoscope celte

Pensée du jour

Produits atypiques à base de lichens, mousse des bois, glands de chêne,

Bocaux de fermentation de légumes, germe en bouteilles de récup

Panneaux sur les caractéristiques de la cuisine sauvage

Espace boutique

