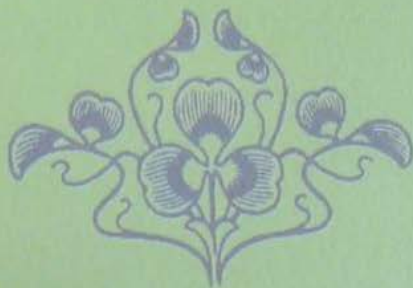


L'IDÉALE JEAN D'HONDT



# Élixirs & boissons retrouvés



Gilbert Fabiani



*En principe on doit réprover l'usage de l'alcool et surtout l'abus.  
Mais lorsqu'il est chargé de suc de plantes bienfaisantes  
et qu'il leur sert de véhicule au travers de l'organisme,  
on ne peut que le recommander à doses modérées.*

Annales de l'Institut Pasteur en 1903.

L'éditeur tient à remercier très amicalement  
Anne Ramat, Frédéric Letrou  
et

Thierry Devynck (bibliothèque Forney),  
sans lesquels l'iconographie de ce livre n'aurait pu être réunie.



© ÉDITIONS ÉQUINOXE

Domaine de Fontgisclar, Draille de Magne  
13570 Barbentane

ISBN 2-84135-126-2  
ISSN 1276-4416

# Élixirs & boissons retrouvés



Bibliothèque Forney.

## Gilbert Fabiani

TYPOGRAPHIE & MISE EN PAGE D'YVES PERROUSSEUX

ÉQUINOXE

## Présentation

C'était pendant une dégustation de liqueurs chez l'auteur de ce livre, à Vaudenac, en Haute-Provence; on parle, on parle de toutes ces recettes, des boissons, des liqueurs, puis en buvant avec modération, on dit n'importe quoi, et, comme on est en Provence, on finit par exagérer.

C'est pour cette raison que, le lendemain à verres reposés nous avons décidé d'écrire ces quelques lignes pour vous présenter l'auteur, notre ami Gilbert Fabiani, son amour pour les plantes et sa passion pour toutes ces recettes et ces préparations de boissons originales, anciennes ou traditionnelles.

Édouard, Jean-Marie, Serge, Maurice et Alain



## À votre santé!

Voici belle lurette, Gilbert Fabiani m'avait appris que les fleurs se mangeaient. Jugeant qu'il s'agissait là d'un excellent moyen de renouveler mon ordinaire tout en luttant contre les méfaits de la vache folle, je me mis à dévaliser les fleuristes afin de dévorer à belles dents salades de pétales de roses et beignets de coquelicots. Puis Gilbert revint à la charge en m'annonçant que fleurs et plantes, non seulement se mangeaient, mais encore se buvaient. Il crut m'amadouer avec des sirops de violettes ou des infusions de mauves, mais je lui fis savoir que j'avais accoutumé à tâter à de plus fortes liqueurs.

Alors il me dévoila son secret d'alchimiste de la flore: ce diable d'homme était parvenu à mettre en bouteilles quelque soixante espèces de plantes aromatiques sous forme de liqueurs miracles qui irradiaient une étrange lumière, comme autant de petits soleils verts et jaunes. «*Ne t'inquiète pas, ce sont des médicaments naturels!*» me dit-il sur le ton de la confiance, tout en me resservant une excellente liqueur d'hysope. Je n'étais pas inquiet, mais comme j'avais quelques maux anciens à soigner, et d'autres dont je souhaitais me préserver à titre préventif, j'en profitais pour faire une cure express. Je ne pus toutefois goûter aux soixante variétés, faute de temps, mais le souvenir qui me reste de ce que j'ai bu (outre le léger tournis dû sans doute à l'air vif que je respirais en rentrant chez moi, au milieu de la nuit) me pousse à recommander à quiconque souhaite demeurer en bonne forme l'usage régulier de ces élixirs floraux.

À votre santé!

Édouard Brasey



## *Vous ne le regretterez pas!*

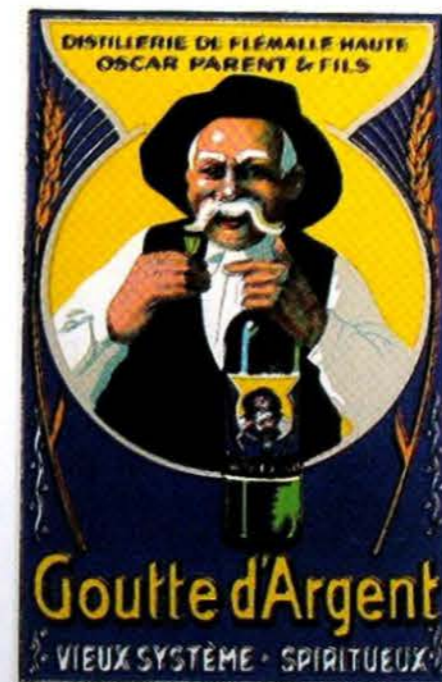
Lorsque j'ai rencontré Fabiani pour la première fois, j'ai été passablement surpris. Une tête d'aventurier, une barbe de broussard, une voix monocorde comme celle des gangsters des films hollywoodiens. À coup sûr, me suis-je dit, ce type est redoutable ou quelque chose du même genre. C'est marrant comme on peut parfois se tromper! Fabiani c'est la bonté même. Tenez: un jour qu'il faisait son marché au village, le voilà qui tombe sur un âne attaché à un anneau devant le charcutier. Fabiani se renseigne et apprend que l'âne vient d'être acheté pour être transformé en saucisson. Et Fabiani regarde l'âne... je ne sais pas si vous avez un jour regardé un âne dans les yeux, mais le plus endurci des criminels sentirait son cœur fondre. Alors Fabiani gratte l'âne entre les deux oreilles et lui dit: «*Ne te fais pas de bile, vieux frère, tes ennuis sont terminés.*» Et l'âne regarde Fabiani, voit dans ses yeux une tendresse infinie, pigmentée de quelques éclairs de malice, et pense: me voilà tiré d'affaire, c'est un miracle! Fabiani a racheté l'âne, l'a baptisé Balthazar, a mis à sa disposition un parc de quatre hectares et une cabane pour les nuits d'hiver. Il lui a même acheté une ânesse pour qu'il se sente moins seul. Vous conviendrez avec moi qu'un homme pareil ne peut pas être entièrement mauvais. Vous conviendrez même qu'il ne peut être que foncièrement bon.

Et un homme foncièrement bon ne peut que s'employer à rendre ses semblables heureux. C'est la raison pour laquelle Fabiani a écrit ce livre. Vous y trouverez les mille et une manières de réaliser vous-même les liqueurs aux bonnes herbes de chez nous, lesquelles, comme le disait le père Blaize, un célèbre herboriste marseillais, soulagent toujours, guérissent souvent, ne nuisent jamais. À condition bien sûr, et selon la formule consacrée, de les consommer avec modération. Encore un détail qui a son importance. Avant d'entreprendre une de ses succulentes préparations, Fabiani

prend toujours la précaution de faire vérifier la bonne qualité de ses plantes par Balthazar. Si Balthazar fait la grimace, il les écarte et retourne en cueillir de nouvelles, ailleurs, un autre jour. Comme quoi un bienfait n'est jamais perdu.

Et le résultat de cette belle histoire d'amour entre Fabiani et Balthazar, enrichie d'une collaboration exemplaire, est prodigieux. Qui n'a pas goûté aux liqueurs de Fabiani est bien à plaindre, c'est un amateur inconditionnel de celles-ci qui vous le dit. Achetez ce livre sans plus tarder et mettez-vous à l'œuvre, je suis sûr que vous ne le regretterez pas!

*Jean-Marie Rocchia*

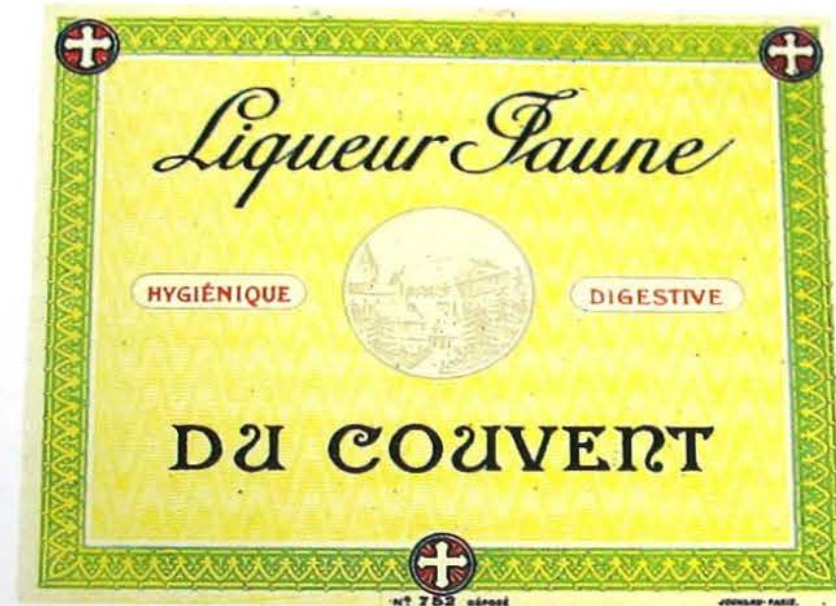


## Pour le plus grand plaisir de tous!

Gilbert Fabiani pousse la délicatesse (ou le vice?) jusqu'à offrir à ses amis des liqueurs à leur nom. Merci Gilbert. Moi, j'ai eu droit à l'hysope et à la mélisse. Lorsque j'invite des amis à ma table, à la fin du repas, je leur sors mes bouteilles Fabiani sans leur montrer l'étiquette et je leur fais goûter. En général, ils trouvent ces breuvages «curieux, mais particulièrement agréables au palais et à l'estomac». Alors je dévoile mes batteries et je leur explique que c'est «un de Vaudenac» qui concocte ces [d] étonnantes liqueurs; que l'hysope est béchique, tonique, vulnéraire, cicatrisante et que la mélisse agit contre les troubles nerveux et les maux d'estomac, entre autres; bref, que c'est bon pour la digestion des bécasses à la broche ou du civet de lièvre par soirées automnales ou hivernales.

Jusqu'à Fabiani, je n'avais que trois références pour les liqueurs: l'élixir du révérend père Gaucher, les liqueurs de pêche, de cynorhodon (méfi à l'orthographe), de ma mémé, et le traité de Pascal sur l'équilibre des liqueurs... Et Fabiani vint! Supplantant tout ce beau monde (sauf ma mémé, quand même! car le cœur a ses raisons que la raison ne connaît pas, comme disait le ci-dessus Pascal), avec les 1252 siennes.

La liqueur, ça vous laisse un goût ancien dans le gosier tout en vous chauffant la panse. Et de plus c'est psychologique. Mais si! ça vous renvoie au paradis du temps des grands-mères et ça vous procure des retrouvailles de bonne santé morale avec les racines et l'identité. Je me suis toujours demandé comment Fabiani peut être fabriqué pour ainsi passer son temps à faire macérer des plantes aromatiques. Chacun a son destin, me direz-vous avec la solennité antique qui sied à ce genre de propos. Je suppose que le dénommé Fabiani – par ces temps du tout génétique – descend d'une lignée d'alchimistes et que son savoir-faire des liqueurs est inscrit dans son ADN. La confection de chacune de ses liqueurs ne peut être pour lui que la



recherche de la pierre philosophale qui, comme chacun sait, était censée assurer la progression des êtres vers la perfection. C'était la fameuse «panacée universelle» comme dit le bon peuple, autrement dit l'élixir de vie éternelle.

Pour lui, la multiplication des liqueurs ressemble comme deux gouttes d'alcool éthylique à celle des petits pains, sans pour autant qu'il en fasse religion tout en étant volontiers prosélyte et on le comprend. Il y en a pour tout le monde, pour les initiés et pour les novices, pour tous les goûts, je veux dire pour tous les «bons goûts». Voici le Grand Œuvre de Gilbert Fabiani pour le plus grand plaisir de tous.



Serge Bec

## Tenez-vous sains et gaillardets!

**M**oi, Zidore Angelus, berger et mage de Provence, je croyais tout connaître sur les plantes et j'étais bien placé pour ça, qué? Et puis, ayant passé fleur, j'ai rencontré le cousin Fabiani, un confrère et néanmoins ami, et il m'a estomaqué lui, il aime tellement les fleurs qu'il les mange crues ou cuites, à la croque au sel, au court bouillon, au bain Marie, en beignets ou en boudins, afin de s'approprier leurs vertus qu'il en a grand besoin! En somme c'est un amour intéressé, mais je lui pardonne car il en fait aussi profiter les autres. Parlons de la violette. Je me suis toujours penché sur le sort de la violette parce que, lorsque j'étais jouvenceau en fleurs et en boutons, je ressemblais beaucoup à cette fleurette (en ce temps-là, les cheveux me mangeaient le front, depuis lors, le front a largement pris sa revanche... mais passons!). Même à présent, j'en ai encore la modestie sinon l'odeur. Je savais donc que la violette est une plante sacrée, liée à Jupiter, dieu de l'Olympe, qu'elle symbolise le signe zodiacal du Sagittaire qui préside à ma destinée, et que le pouvoir de son parfum, tant prisé par les coiffeurs d'autrefois, est aussi très puissant en sexologie, et qu'il peut être transféré par un magnétiseur sur un objet appartenant ou ayant appartenu à la personne aimée.

Le diable me batifole! j'ignorais que l'on peut aussi, avec les timides violettes, faire un bouillon de légumes (sic), du vinaigre, des salades, de la confiture, du sirop, de la mousse, et faire frire ces pauvrettes à la chantilly! Mais surtout qu'on peut boire et se régaler avec du vin de violettes, selon une recette de la Rome antique déterrée par ce coquin de Gilbert, et je ne savais pas non plus que la violette entre dans la composition du vin des sorciers. D'ailleurs, je n'ai pas voulu boire le verre que le Fabiani me tendait en ricanant parce que je suis un mage blanc, moi. Il m'a offert aussi, oh! très modestement! un petit verre, un tout petit verre de liqueur de violettes, et

ça, cousins, c'est du nanan! j'en boirais sur le crâne d'un lépreux. Hélas! Quand j'en ai redemandé, le Fabiani m'a répondu sèchement: « Tu n'as qu'à acheter mon grimoire! » Ce que j'ai fait. Faites de même, vous ne le regretterez pas, car c'est de l'argent bien placé, dans votre estomac. « Votre estomac m'intéresse! » comme il dit.

Adessias, cousins. Tenez-vous sains et gaillardets!

Zidore Angelus

(Traduit et adapté du provençal par Maurice Chevaly.)



## *La peinture à la liqueur, tu m'en boiras des nouvelles!*

**I**l y a des gens qui peignent avec de l'huile, Fabiani, lui, peint avec des liqueurs. Ce qui m'a d'abord frappé dans ses liqueurs, c'est leur couleur. Une couleur absolument naturelle, la couleur de chaque plante, car chacune a la sienne, jalousement préservée. Des couleurs éclatantes et douces, transparentes et chaleureuses, des couleurs de vitrail extraordinairement vitales. Des couleurs vénitiennes: verres de Murano, émeraudes dont Venise est la ville. Les liqueurs de Gilbert sont, comme les bijoux, des concentrés de lumière, et leur ensemble, quand il les aligne dans le soleil, forme un prisme végétal dont on pourrait jouer comme d'un orgue: c'est le rêve de Vian dans l'écume des jours, le piano-cocktail enfin réalisé!

Un arc-en-ciel de liqueurs qui me fait aussi penser à la peinture de Renzulli, un Vénitien encore, à ses couleurs éclatantes et transparentes à la fois, délicates, chaleureuses et capiteuses, mais les couleurs de Gilbert comblent le palais après les yeux.

Il y a décidément de l'alchimiste chez Fabiani: il invente la peinture liqueur, la peinture quintessence, allant bien au-delà du conceptuel pour retrouver l'essentiel. Gilbert peint en liqueurs, il extrait la quintessence des plantes et verse ses tableaux dans des cadres de cristal. Vient alors parachever l'harmonie, le choc musical des petits verres les uns contre les autres... Mais Fabiani ne se contente pas des liqueurs, ces cerises sur le gâteau. Il lui faut toute la panoplie, il veut éteindre toutes nos soifs et combler tous les palais; à ces tonneaux des Danaïdes que nous sommes, nous autres humains et buveurs invétérés, il fallait un projet prométhéen: une super-production en quelques 170 plantes et 1252 breuvages!

Sans verser dans un millénarisme... imbuvable, presque 2000 boissons

pour l'an 2000, quel à-propos! Kubrick devra s'y faire, 2001 sera finalement l'odyssée de la soif! Et ce, dans la plus parfaite simplicité alchimique, grâce aux seuls quatre éléments qui permettent d'accomplir le grand œuvre des boissons: l'eau pour l'infusion, la canne à sucre pour les sirops, le vin pour les apéritifs et l'alcool (l'eau de feu) pour les liqueurs...

Je suis toujours envahi d'un respect craintif devant ces entreprises qui sonnent comme un défi à l'impossible: les pyramides, le barrage d'Assouan, l'Éducation nationale, la psychanalyse, la démocratie, l'amour: entre ces aventures grandioses, le livre des boissons occupe une place de choix, il fait partie de ces créations titanesques qui vous laissent sans voix... mais non sans soif! Il en faut d'ailleurs: pour évaluer le gigantisme de l'ouvrage, qu'il suffise de dire qu'à raison d'une boisson par jour, vous mettrez presque quatre ans à les avoir toutes essayées, huit ans à effectuer la resucée complète vous permettant de vérifier votre première impression, histoire d'être sûr, et douze ans pour la tournée générale que vous ne manquerez pas d'offrir, une fois dûment convaincu de l'innocuité de chacune des 1252 recettes.

Ganymède lui-même, l'échanson des dieux, reculerait devant la tâche inouïe de servir pareille tournée, tant le tennis-elbow menacerait même le plus olympien des leveurs de coude!

Mais l'œuvre ne serait pas totale si, à l'énormité de l'ensemble, elle n'associait la finesse du détail. Chacune des recettes est un microcosme dont la note unique apporte son concours au macrocosme engendré par cette symphonie des 1252.

Grand œuvre, à n'en pas douter, jugez-en: œuvre interactive s'il en fut, puisque chaque recette appelle réalisation et dégustation, œuvre conviviale puisqu'il convient à chaque fois de trinquer, œuvre foncièrement optimiste, puisqu'elle suppose de la part du lecteur une confiance et une résistance hors du commun, une foi (et un foie) de charbonnier, œuvre de haute culture puisqu'elle revivifie la tradition tout en rejetant l'uniformité niveleuse

des boissons industrielles, libérable pourtant, au vrai sens du terme puisqu'elle en appelle à notre initiative et à notre esprit d'entreprise, œuvre œcuménique rassemblant sans distinction d'âge ni de couleur toutes les races de breuvages, et essentiellement démocratique puisqu'elle n'y introduit aucune hiérarchie; le livre des boissons est donc bien l'œuvre universelle par excellence. Pour moi, c'est juré, sur mon foie, dès que j'aurai fait le tour de tes 1252 recettes, j'arrête de boire.

En attendant, je lève les verres que je viens d'acheter pour l'occasion, celle qui fait le luron, à la santé du livre des boissons, et, portant un toast à notre souverain à tous, au valeureux lecteur assoiffé de connaissances qui hésite au seuil de cette exploration de toute une vie. Je lui crie: «Sire, ose! Sirote, tu m'en boiras des nouvelles...»

Alain Sagot, dit «Sagault»



14



# frigolet

liqueur des P. P. Prémontrés,  
de l'Abbaye de S. Michel de Frigolet  
par Tarascon (Provence)

L'Elixir du Révérend Père Gaucher

Affiche  
publicitaire  
de 1930.



## Avant-propos

**L**ongtemps les médecins, voyageurs, philosophes et polygraphes dissertèrent sur les mérites comparés de la boisson. La sensualité est-elle stimulée ou tarie? L'appétit est-il ouvert ou coupé? L'existence est-elle allongée ou raccourcie? L'organisme est-il brûlé ou fortifié? Est-il bon, est-il méchant?

Les conclusions furent, on s'en doute, diverses et contradictoires, mais tous paraissent s'entendre sur des vertus avérées...

Michel Onfray, *La Raison gourmande*.

**B**oissons de ménage, apéritifs maison, liqueurs familiales, recettes de grand-mère... désignent en fait toutes ces préparations qui sont faciles à réaliser, sans grandes connaissances, avec un matériel réduit et en utilisant des produits naturels. En un mot, des recettes à faire chez soi, d'abord pour soi-même, puis pour toute la famille et enfin pour ses amis et les invités de la maison.

C'est ainsi qu'au fil des années et parfois même après des générations, certaines de ces boissons ont gagné leur réputation et sont célébrées comme il se doit. Elles font maintenant partie des traditions et contribuent à mettre en valeur le patrimoine régional avec une utilisation des plantes (feuilles, fleurs, fruits, graines, racines...) dans ces préparations artisanales, toujours appréciées, qui améliorent l'accueil du visiteur et donnent un plus au cérémonial immuable des visites à domicile à l'occasion d'événements de toutes sortes qui jalonnent la vie d'une famille.

Tout le monde a en tête des noms bien précis et, pour ma part, pour leur rendre un hommage mérité et aussi pour les remercier de m'avoir encoura-

gé à écrire ces pages, je citerai aujourd'hui: la liqueur de coing de Jane, le vin d'orange de Marie-Laure, le guignolet de Marianne, la liqueur d'estragon de Myriam, L'apéritif à la livèche de Laurent, la liqueur de verveine d'Olivier, le coco de Julie, le sirop de dattes d'Eddie, L'apéritif à la groseille de Marcel, les apéritifs à la gentiane d'Élie et de Justine...

Amis lecteurs, voici dans ce livre 1252 recettes de préparations de boissons originales ou anciennes et traditionnelles que tu vas pouvoir tester suivant ton goût et tes préférences et, si l'expérience te tente, et après une courte période de mise au point, il te sera possible de créer ta propre recette et ainsi régaler toute l'année tes amis qui en réclameront toujours.

Mais attention à ne pas oublier que c'est l'eau qui reste la reine des boissons, car l'eau c'est la vie, l'eau est toujours source de santé, l'eau c'est le silence et la liberté et, comme le disait Fernand Lequenne dans son *Livre des boissons*, paru chez Robert Morel en 1970: «*Je voudrais qu'on aime et possède l'eau...*». Il est bon de boire de l'eau, beaucoup d'eau, le plus souvent possible, et ne pas oublier que, aussitôt après le respiré, c'est le boire qui fait vivre. Boire d'abord, boire toujours, boire, boire... BOIRE.

Mais comme la nature nous a donné des plantes aux saveurs et aux parfums merveilleux qui, en plus, possèdent des vertus alimentaires et médicinales importantes, l'idée de combiner eau et plantes existe depuis l'origine de l'homme pour donner ces boissons. Il s'agit donc de capter les principes essentiels de ces plantes par des procédés multiples et variés.

Vient d'abord le temps de la récolte. C'est au moment de la floraison que la plante va posséder un maximum de suc et de sève et donc dégager des arômes, des parfums puissants. Les fleurs vont se cueillir au début de leur épanouissement, les feuilles peuvent se ramasser sur une période beaucoup plus étendue et les racines se récoltent après la floraison, au moment où la plante commence à faire des réserves pour le printemps suivant.

Pour les plantes sauvages, la période idéale pour renouveler ses réserves

est celle de la Saint-Jean, le 24 juin, où les jours sont les plus longs. La plante possède alors un maximum de vertus. En général il faut choisir une belle journée, pas trop chaude ni humide et faire sa récolte le matin quand le soleil a dissipé la rosée et que la circulation de la sève commence. On place la récolte dans des sacs en toile ou des paniers bien aérés, en choisissant les lieux de récolte dans des endroits encore sauvages, loin de la pollution des routes et des champs cultivés. À la maison il faut commencer aussitôt les préparations avec les plantes qui s'utilisent fraîches. Quant aux autres, il faut se dépêcher de les trier pour les étaler sur de grands papiers ou des toiles, dans un milieu non humide et peu éclairé, sans les entasser, pour les faire sécher et, au besoin les retourner de temps en temps. Pour les fleurs, préférer les bouquets, pendus la tête en bas. Les racines sont lavées, broyées et coupées en tranches au préalable. Après dessiccation, la conservation se fait dans des sacs en papier ou mieux dans des boîtes en carton ou en fer blanc, comme les boîtes de thé qui paraissent idéales.

Nous allons donc, dans un premier temps, utiliser une bonne eau de source par exemple pour la combiner avec nos récoltes pour obtenir de simples préparations qui ont pour nom :

**L'infusion**, qui consiste à verser de l'eau bouillante sur la plante préparée en bouquet (souvent une poignée) dans un récipient, puis couvrir pour laisser faire (infuser), quelques temps, 5 à 10 minutes en moyenne pour capter les vertus de la plante.

**La décoction**. Ici on place la plante dans l'eau froide, puis sur le feu pour augmenter lentement la chaleur jusqu'au premier frisson de l'eau (environ 10 minutes), couvrir et laisser bouillir encore 5 à 10 minutes pour les plantes les plus coriaces, beaucoup plus pour les racines.

Pour la simple **macération** dans l'eau, pour obtenir des limonades de printemps par exemple, il faut placer la plante dans un récipient en verre, couvrir d'eau et faire une exposition en plein soleil pendant plusieurs heures,

souvent une demi-journée, ce qui correspond à une infusion naturelle de longue durée. Dans ce cas il n'y a pas de règle générale ni de chiffres précis sur la quantité, mais c'est l'habitude et le goût de chacun qui fait que pour capter les principes actifs de la plante, il faut une bonne poignée de produit frais ou sec par litre d'eau, avec des variations importantes qui vont de quelques grammes pour les plantes riches (sauge, tanaisie, armoise, absinthe...) à beaucoup plus pour les autres.

Maintenant, si nous ajoutons du sucre, nous allons obtenir les **sirops** : ici c'est l'infusion à forte concentration, augmentée de sucre, qui permet d'obtenir de bons sirops. La concentration est de 6 à 10 fois plus forte que celle de l'infusion et, pour une bonne conservation, il faut autant de sucre que de liquide et cuire toujours lentement pour obtenir un sirop épais.

Pour les vins et les alcools, on utilise la **macération** : qui va donner des apéritifs et des liqueurs. Il faut utiliser des produits frais ou séchés dans des proportions de 1/10 pour 9/10 de vin ou d'alcool, mais à part quelques exceptions pour les plantes riches, certains indiquent la moyenne de 1/5 de produit. Le mélange va macérer sur une période qui varie de quelques jours à plusieurs semaines en fonction des plantes utilisées, puis il faut filtrer pour obtenir un produit parfait ; ajouter un sirop en faisant dissoudre du sucre dans de l'eau pure, suivant des proportions variables avec le goût de chacun et conserver dans des flacons hermétiques, bien étiquetés, à l'abri de la lumière, au frais, pour laisser vieillir avant la consommation car apéritifs et liqueurs se bonifient avec le temps.

Dans ce cas bien entendu une règle reste à respecter : à boire toujours avec modération, car on dit même qu'il est aussi dangereux pour l'organisme de boire beaucoup de vin et d'alcool que de ne jamais en boire !



Rappelons que de grands écrivains ont chanté les bienfaits du vin et de son rapport avec la création artistique :

**Montesquieu**

« Mais quand je désapprouve l'usage de cette liqueur qui fait perdre la raison, je ne condamne pas de même ces boissons qui l'égayent... »

**Baudelaire**

« Il faut être ivre, tout est là : c'est l'unique question pour ne pas sentir l'horrible fardeau du temps qui brise vos épaules et vous penche vers la terre, il faut vous enivrer sans cesse. Mais de quoi ? De vin, de poésie ou de vertu, à votre guise, mais enivrez-vous ! »

**Boileau-Despreaux**

« Allez, vieux fous, allez apprendre à boire, on est savant quand on boit bien ; qui ne sait boire, ne sait rien... »

Mais restons sérieux et, plus près de nous, lisons l'écrivain américain Lewis Perdue dans *Le Paradoxe français*, ou « Comment réduire les risques cardiaques et vivre mieux grâce au vin et au style de vie méditerranéen », qu'il appelle : le « French Paradoxe » :

« Le vin est l'une des boissons les plus anciennes connues de l'homme et de la femme. Des documents écrits, datant de 4 000 ans, font référence aux usages diététiques et thérapeutiques du vin. L'homme l'a trouvé attrayant comme aliment, comme médicament, comme élément des cérémonies religieuses et rituelles à travers le monde, et d'une importance conviviale dans la vie sociale. À la lumière de l'histoire ancienne, il n'est pas surprenant que les nombreux effets salutaires du vin soient devenus légendaires... »

Et pour terminer cette présentation voici la conclusion donnée par un groupe de chercheurs et de médecins sur ce sujet : « Consommation modérée de vin au cours des repas, alimentation de style méditerranéen, convivialité, concourent à un effet bénéfique pour la santé. »

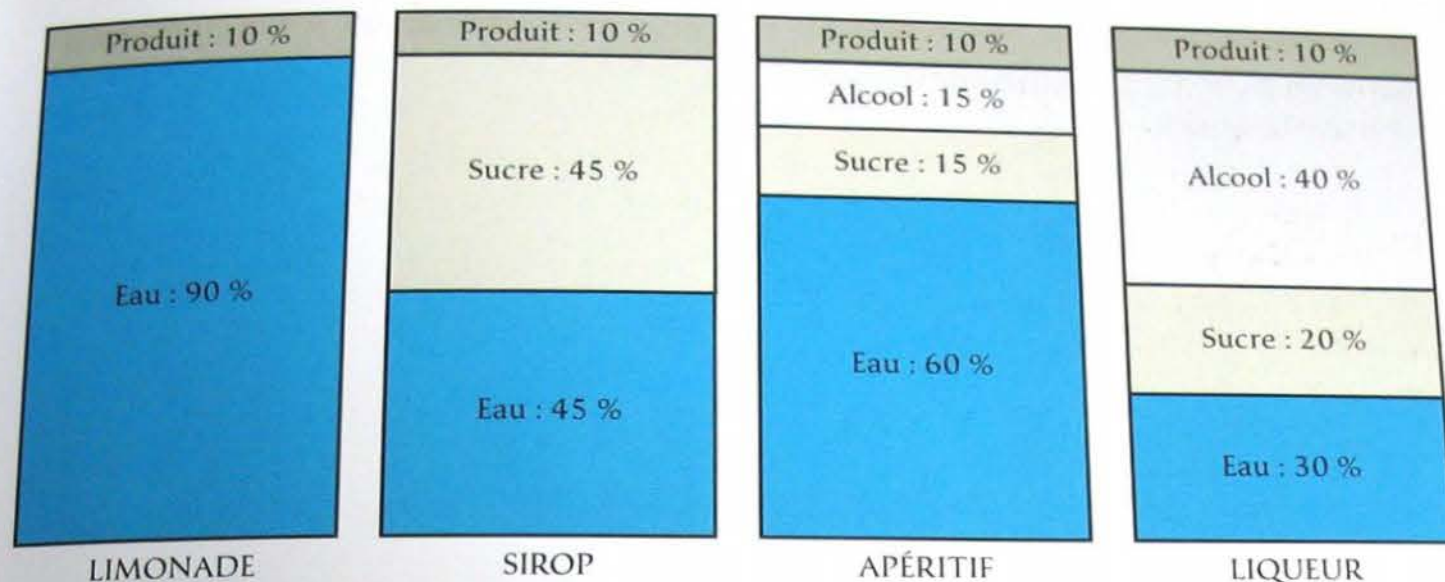


Tableau de comparaison des différentes boissons par rapport à une eau pure à 100 %, qui met en évidence la forte proportion d'eau pure dans tous les cas, avec une moyenne de 90 % pour les infusions et limonades, 45 % pour les sirops au sucre, 60 % pour les apéritifs au vin et 30 % pour les liqueurs à l'alcool.

**Avertissement.** Le tableau présenté ici n'est que purement indicatif, ce n'est pas une règle absolue, il n'est pas question sur ce sujet de faire intervenir les mathématiques, nous sommes dans un domaine – la cuisine et les boissons – qui est un art véritable laissant la place à la création et à l'imagination. Comme dans toutes les recettes présentées dans ce livre, les quantités indiquées représentent une moyenne car, avec le temps, c'est le goût, l'instinct et l'habitude qui vont vous conduire à la réussite.

**Dernier avertissement.** Retenons seulement que l'eau a une grande importance et que, malgré tous les reproches justifiés que la société fait aux grands buveurs de vin ou d'alcool, (car, c'est bien l'excès d'alcool qui cause des ravages dans l'organisme), il faut reconnaître que ce sont également de

grands buveurs d'eau. Donc encore une fois, c'est bien de l'eau qu'il s'agit ici, même si, par goût, plaisir, mode, habitude ou médecine, il est bon d'y ajouter quelque chose. Ce qui nous conduit toujours à *boire avec modération*.

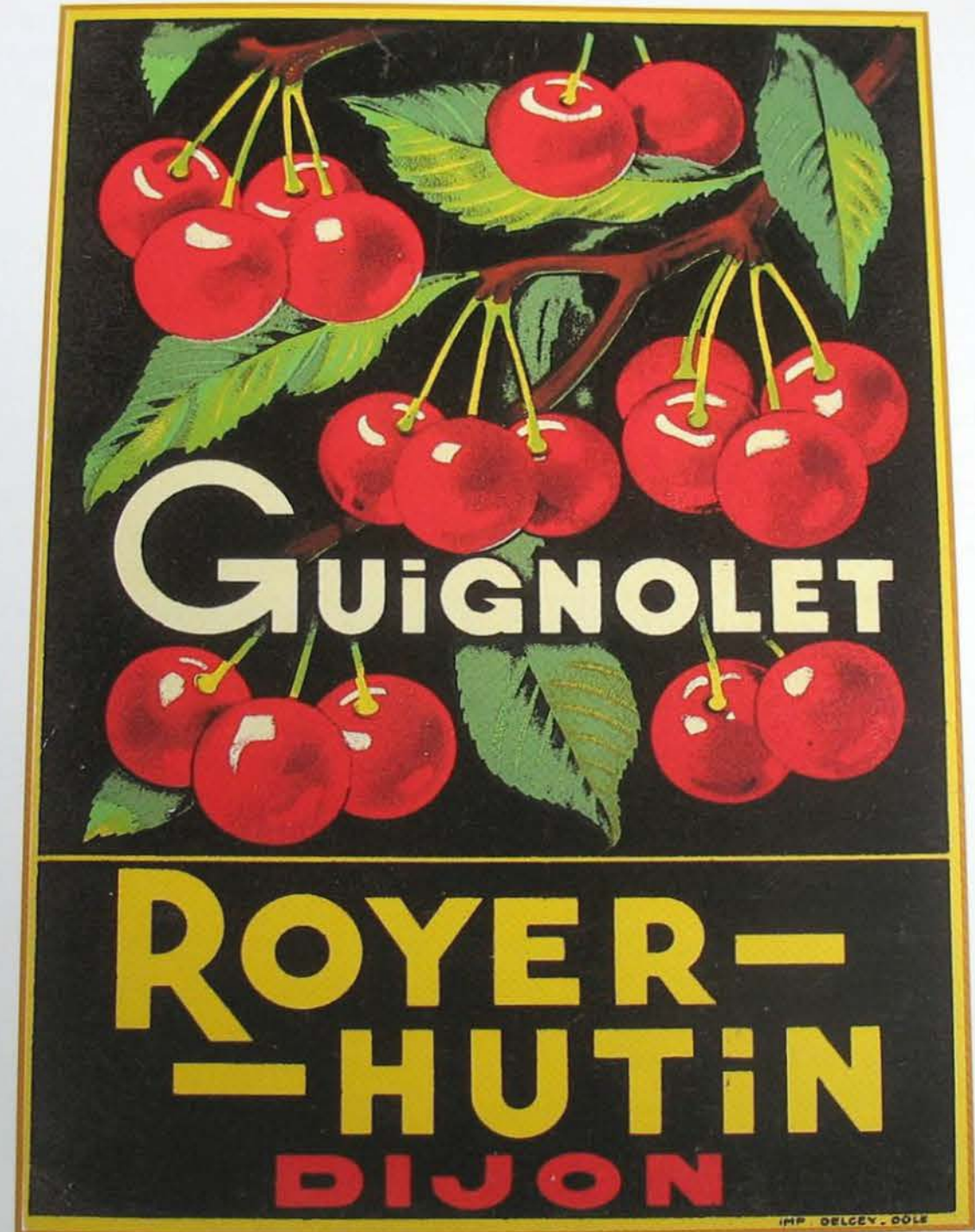


### Conseils pratiques au sujet de la fabrication de ces boissons.

Pour débiter et pour faire un choix parmi les 170 produits (167 plantes, plus le lait, le miel et l'œuf), une seule recette pour les produits les plus connus a été sélectionnée parce que :

- 1- les ingrédients qui la composent sont faciles à trouver ;
- 2- sa fabrication est simple ;
- 3- le résultat obtenu est toujours apprécié.

Cette recette est mise en évidence **PAR SON TITRE DE COULEUR ROUGE.**



# 1. Abricotier

**C'**est un arbuste qui peut atteindre la hauteur de 4 à 5 mètres à l'âge adulte, dont les fruits connus et appréciés sont appelés: **abricots**. On utilise ce fruit très riche en carotène ainsi que le noyau.

## 1- Jus d'abricot

Choisir des abricots bien mûrs, retirer le noyau et écraser les fruits mouillés d'un verre d'eau, laisser reposer pendant 24 heures. Presser alors la pulpe dans un torchon pour exprimer tout le jus.

## 2- SIROP D'ABRICOT

Avec 1 kg de sucre pour 1 litre de jus. Faire cuire doucement à petit feu pendant 15 minutes, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur les parois du récipient en se refroidissant.

## 3- Vin d'abricot

Avec 1 kg d'abricots, 2 litres de vin blanc sec, 200 grammes de sucre, 1 verre d'alcool (eau de vie ou cognac). Choisir des abricots très mûrs, les

dénoyauter pour les couper en morceaux, saupoudrer de sucre et laisser macérer pendant 24 heures. Faire cuire cette macération à petit feu de 15 à 20 minutes, laisser refroidir, ajouter le vin et l'alcool, quelques noyaux écrasés et couvrir avec un linge pour laisser macérer au frais pendant un mois, filtrer et exprimer tout le jus dans un linge, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser reposer 1 à 2 mois au frais avant la consommation.

## 4- Ratafia d'abricot

Avec 10 abricots, 1 litre de vin blanc sec, 1 verre d'alcool à 90°, 300 grammes de sucre, une pincée de cannelle en poudre. Dénoyauter des abricots bien mûrs, les couper en 4 dans le vin blanc et porter à ébullition doucement, à petit feu. Au premier bouillon, ajouter le sucre, l'alcool et la cannelle pour donner un deuxième bouillon. Couvrir, laisser refroidir pour commencer la macération pendant une semaine, filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir 1 à 2 mois avant la dégustation.



## 5- Liqueur d'abricot

Avec 500 grammes d'abricots bien mûrs et dénoyautés, 12 noyaux, 1 litre d'eau de vie, 200 grammes de sucre 2 clous de girofle et une pincée de cannelle. Disposer dans un bocal les abricots coupés en quatre, ajouter les noyaux concassés, les aromates, girofle et cannelle, le sucre et recouvrir avec l'eau de vie. Fermer le bocal et laisser macérer pendant 15 jours, filtrer, mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais avant de commencer la dégustation.

## 6- Liqueur d'abricot

Avec 1 kg d'abricots, 2 litres de vin blanc sec, 700 grammes de sucre 1 litre d'eau de vie et 10 grammes de cannelle. Faire cuire les abricots à petit feu dans le vin blanc, au premier bouillon, écraser à la spatule, ajouter le sucre, l'eau de vie et la cannelle; mélanger; retirer du feu pour laisser macérer pendant une semaine, filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir si possible.

## 7- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal avec des abricots bien mûrs, et coupés en quatre, ajouter quelques noyaux et recouvrir avec de l'alcool à 90°. Laisser macérer 2 bons mois. Préparer un sirop en faisant



fondre à petit feu du sucre dans de l'eau dans les mêmes proportions. filtrer la macération et ajouter le sirop à volume égal Laisser reposer 2 ou 3 jours avant de mettre en bouteilles pour consommer plus tard. L'idéal étant de couvrir une année sur l'autre.

## 8- Abricotine

Avec 500 grammes d'abricots, ½ litre d'eau, ½ litre d'alcool à 90°, 1 litre de vin blanc sec, 1,5 kg de sucre et une pincée de cannelle. Éplucher les abricots et enlever le noyau, les plonger dans l'eau



et laisser cuire pendant ½ heure. Passer pour récupérer les abricots, les écraser au moulin à légumes, ajouter la cannelle et recouvrir avec l'alcool pour laisser macérer pendant une semaine, filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans le vin blanc. Mettre en bouteilles et laisser vieillir.

#### 9- Liqueur de noyaux

Avec 40 noyaux d'abricots, 20 noyaux de pêches, 1 litre d'eau de vie, 1 verre de cognac, 400 grammes de sucre et ¼ de litre d'eau. Placer les noyaux dans un bocal, dont le ¼ broyés et écrasés en morceaux, recouvrir avec l'eau de vie et laisser macérer 1 mois. Préparer le sirop en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau et le cognac, filtrer la macération, ajouter le sirop et laisser reposer une semaine, filtrer à nouveau, mettre en bouteilles et laisser vieillir.

#### 10- Liqueur maison

Avec 50 noyaux, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et un verre de cognac. Mettre dans un bocal les noyaux avec le sucre et l'eau de vie pour une macération de 1 à 2 mois, filtrer, ajouter le cognac, laisser reposer

une semaine, puis mettre en bouteilles et laisser vieillir avant de déguster.

#### 11- Ratafia de noyaux

Avec 500 grammes de noyaux frais, 1 litre d'eau de vie, 250 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Recouvrir les noyaux entiers, sans les casser, avec l'eau de vie et laisser macérer 2 mois, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Laisser faire une semaine au soleil en mélangeant avant de mettre en bouteilles pour consommer avec modération.

#### 12- Ratafia d'amandes

Avec 500 grammes d'amandes de noyaux d'abricots, 2 litres d'eau de vie, 10 grammes de cannelle, 2 clous de girofle, 500 grammes de sucre et ½ litre d'eau. Concasser les noyaux pour récupérer les amandes qu'il faut écraser et recouvrir avec l'eau de vie, ajouter la cannelle et les clous de girofle. Laisser macérer pendant 2 à 3 mois; filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Laisser reposer quelques jours puis mettre en bouteilles et conserver au frais avant la dégustation.

#### 13- Persicot

Avec 80 grammes de noyaux d'abricots, 10 grammes de cannelle, 2 clous de girofle, 2 grammes de noix de muscade, 1 gramme de safran, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau.

Briser les noyaux, récupérer les amandes pour les faire macérer avec les aromates dans l'alcool pendant une semaine, filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Bien mélanger, mettre en bouteilles, laisser vieillir si possible avant la dégustation.

## Crème D'ABRICOTS



JOUNEAU

N° 432

PARIS - DÉPOSÉ



## 2. Absinthe

**D**e la grande famille des armoises, c'est une plante vivace, au port élégant, qui forme un buisson pouvant atteindre un mètre de hauteur. On utilise les feuilles ainsi que les sommités fleuries.



### 14- Infusion d'absinthe

À raison de 10 à 30 grammes de la plante sèche par litre d'eau bouillante

### 15- Limonade d'absinthe

On laisse infuser en plein soleil quelques sommités fleuries dans un litre d'eau pendant une journée (bou-

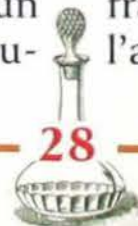
teille en verre, par exemple), filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût; mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 16- Sirop d'absinthe

Laisser infuser 100 grammes d'absinthe fleurie dans 1 litre d'eau pendant 4 heures, filtrer et ajouter 1 kg de sucre. Faire cuire à petit feu pendant 20 minutes à ½ heure en vérifiant la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir et mettre en bouteilles pour consommer dans les 6 mois suivant.

### 17- Vin d'absinthe

Avec 1 litre de vin blanc sec, 1 verre d'alcool, 30 grammes de feuilles sèches, du sucre. Placer les feuilles dans un bocal, recouvrir avec l'alcool et le vin pour laisser macérer toute une nuit au chaud. Le lendemain, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Conserver au frais pour déguster en apéritif qui ouvre l'appétit.



### 18- Vin d'absinthe de Vaudenac

Faire macérer pendant 10 jours 30 grammes de feuilles sèches dans 1 litre d'un bon vin rouge, ajouter 100 grammes de sucre, un petit verre d'eau de vie et un peu d'anis étoilé ou badiane, filtrer et mettre en bouteilles.

### 19- VIN D'ABSINTHE À L'ANCIENNE

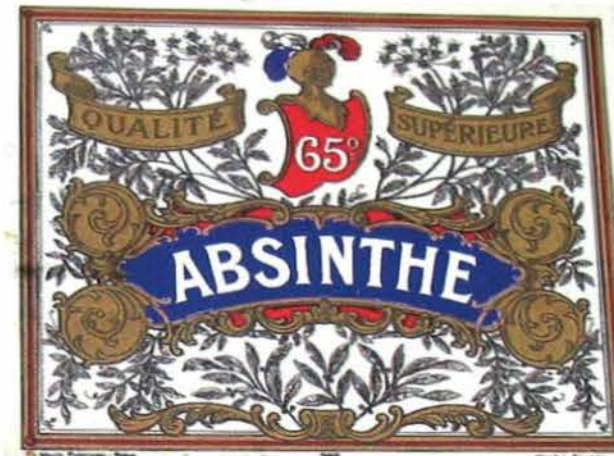
Porter à ébullition 1 litre de vin blanc sec avec 30 grammes d'absinthe et 100 grammes de sucre. Laisser reposer jusqu'au refroidissement complet, filtrer et mettre en bouteilles. Conserver au frais.

### 20- Vin panaché absinthe et gentiane

Avec 10 grammes d'absinthe, 10 grammes de racine de gentiane et 1 litre de vin blanc sec. Sucre à volonté. Appliquer la recette 17 ou la 19.

### 21- Liqueur d'absinthe

Avec 1 litre d'alcool, 100 grammes de feuilles et fleurs, 400 grammes de sucre et ½ litre d'eau. Recouvrir l'absinthe avec l'alcool et laisser macérer pendant 4 jours. Préparer un sirop en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau, pour l'ajouter à la macération et laisser faire encore une semaine, filtrer; mettre en bouteilles et conserver au



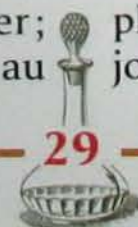
frais cet excellent digestif qui va se bonifier en vieillissant.

### 22- Liqueur des Alpes

Même recette avec un mélange de sommités d'absinthe et de racine de gentiane. Laisser vieillir une année pour un bon résultat.

### 23- Ratafia d'absinthe

Avec 150 grammes d'absinthe, 20 grammes de baies de genièvre, 5 grammes de cannelle, une tige d'angélique, 1 litre d'eau de vie, 250 grammes de sucre et un verre d'eau. Laisser macérer les plantes dans l'eau de vie pendant 15 jours, filtrer et ajouter le sirop obtenu





en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

#### 24- Crème d'absinthe

Avec 100 grammes de sommités fleuries, 2 litres d'eau de vie, 1 citron, 1 kg de sucre, 1 litre d'eau. Dans un récipient placer l'absinthe et le zeste du citron, recouvrir avec l'eau de vie, faire réduire de moitié, à petit feu, sans

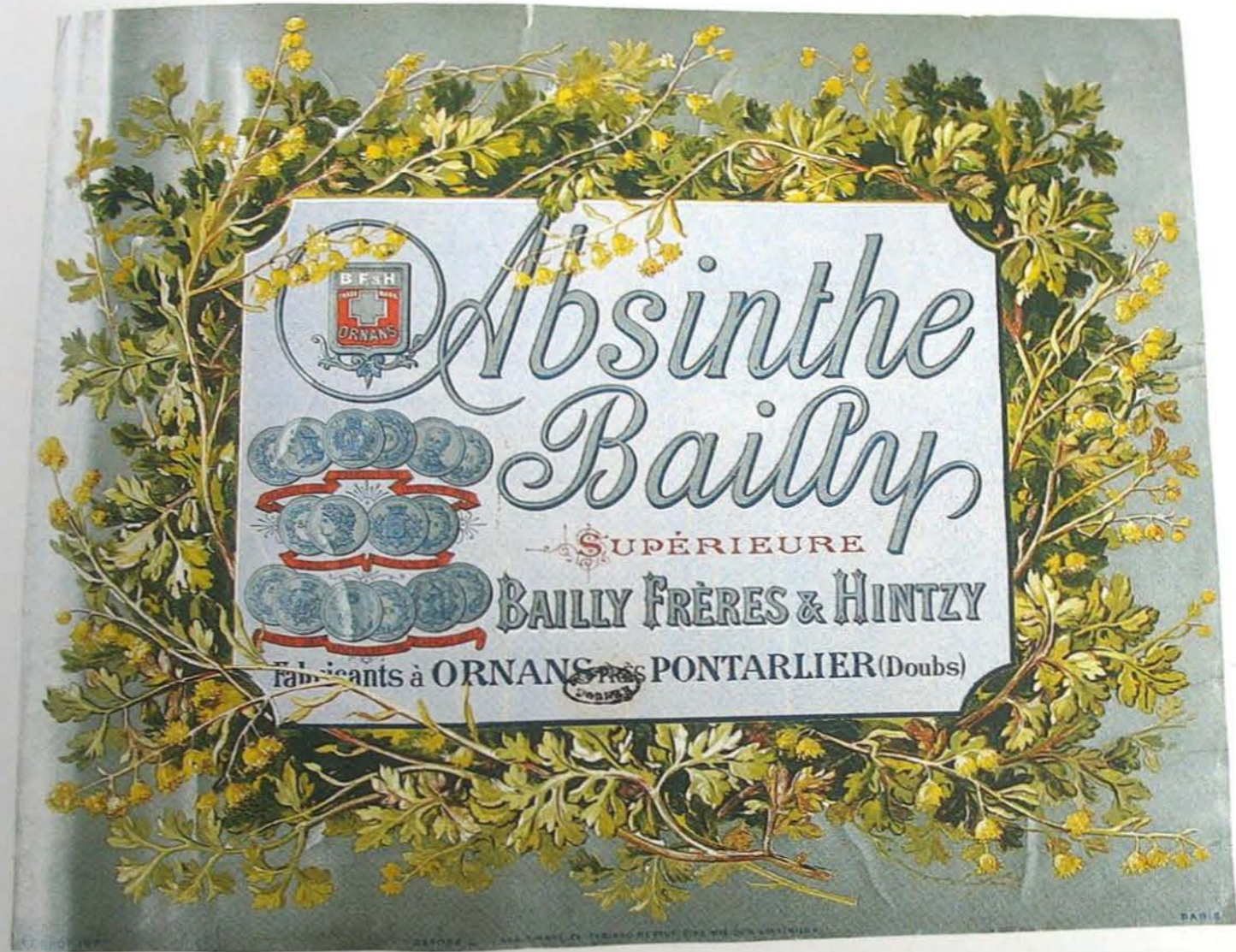
jamais atteindre l'ébullition, filtrer cette macération pour ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Mettre en bouteilles et laisser vieillir un bon mois.

#### 25- Liqueur des Chartreux

Avec 5 grammes des plantes suivantes: absinthe, menthe, mélisse, angélique, anis vert, bourgeons de sapin. 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Mélanger toutes les plantes pour les broyer dans un mortier, recouvrir avec l'alcool et laisser macérer pendant 10 jours, filtrer la macération et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. On laisse vieillir, en principe une année avant de déguster cette Chartreuse maison.

#### 26- Eau vulnéraire

Avec 5 grammes de feuilles séchées des plantes suivantes: absinthe, angélique, basilic, fenouil, génépi, hysope, lavande, marjolaine, mélilot, mélisse, menthe, romarin, sarriette, sauge, serpolet, thym... 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Laisser macérer toutes les plantes dans l'alcool pendant une semaine, Filtrer; ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir avant de déguster avec modération.





## 3. Acacia

**D**e son vrai nom *robinier* ou faux *acacia*, c'est un arbre qui peut atteindre 20 à 25 mètres de hauteur. On utilise les fleurs, caractéristiques avec leurs grappes pendantes, de couleur blanche, qui dégagent une odeur délicieuse.

### 27- Infusion de fleurs d'acacia

Avec 10 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Il est conseillé de prendre une tasse avant chaque repas. Calmante et antispasmodique...

### 28- LIMONADE DE FLEURS D'ACACIA

Remplir une bouteille de fleurs cueillies en pleine floraison, recouvrir d'eau, ajouter deux rondelles de citron et laisser faire en plein soleil pendant toute une journée, filtrer cette préparation et ajouter du sucre avec discrétion. Conserver au frais cette limonade désaltérante qui amuse les enfants.

### 29- Sirop de fleurs d'acacia

À partir de la limonade. Pour 1 litre de limonade il faut 1 kg de sucre, mélanger et porter doucement à ébullition, lais-

ser cuire 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir, mettre en bouteilles et conserver au frais pour consommer dans les mois qui suivent.

### 30- Sirop à l'ancienne de fleurs d'acacia

Avec 1 litre d'eau, 500 grammes de fleurs et 1 kg de sucre. Placer les fleurs dans un bocal et recouvrir avec l'eau bouillante, laisser macérer pendant 24 heures, filtrer la préparation, ajouter le sucre et faire fondre à petit feu pendant ½ heure. Vérifier la consistance du sirop, laisser refroidir, mettre en bouteilles, conserver au frais.

### 31- Vin de fleurs d'acacia

Avec 1 litre de vin blanc sec, 2 poignées de fleurs, 1 petit verre d'alcool et un peu de miel liquide. Mélanger le tout et laisser macérer pendant 10 jours, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais cet apéritif original.

### 32- Liqueur de fleurs d'acacia

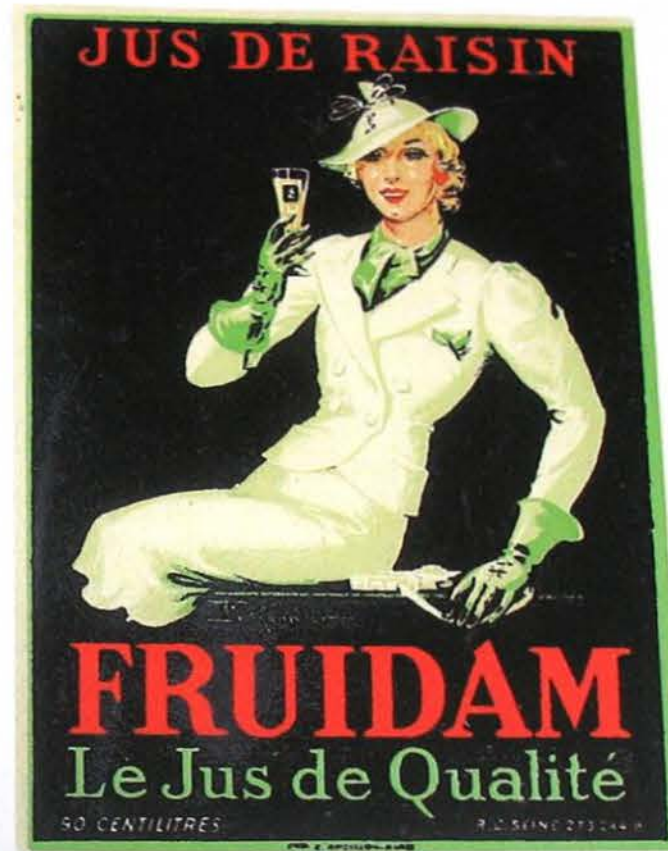
Avec 1 litre d'eau de vie, 200 grammes de fleurs, une gousse de vanille et 400 grammes de sucre. Placer les fleurs dans un bocal, ajouter la vanille et recouvrir avec l'alcool. Fermer le bocal et laisser macérer pendant un mois. Ajouter le sucre et laisser faire encore 15 jours, filtrer et mettre en bouteilles.

### 33- Liqueur à l'ancienne de fleurs d'acacia

Dans une terrine, alterner une couche de fleurs avec une couche de sucre en poudre, ajouter un peu de vanille et recouvrir avec 1 litre d'un bon alcool. Laisser macérer pendant 24 heures. Préparer un sirop en faisant fondre 300 grammes de sucre mouillé avec un verre d'eau pendant 10 minutes. Ajouter ce sirop à la macération et laisser faire encore 1 mois, filtrer et mettre en bouteilles

### 34- Liqueur de Vaudenac aux fleurs d'acacia

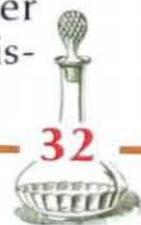
Remplir une bouteille de fleurs, recouvrir avec de l'alcool à 90 et laisser macérer pendant 15 jours. Préparer un sirop en faisant fondre à petit feu 700 grammes de sucre dans 1 litre d'eau. Préparer la liqueur en mélangeant à



volume égal le sirop et la macération bien filtrée. Mettre en bouteilles, laisser vieillir.

### 35- Apéritif rapide aux fleurs d'acacia

On ajoute 1 verre de cette liqueur dans une bouteille d'un bon vin blanc



sec, un peu de sucre ou de miel liquide; bien mélanger pour servir très frais aussitôt.

### 36- Liqueur aux fleurs blanches

On peut ajouter aux fleurs d'acacia des œillets blancs ou des fleurs de pâquerettes pour obtenir une liqueur au goût raffiné, et, au moment du filtrage, conserver quelques fleurs blanches dans la liqueur pour l'esthétique du produit, ces fleurs se conservant très bien dans l'alcool.

### 37- Ratafia de fleurs d'acacia

Avec des fleurs d'acacia fraîches, de l'eau de vie, de l'eau, du sucre, de la cannelle et un peu de clous de girofle. Remplir un bocal de fleurs et couvrir entièrement avec de l'eau de vie, laisser macérer en plein soleil pendant 3 ou 4 jours, filtrer et ajouter un sirop à part égale, obtenu en faisant fondre du sucre dans le même volume d'eau. Placer une pincée de cannelle et 2 clous de girofle dans la préparation et laisser faire 1 bon mois avant de commencer la dégustation.



34



## 4. Achillée millefeuille

**C**'est une plante commune qui pousse en massifs, de 30 à 50 centimètres de hauteur. On utilise les fleurs qui se présentent en ombelles, de couleur blanche à rose, ainsi que les sommités fleuries.

### 38- Infusion de fleurs d'achillée

Avec de 5 à 10 grammes de sommités fleuries pour 1 litre d'eau bouillante. Prendre 2 à 3 tasses par jour. Tonique et stomachique.

### 39- Infusion plus forte de fleurs

Avec 30 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Toujours 2 à 3 tasses par jour dans le cas de maux d'estomac douloureux.

### 40- Limonade de fleurs d'achillée

Remplir une bouteille de fleurs, recouvrir entièrement d'eau et ajouter 2 rondelles de citron et un peu de sucre. Laisser macérer en plein soleil pendant toute une journée, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais cette boisson amère et désaltérante.

### 41- Champagne de fleurs d'achillée ou Sabésou

Faire macérer pendant une journée plusieurs poignées de fleurs dans 5 litres d'eau avec 1 citron coupé en tranches et de 500 grammes à 1 kg de sucre suivant votre goût, remuer de temps en temps, filtrer et remplir des bouteilles en s'arrêtant à 10 cm du haut, ajouter quelques raisins secs dans chaque bouteille, bien boucher et ligaturer le bouchon avec un fil métallique par exemple. Placer les bouteilles dans un endroit chaud pendant 15 jours pour achever la fermentation puis encore 15 jours dans un endroit frais pour le laisser mûrir. Déguster ensuite ce champagne à l'achillée qui se sert bien glacé.

### 42- Apéritif à l'achillée

Avec une poignée de fleurs, 1 litre de bon vin rouge ou blanc sec, 300 grammes de sucre et 1 petit verre d'alcool. Laisser macérer les fleurs dans le vin pendant une semaine, ajouter le sucre et l'alcool et laisser faire encore une semaine, filtrer, mettre en bou-

35





teilles et laisser vieillir un bon mois avant de déguster cet apéritif assez fort mais agréable au goût et à l'œil.

#### 43- Liqueur de fleurs d'achillée

Avec 100 grammes de fleurs, 50 grammes d'écorce d'orange amère, 15 grammes de gingembre, 1 litre d'alcool, 500 grammes de sucre et  $\frac{3}{4}$  de litre d'eau. Laisser macérer les fleurs et les aromates (orange amère et gingembre) dans l'alcool pendant 10 jours, filtrer cette macération et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Mettre en bouteilles et laisser vieillir cette excellente liqueur apéritive ou digestive à saveur amère.

#### 44- LIQUEUR DE VAUDENAC

Remplir une bouteille de fleurs d'achillée bien épanouies et recouvrir avec de

l'alcool à 90°. Laisser macérer une semaine, filtrer et ajouter un sirop à volume égal, obtenu en faisant fondre à petit feu du sucre dans le même volume d'eau, bien mélanger, laisser reposer 2 à 3 jours avant de mettre en bouteilles et laisser vieillir un peu avant la dégustation.

#### 45- Apéritif à l'ancienne

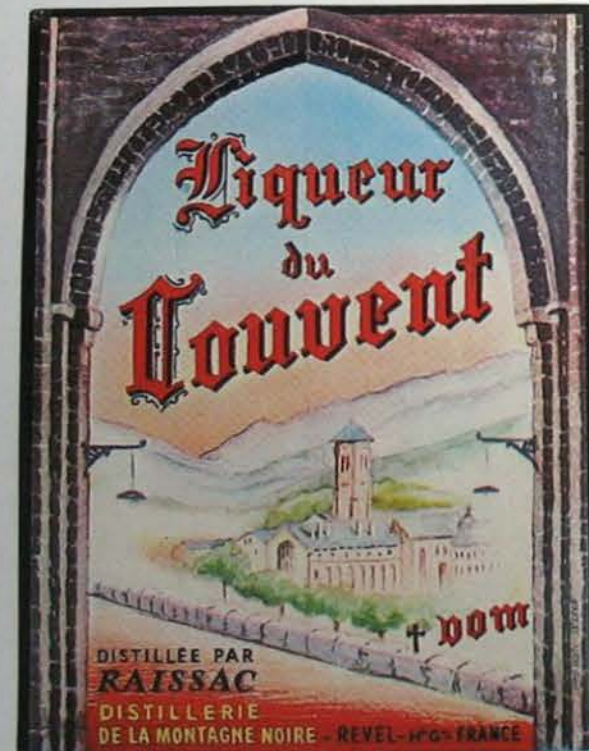
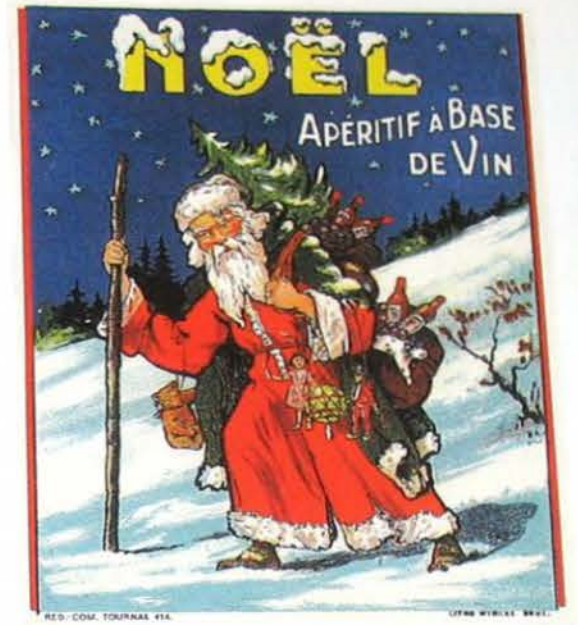
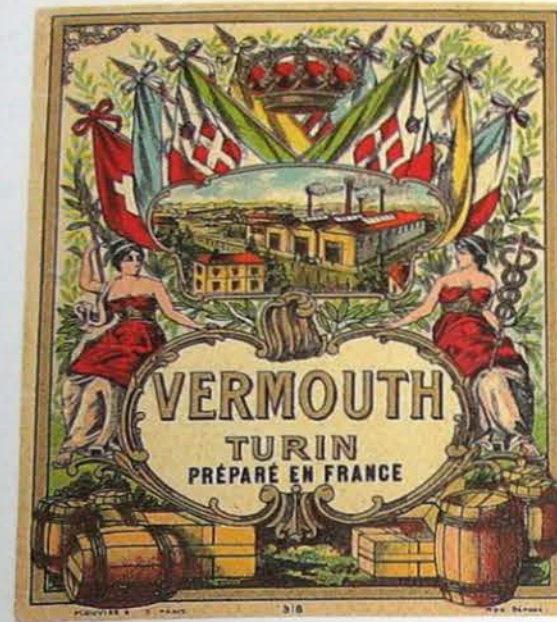
Ajouter un verre de la liqueur précédente dans un litre de vin blanc sec, sucrer suivant votre goût et placer 2 morceaux d'écorce d'orange amère dans ce vin. Boucher et laisser faire un bon mois avant la dégustation.

#### 46- Liqueur faux génépi

Avec des fleurs d'achillée, quelques fleurs de tanaïse et une poignée de feuilles de cerfeuil musqué. Remplir un bocal avec ces trois plantes et recouvrir avec un alcool à 90°. Laisser macérer pendant 15 jours, filtrer et couper cette macération à volume égal avec un sirop obtenu en faisant fondre du sucre dans le même volume d'eau. Mettre en bouteilles et laisser vieillir avant de déguster cette liqueur qui remplace le génépi pour les vieux montagnards qui ne peuvent plus se déplacer pour faire leur récolte.



36



## 5. Aigremoine

**P**lante commune de la campagne qui pousse toujours en plein soleil sur les talus et dans les prés. La tige raide porte un épi fin et maigre de petites fleurs de couleur jaune qui s'élève à un mètre de hauteur. On utilise les feuilles et les fleurs au parfum d'abricot.

### 47- Infusion

Avec 10 grammes de feuilles fraîches pour 1 litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes.

### 48- Décoction, feuilles et fleurs.

De 5 à 10 grammes par litre d'eau. Faire bouillir 5 minutes, infuser 10 minutes. Infusion et décoction sont de bons remèdes des voies respiratoires. Prendre 3 à 4 tasses par jour.

### 49- THÉ DES BOIS

Infusion composée avec feuilles d'aigremoine, de fraisier sauvage, d'ortie et de cassis. Laisser infuser 10 minutes. Boisson originale au goût d'abricot. Bon régulateur du foie.

### 50- Sirop d'aigremoine

À partir du thé qu'il faut laisser réduire pendant 20 minutes pour obtenir un jus bien rosé et parfumé. Mélanger dans les mêmes proportions ce jus avec du sucre et laisser cuire à petit feu pendant 15 minutes au moins. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 51- Vin d'aigremoine

Avec 100 grammes de sommités fleuries sèches, 1 litre d'un bon vin rouge et du sucre. Faire bouillir la plante pendant 5 minutes dans le vin, puis laisser infuser à couvert 2 heures, filtrer et sucrer suivant votre goût. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 52- Liqueur d'aigremoine

Avec une poignée de sommités fleuries, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 500 grammes de sucre. Laisser macérer la plante dans l'alcool pendant 15 jours, filtrer et ajouter le sirop obtenu en fai-

sant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 53- Liqueur d'arquebuse

Avec 10 grammes de sommités fleuries des plantes suivantes: aigremoine, armoise, calament, fenouil, hysope, marjolaine, menthe, romarin, sauge, sarriette, thym, et un brin de feuilles

fraîches d'angélique, de basilic, plus quelques fleurs de lavande, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 500 grammes de sucre. Écraser les plantes pour les faire macérer dans l'alcool pendant 15 jours, filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser faire encore 1 mois pour obtenir cet élixir du Moyen Âge.



## 6. Ail

**I**l appartient à la grande famille des alliums qui compte plusieurs dizaines de variétés. Plante potagère connue de tous, l'ail pousse avec un bulbe divisé en plusieurs gousses que l'on utilise ici.



### 56- Lait à l'ail

Faire bouillir une seule minute 2 gousses d'ail écrasées pour une tasse de lait. À boire très chaud. Contre la grippe et la coqueluche.

### 57- BOUILLON À L'AIL

Faire cuire à petit feu dans 1 litre d'eau, 2 gousses d'ail par personne avec des amandes et des noix. Passer le bouillon et servir très chaud sur des tranches de pain. Soigne l'hypertension.

### 58- Bouillon à l'ail à l'ancienne

Faire cuire lentement à petit feu 2 gousses d'ail par personne dans l'équivalent d'un grand bol d'eau avec sel et poivre. Récupérer l'ail et le réduire en purée avec une fourchette, bien le diluer avec de l'eau de cuisson. Batre à part un œuf entier par personne, ajouter la purée d'ail et allonger avec tout le bouillon de cuisson. Servir très chaud le soir sur des croûtons frits. Dans les cas d'indigestion

### 54- Infusion d'ail

Faire infuser une gousse d'ail par personne dans l'équivalent d'une tasse d'eau bouillante. À prendre le soir. C'est un antiseptique.

### 55- Décoction d'ail

Avec 10 à 20 grammes de gousses d'ail pour 1 litre d'eau ou de lait.



### 59- Sirop d'ail

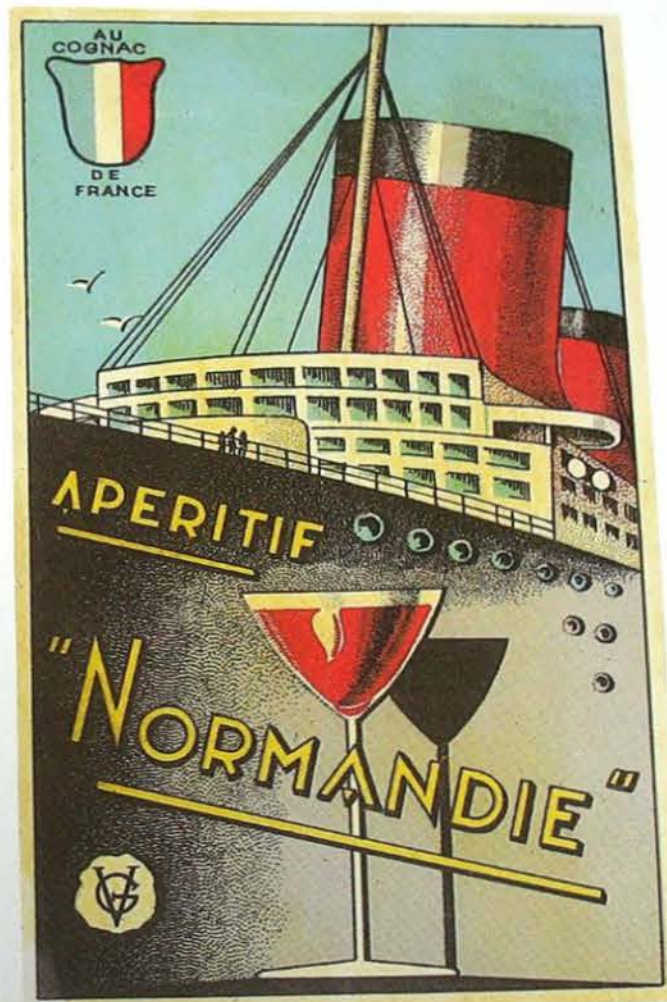
Avec 250 grammes d'ail, ½ litre d'eau et 500 grammes de sucre. Faire cuire les gousses d'ail dans l'eau pendant 10 à 15 minutes, puis laisser infuser à couvert, filtrer l'infusion et bien exprimer tout le jus dans un linge. Ajouter le sucre et reprendre la cuisson 10 minutes, vérifier la consistance du sirop, laisser refroidir et mettre en bouteilles.

### 60- Sirop d'ail à l'américaine

Avec 180 grammes d'ail, 500 grammes de vinaigre et 250 grammes de sucre. Faire macérer les gousses d'ail dans 250 grammes de vinaigre pendant 4 jours. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge. Ajouter le reste de vinaigre à la macération pour obtenir environ ½ litre de liquide, ajouter le sucre, bien mélanger, donner un bouillon à petit feu pendant 10 minutes. Laisser refroidir, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 61- Vin à l'ail

Faire infuser quelques gousses d'ail dans 1 litre de vin rouge pendant toute une nuit, filtrer et sucrer légèrement suivant votre goût. Ce vin reste réputé pour prévenir l'ivresse.



## 7. Airelle

**L'**airelle à fruits rouges, cousine de la myrtille, pousse en faisant des tapis de couleur vert sombre, sur les massifs montagneux au sol pauvre. Les fleurs de couleur blanc rosé donnent des fruits qui sont des baies rouge écarlates, très juteuses et acidulées, que l'on utilise ici, ainsi que les feuilles.

### 62- Infusion de baies d'airelle

À raison de 30 à 50 grammes de baies pour 1 litre d'eau bouillante.

### 63- Décoction de feuilles

Faire bouillir pendant ¼ d'heure une poignée de feuilles sèches froissées dans 1 litre d'eau, couvrir et laisser faire encore ¼ d'heure.

**Infusion et décoction:** à prendre plusieurs fois dans la journée contre les troubles urinaires.

### 64- Jus d'airelle

Récolter de nombreuses baies d'airelle bien mûres. Remplir un récipient à large ouverture et ajouter un peu

d'eau tiède. Écraser alors les baies, puis filtrer et exprimer tout le jus en utilisant un linge propre. Mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire légèrement sucré suivant votre goût.

### 65- Sirop d'airelle

Avec 1 litre de jus et 1 kg de sucre. Mélanger le sucre et le jus pour laisser cuire à petit feu pendant 10 minutes, écumer souvent et vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 66- Vin d'airelle

Avec 5 litres de baies, 1 kg de sucre, 0,5 gramme de tanin et 10 litres d'eau. Écraser les baies dans un grand récipient, ajouter les 10 litres d'eau chaude, bien remuer et laisser fermenter pendant plusieurs jours. Quand la fermentation est terminée, filtrer et bien exprimer tout le jus, ajouter le sucre et le tanin et laisser faire encore 1 mois, filtrer à nouveau, mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 67- VIN DES MONTAGNARDS

Avec 500 grammes d'airelles, 1 litre d'un bon vin rouge et un peu de sucre ou miel. Faire cuire les airelles avec un verre d'eau, à petit feu pendant ¼ d'heure, ajouter le vin et prolonger la cuisson encore ¼ d'heure. Laisser refroidir, filtrer, exprimer si nécessaire, sucrer suivant votre goût et mettre en bouteilles pour conserver au frais avant la dégustation.

### 68- Vin de Vaudenac

Avec 500 grammes de baies d'airelles, 1 litre de vin blanc sec, 1 ou 2 clous de girofle, un peu de cannelle et 100 grammes de miel liquide. Écraser les baies dans un large récipient, ajouter le vin et les aromates pour laisser macérer pendant une semaine, filtrer et bien exprimer tout le jus, ajouter le miel liquide, bien mélanger et laisser reposer une journée. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 69- Liqueur d'airelle

Avec 1 kg de baies, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre, ½ litre d'eau et un peu de cannelle. Placer les airelles avec la cannelle dans un bocal et recouvrir avec l'eau de vie. Laisser macérer pendant un bon mois. Filtrer la macéra-

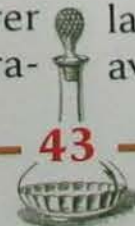


Bibliothèque Forney.

tion et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Mettre en bouteilles et laisser reposer 1 mois avant de commencer la dégustation.

### 70- Ratafia d'airelle

Avec 1 kg de baies, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Écraser les airelles avec un pilon, les placer dans un bocal, recouvrir avec l'alcool et laisser macérer pendant 2 mois, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, et en plus, au choix, un peu de cannelle, de gingembre ou de clous de girofle. Laisser faire une semaine, filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser vieillir ce ratafia qui se bonifie avec le temps.



## 8. Alchémille

**P**etite plante de la famille des rosacées de 20 à 50 cm de hauteur qui pousse en couvre sol. Les feuilles sont petites de couleur jaune verdâtre et les fleurs, en grappes, sont de couleur claire. On utilise feuilles, fleurs et la racine.

### 71- Infusion d'alchémille

À raison de 30 à 50 grammes de feuilles et de fleurs séchées par litre d'eau bouillante.

### 72- Décoction de la racine

Avec 100 grammes de la racine coupée en rondelles pour 1 litre d'eau. Lais-

ser bouillir pendant 5 à 10 minutes à couvert.

*Infusion et décoction se prennent entre les repas. Tonique et contre le diabète.*

### 73- Vin d'alchémille

Avec 1 litre d'un bon vin rouge, 50 grammes d'alchémille (feuilles et fleurs) et un peu de sucre. Faire bouillir le vin, ajouter la plante, arrêter le feu couvrir et laisser infuser pendant 10 minutes. Laisser refroidir, filtrer, sucrer suivant votre goût et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



44

## 9. Alisier

**I**l existe différentes espèces d'alisiers. C'est en général un arbre assez grand qui peut atteindre 15 mètres de hauteur. Il donne des fruits: l'alise qui ressemble à des pommes minuscules, peu charnu, farineux et de goût fade qui s'adoucit avec le gel, que l'on utilise ici.

### 74- Décoction d'alise

Avec de 50 à 100 grammes de fruits pour 1 litre d'eau. Décoction pendant 15 minutes. Boire de 2 à 5 tasses par jour dans les cas de dysenterie et de diarrhées.

### 75- Jus d'alise à l'ancienne

Cueillir les alises après les premières gelées pour remplir un récipient que l'on recouvre d'eau bouillante. Laisser macérer pendant 3 heures, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter du sucre suivant votre goût pour conserver au frais.

### 76- SIROP D'ALISE

Avec 1 kg de sucre pour 1 litre de jus d'alise. Faire cuire lentement, à petit

feu pendant 10 à 15 minutes; vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 77- Vin d'alise

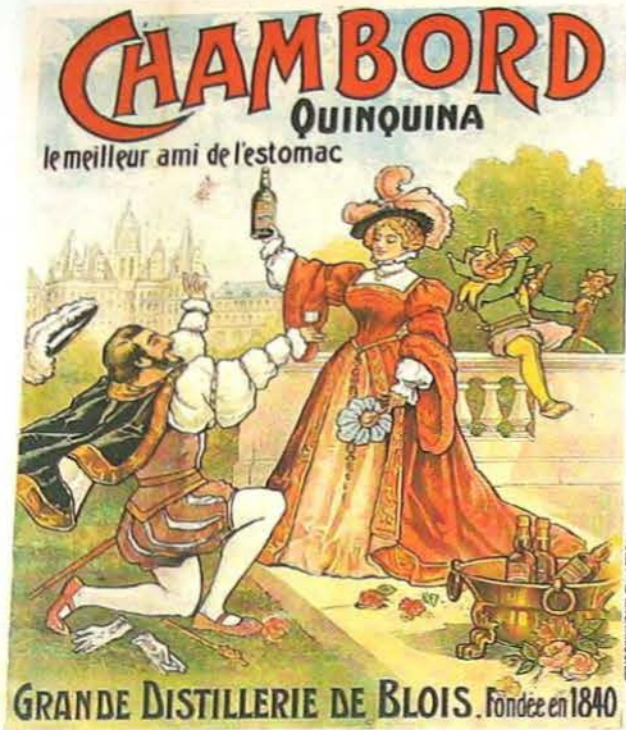
Avec 5 kg de baies, 1 kg de sucre, 5 litres d'eau et 10 cm<sup>3</sup> de levure de bière. Écraser les baies les couvrir avec l'eau bouillante et laisser macérer pendant 2 jours. Ajouter le reste de l'eau bouillante pour laisser fermenter 10 jours, filtrer, bien exprimer tout le jus, ajouter le sucre et la levure de bière et continuer la fermentation encore 10 jours. Soutirer, filtrer à nouveau et mettre en bouteilles bien bouchées. Conserver au frais.

### 78- Vin d'alise

Avec 1 kg d'alise, 100 grammes de baies de genièvre, 100 grammes de raisins secs et de l'eau. Placer le tout dans un large récipient et recouvrir d'eau pour laisser macérer une semaine. filtrer et bien exprimer tout le jus à tra-



45



Bibliothèque Forney.

vers un linge propre, ajouter du sucre suivant votre goût et conserver toujours au frais avant de déguster cette boisson particulière.

### 79- Vin des Alpes

Avec des baies cueillies après les premières gelées, 1 litre d'un bon vin

rouge, 1 petit verre d'alcool et du sucre. Remplir une bouteille de baies, recouvrir avec le vin rouge pour laisser macérer pendant 15 jours, filtrer, bien exprimer tout le jus, ajouter le verre d'alcool et du sucre suivant votre goût. Boucher la bouteille et laisser faire pendant encore 1 bon mois avant de commencer la dégustation.

### 80- Liqueur d'alise

Avec 1 kg de baies saisies par le gel, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et un peu de cannelle. Faire macérer les baies dans l'eau de vie pendant 15 jours, ajouter le sucre et la cannelle et continuer la macération encore 15 jours, filtrer, bien exprimer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir quelques mois au frais avant la dégustation.

### 81- Liqueur de Vaudenac

Avec 1 kg de baies bien mures, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire macérer les baies dans l'alcool pendant 1 mois, filtrer, bien exprimer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir avant de déguster.



46

## 10. Alkékenge



**P**lante vivace qui pousse dans les champs mais aussi dans les lieux frais et humides. Les feuilles sont assez grandes, découpées de couleur vert clair. Les fleurs de couleur blanc jaunâtre donnent naissance à des fruits curieux qui ressemblent à des lanternes vénitiennes cachant à l'intérieur une petite baie rouge orangé, acide, juteuse et rafraîchissante que l'on utilise ainsi que les feuilles.

Il faut beaucoup de patience pour faire une récolte importante et utilisable de baies.

### 82- Infusion de baies d'alkékenge

Avec de 15 à 50 grammes de baies pour 1 litre d'eau bouillante

### 83- Infusion de feuilles

Verser 1 litre d'eau bouillante sur 2 poignées de feuilles desséchées et broyées et laisser infuser pendant 10 minutes.

*Dans les deux cas, prendre 3 à 4 tasses par jour pour lutter contre les rhumatismes.*

### 84- Décoction

Faire bouillir 2 poignées de baies dans 1 litre d'eau pendant 5 minutes. Prendre 4 tasses par jour pour lutter contre la fatigue et les rhumatismes

### 85- Sirop d'alkékenge

Avec 500 grammes de baies, 500 grammes de sucre et ½ litre d'eau. Écraser les baies dans un récipient, ajouter l'eau et le sucre et laisser cuire à petit feu pendant ¼ d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur les bords du récipient en se refroidissant; filtrer, mettre en bouteilles et



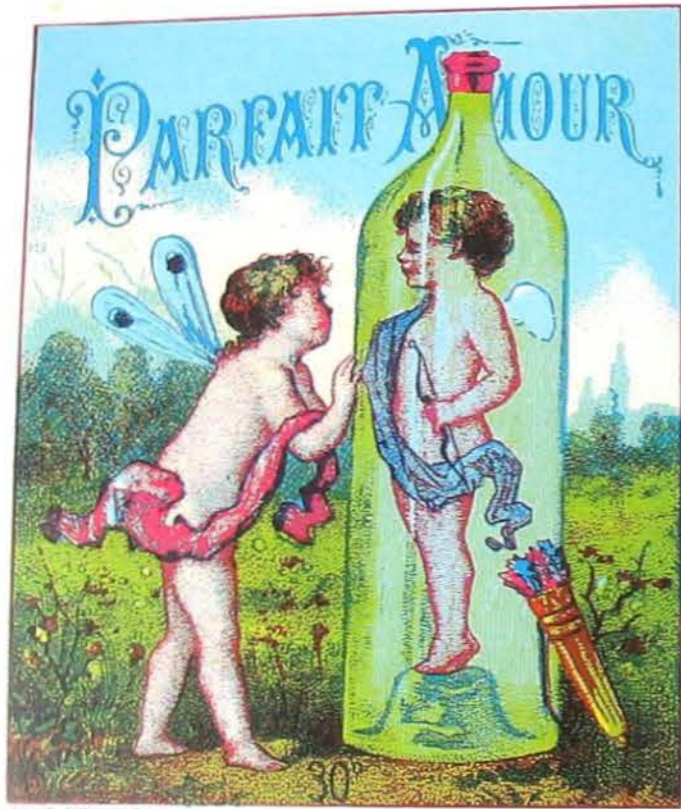
47



conserver au frais pour consommer pendant longtemps.

### 86- Vin d'alkékege

Avec 2 poignées de baies, 1 litre de vin blanc sec et 2 cuillerées à soupe de miel liquide. Laisser macérer les baies



écrasées dans le vin blanc pendant 15 jours, filtrer et bien exprimer tout le jus avant d'ajouter le miel liquide. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser reposer 1 mois avant la consommation.



**C**'est un arbre magnifique qui tend à disparaître, il est passé de la gloire à l'oubli en quelques années. Il peut atteindre 10 mètres de hauteur avec des branches étalées et des rameaux verts qui portent des feuilles allongées. Les fleurs poussent en bouquets, de couleur blanche à rose et donnent des fruits verts et veloutés de forme ovale avec un noyau qui contient de 1 à 2 amandes douces ou amères suivant la variété que l'on utilise ici avec les fleurs, les feuilles et la peau ou coque..

Attention : l'amande amère est toxique, elle contient de l'acide prussique (cyanhydrique) qui est un poison. Il faut l'utiliser à très, très petites doses pour un goût que certains trouvent agréable.

### 87 - Infusion de fleurs d'amandier

Avec 15 grammes de fleurs par litre d'eau bouillante. À prendre à doses légères car le parfum est désagréable et la saveur amère. Diurétique et purgative.

## 11. Amandier

### 88 - Décoction de feuilles

Avec 30 grammes de feuilles sèches par litre d'eau pour les mêmes propriétés que les fleurs et en plus : cholagogues

### 89 - Décoction de coques

Avec 50 grammes par litre d'eau pour prévenir les maladies respiratoires.

### 90 - Lait d'amandes douces

Avec : 50 grammes d'amandes douces, 50 grammes de sucre ou de miel et 1 litre d'eau. Il faut monder les amandes, c'est-à-dire : les débarrasser de leur peau brune en les trempant dans de l'eau bouillante. Piler alors les amandes dans un mortier, ajouter le sucre, bien mélanger avec un peu d'eau pure pour obtenir une pâte homogène, compléter avec 1 litre d'eau et mélanger à nouveau. Filtrer et bien exprimer tout le jus à travers un linge propre. Mettre en bouteilles et comme le veut la tradition, on aromatise ce lait avec quelques gouttes d'eau de fleur d'oranger.



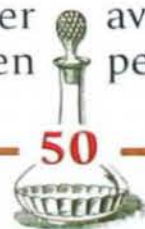


### 91- Sirop d'orgeat

Préparer un sirop avec 1 kg de sucre et 2 verres d'eau en faisant cuire à petit feu, au premier bouillon, arrêter le feu, ajouter le lait d'amande précédent et reprendre la cuisson tout en remuant à la spatule, arrêter au premier bouillon. Laisser refroidir, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 92- Sirop d'orgeat

Avec : 250 grammes d'amandes douces, 2 ou 3 amandes amères, 1 kg de sucre, 1 litre d'eau et quelques gouttes d'eau de fleurs d'oranger. Piler les amandes mondées dans un mortier, ajouter l'eau, bien mélanger en incorporant le sucre. Faire chauffer à petit feu, arrêter au premier bouillon tout en remuant, laisser refroidir et ajouter l'eau de fleur d'oranger, filtrer et bien



50

exprimer tout le jus. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 93- SIROP D'ORGEAT À L'ANCIENNE

Avec les mêmes ingrédients que précédemment. Ne pas monder les amandes et les râper avec leur peau dans un vieux moulin à café par exemple pour obtenir une poudre d'amande que vous mélangez avec un peu d'eau et la moitié du sucre pour donner une pâte bien homogène, ajouter alors toute l'eau et bien mélanger, filtrer, bien exprimer tout le jus à travers un linge propre, ajouter le reste du sucre et faire cuire à petit feu, arrêter au premier bouillon, compléter avec l'eau de fleur d'oranger et laisser refroidir. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 94- Liqueur d'amande

Avec 500 grammes d'amandes douces, 100 grammes d'amandes amères, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau de vie, 1,5 kg de sucre, 1 litre d'eau, 1 gousse de vanille, 1 morceau de cannelle et 1 citron. Piler dans un mortier les amandes, ajouter les épices : vanille, cannelle et l'écorce du citron, recouvrir avec les 2 alcools et laisser macérer pendant un mois, filtrer, exprimer toute

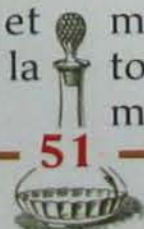
la macération dans un linge propre. Préparer un sirop en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau, au premier bouillon, arrêter. Mélanger ce sirop à la macération, mettre en bouteilles et laisser reposer 1 bon mois avant de consommer avec modération.

### 95- Liqueur de Vaudenac

Avec : 200 grammes d'amandes douces, 1/2 litre d'alcool à 90°, 400 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Piler les amandes, recouvrir avec l'alcool et laisser macérer pendant 4 jours. Préparer le sirop avec le sucre et l'eau. Mélanger sirop et macération. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir avant de déguster.

### 96- Liqueur jaune

Avec : 10 amandes douces et 10 amandes amères, 2 clous de girofle, 1 bâton de vanille, 1 sachet de safran, 1 verre de lait, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau de vie. Piler les amandes mondées dans un mortier, ajouter tous les ingrédients : girofle, vanille, safran, lait. Bien mélanger pour obtenir une pâte homogène. Compléter avec le sucre et l'eau de vie et laisser macérer pendant 2 mois au frais. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au moins un mois avant la dégustation.



51

### 97- Liqueur dite de Padoue

Avec : 100 grammes d'amandes amères, 2 litres d'eau de vie, 4 clous de girofle, 1 citron vert, 2 grammes de cannelle, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Piler les amandes avec les clous de girofle, la cannelle et le zeste du citron vert, bien mélanger et couvrir avec l'eau de vie pour laisser macérer 15 jours. Préparer le sirop avec le sucre et l'eau pour l'ajouter à la macération bien filtrée; Mettre en bouteilles et laisser encore vieillir quelques mois avant de déguster.

### 98- Liqueur à l'anglaise

Avec : 50 grammes d'amandes douces, 50 grammes d'amandes amères, 5 grammes de graines d'angélique, 2 grammes de graines d'anis vert, 5 grammes de réglisse et de coriandre, citron, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Piler les amandes avec leur peau, ajouter les aromates (angélique, anis, coriandre), le zeste du citron, recouvrir avec l'eau de vie et laisser macérer pendant 15 jours. Faire bouillir le morceau de réglisse dans l'eau pendant 5 minutes, ajouter alors le sucre pour obtenir un sirop parfumé, filtrer la macération et le sirop, les mélanger, mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir avant de déguster avec modération.

### 99- Liqueur de macaron

Avec 100 grammes d'amandes amères, 2 litres d'eau de vie, 1/2 litre d'eau de fleur d'oranger, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Piler les amandes et laisser les macérer dans l'eau de vie pendant 15 jours. Faire alors réduire de moitié cette macération à petit feu sans jamais arriver à ébullition, filtrer ensuite la macération obtenue. Préparer un sirop en faisant fondre le sucre dans l'eau, mélanger le sirop, la macération et l'eau de fleur d'oranger qui vont se trouver sensiblement à volume égal. Mettre en bouteilles et encore une fois cette liqueur s'améliore en vieillissant.

### 100- Eau dite de Phalsbourg

Avec : 250 grammes d'amande amères, 2 litres d'eau de vie, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Concasser grossièrement les amandes, les recouvrir avec l'eau de vie pour laisser macérer une semaine, filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, comme ci-dessus ajouter quelques gouttes d'eau de fleur d'oranger suivant votre goût. Mettre en bouteilles, laisser vieillir pour déguster avec beaucoup de précautions.

Et enfin, voici le moment où, après avoir cassé beaucoup d'amandes pour les recettes précédentes, on peut utiliser les coques qui vous restent en grande quantité.



### 101- Liqueur Amandine

Avec 500 grammes de bois de coques d'amandes 1 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1 litre d'eau. La méthode est toujours la même : Placer les coques dans un récipient, recouvrir avec l'alcool et laisser macérer pendant 4 jours, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au moins 2 mois dans un endroit frais avant de consommer toujours avec modération.



## 12. Ananas



### 102- Jus d'ananas

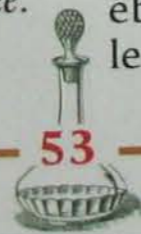
Éplucher et couper en petits morceaux plusieurs ananas pour les placer dans un large récipient, recouvrir avec de l'eau, chauffer pendant 1/2 heure et porter à ébullition. Laisser refroidir, puis filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre.

### 103- Sirop d'ananas

Avec du jus et du sucre dans les mêmes proportions, faire cuire à petit feu pendant 10 à 15 minutes, au premier bouillon, arrêter le feu, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir, mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 104- SIROP D'ANANAS

Avec 1 ananas, 1 kg de sucre et 3/4 de litre d'eau. Éplucher et couper l'ananas en morceaux, les placer dans un large récipient, recouvrir d'eau, chauffer pendant 40 minutes pour porter à ébullition, filtrer et bien exprimer tout le jus, laisser reposer toute une nuit.



Ajouter le sucre et chauffer jusqu'au premier bouillon, vérifier la consistance du sirop, laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 105- Liqueur d'ananas

Avec 1 ananas, 1 litre d'eau de vie, 250 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Éplucher et couper l'ananas en morceaux pour les recouvrir avec l'eau de vie, laisser macérer pendant 12 jours, filtrer et bien exprimer toute la macération. Ajouter un sirop obtenu en faisant fondre le sucre mouillé avec le verre d'eau, à petit feu, pendant 10 minutes. Laisser faire encore 2 jours, filtrer à nouveau, mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster dans 1 ou 2 mois.

#### 106- Liqueur de Vaudenac

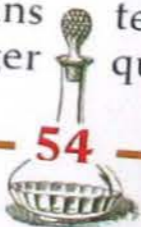
Avec 2 ananas, un litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau, 1 kg de sucre et une gousse de vanille. Éplucher et couper les ananas en morceaux pour bien les écraser, ajouter la vanille, recouvrir avec l'alcool à 90° et laisser macérer pendant 15 jours en remuant de temps en temps, filtrer et bien exprimer toute la macération. Préparer un sirop en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 1/4 d'heure. Mélanger



sirop et macération, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pendant 2 mois avant de déguster.

#### 107- Crème d'ananas

Avec une boîte d'ananas en conserve, une gousse de vanille, 1 litre d'alcool à 90°, 1/2 litre d'eau et de 300 à 500 grammes de sucre suivant votre goût. Verser les ananas en tranches et le jus de la boîte dans un large récipient, écraser l'ananas, ajouter la vanille et recouvrir avec l'alcool à 90°. Laisser macérer pendant 15 jours, filtrer la macération et bien exprimer tout le jus dans un torchon. Préparer un sirop avec le sucre et l'eau, mélanger ce sirop avec la macération, laisser reposer une journée, filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser vieillir cette liqueur qui se bonifie avec le temps.



54

## 13. Aneth



gent une forte odeur anisée. Les fleurs petites et de couleur jaune donnent des graines plates, côtelées, très aromatiques.

#### 108- Infusion de graines d'aneth

Avec de 5 à 10 grammes de graines pour 1 litre d'eau bouillante. Prendre de 3 à 4 tasses par jour, comme stimulant, et contre les vomissements.

#### 109- Infusion composée

Avec des graines d'aneth, de fenouil et de cumin, 5 grammes de chaque pour 1 litre d'eau bouillante. À prendre avant les repas.

#### 110- Vin à l'aneth

Avec 150 grammes de graines d'aneth, 1 litre de vin blanc sec, du miel liquide et un petit verre d'alcool. Faire macérer les graines dans le vin blanc pendant 12 jours, ajouter le verre d'alcool et un peu de miel liquide, suivant votre goût. Laisser faire encore 4 jours, filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

**C**'est une plante aromatique de la famille des ombellifères, cultivée, mais parfois ensauvagée. Elle possède une tige principale qui peut monter à un mètre de hauteur, avec des feuilles fines, très découpées, comme des filaments, qui déga-



55

### 111- Apéritif à l'aneth

Avec 50 grammes de graines d'aneth et 30 grammes de graines d'anis, 1 litre d'un bon vin rouge, 100 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie. On fait macérer le tout pendant 10 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir cet apéritif très anisé.

### 112- PASTIS MAISON

Avec 5 grammes des graines suivantes : aneth, fenouil, anis et armoise, absinthe, plus un morceau de bois de réglisse que l'on fait macérer pendant une semaine dans 1 litre d'alcool à 90°. Filtrer et sucrer très légèrement avant de mettre en bouteilles.

### 113- Liqueur de graines d'aneth

Avec 15 grammes de graines, 1 litre d'eau de vie, 250 grammes de sucre et 125 grammes d'eau. Faire macérer les graines dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau pendant 15 minutes. Mettre en bouteilles et conserver au frais

### 114- Liqueur de Vaudenac

Avec des ombelles d'aneth, 1 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Remplir une bouteille

d'ombelles de fleurs d'aneth. Recouvrir avec l'alcool à 90° et laisser macérer pendant un mois. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Mettre en bouteilles et laisser vieillir un bon mois avant la dégustation.

### 115- Liqueur anisée

Avec 20 grammes des graines suivantes : aneth, anis et coriandre. À macérer dans 1 litre d'alcool à 90° pendant une semaine. Filtrer, ajouter un sirop, plus ou moins sucré suivant votre goût, puis mettre en bouteilles et laisser vieillir encore

### 116- Liqueur des trois semences

Avec 10 grammes de graines d'aneth, anis et angélique que l'on fait macérer dans 1 litre d'eau de vie parfumée pendant 10 jours. Ajouter alors le sucre mouillé avec un verre d'eau et laisser faire encore 2 jours. Filtrer et mettre en bouteilles. Conserver au frais.

### 117- Liqueur des quatre graines

Avec aneth, angélique, coriandre et céleri, 8 grammes de chaque. À macérer dans 1 litre d'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu



56

“UN VRAI”



en faisant fondre 500 grammes de sucre dans un verre d'eau. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir.

### 118- Ratafia des 6 graines

Avec 5 grammes des plantes suivantes (graines) : aneth, fenouil, coriandre, chervis, carotte et anis, bien écrasées que l'on recouvre avec 1 litre d'eau de vie pour laisser macérer pendant 3 semaines en plein soleil. Filtrer et ajouter un sirop suivant votre goût. Mettre en bouteilles et laisser encore vieillir.

Remarque. Le chervis est une plante ancienne, difficile à déterminer. On peut la remplacer par du carvi ou de l'angélique.

### 119- Ratafia des 7 graines

Avec : aneth, anis, carvi, coriandre, fenouil, angélique et cumin, 4 grammes de chaque, qu'il faut concasser et laisser macérer pendant un mois dans 1 litre d'eau de vie, ajouter alors 250 grammes de sucre, mélanger et laisser faire toute une nuit. Le lendemain, filtrer, mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir pour une bonne dégustation.



57

# 14. Angélique

**C**'est une plante aromatique de la famille des ombellifères qui pousse avec une tige épaisse, cylindrique et creuse, pouvant atteindre 1 mètre de hauteur. Les feuilles sont grandes et découpées, de couleur verte. Les fleurs, petites et blanches sont regroupées en ombelles au sommet de la tige pour donner des graines très aromatiques. On utilise toute la plante pour son goût caractéristique et son parfum qui est dit : chaud et musqué.

## 120- Infusion d'angélique

Avec des tiges fraîches, la racine ou les graines, de 10 à 30 grammes pour un litre d'eau bouillante, à prendre 3 à 4 tasses par jour dans les cas de migraines et de problèmes digestifs.

## 121- Infusion composée

En associant l'angélique avec la gentiane, l'achillée millefeuille et l'armoise, avec 10 grammes de chaque plante pour un litre d'eau bouillante. Sert à relever le tonus général de l'organisme fatigué.



## 122- Infusion tonique

Avec 15 grammes d'angélique et de ményanthe pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 1/2 heure. Prendre 2 à 3 tasses par jour dans les cas de fatigue.



58

## 123- Infusion de racines

On utilise la racine desséchée et concassée, 40 grammes pour un litre d'eau bouillante, infusion 1/2 heure. Prendre une tasse après le repas.

## 124- Décoction de racines

Faire bouillir pendant 10 minutes à couvert 20 grammes de racines desséchées et concassées dans un litre d'eau. Laisser reposer 1/2 heure pour prendre 2 à 3 tasses par jour.

## 125- SIROP D'ANGÉLIQUE

Couper de nombreuses tiges d'angélique en morceaux pour les faire bouillir dans de l'eau pendant 1/2 heure. Filtrer et conserver l'eau de cuisson. Éplucher les tiges pour les remettre à bouillir dans cette eau encore 1/2 heure. Laisser alors infuser à couvert pendant toute la nuit. Le lendemain, filtrer et ajouter à ce jus le même poids de sucre pour faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 126- Vin d'angélique

Faire macérer pendant 15 jours 60 grammes de racines desséchées et

concassées dans un litre d'un bon vin blanc, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 127- Vin composé à l'angélique

Avec 30 grammes de racines en poudre, 4 grammes de cannelle, un litre d'un très bon vin rouge, Bordeaux par exemple et un peu de sucre ou de miel liquide. Faire macérer les plantes dans le vin pendant 4 jours dans une bouteille bien bouchée, filtrer, ajouter le sucre ou le miel, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais avant la dégustation.

## 128- Apéritif montagnard

Avec des racines d'angélique et de gentiane, séchées et broyées, 25 grammes de chaque, un litre de bon vin rouge et du sucre suivant votre goût. On fait macérer les racines dans le vin pendant une semaine dans un bocal hermétique, filtrer bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

## 129- Liqueur de ménage

Avec un litre d'eau de vie, 100 grammes d'angélique (tiges fraîches), 2 grammes de cannelle, 2 clous de girofle, 350



59

grammes de sucre et le même poids d'eau. Couper en tronçons de 4 à 5 cm de long les tiges d'angélique, les placer dans un bocal avec la cannelle et les clous de girofle, recouvrir avec l'eau de vie et laisser macérer pendant un mois. Préparer un sirop en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau, porter à ébullition pendant 5 minutes, laisser refroidir, ajouter le sirop à la macération et laisser faire encore un mois. Filtrer, mettre en bouteilles, conserver au frais et laisser vieillir si possible avant la dégustation.

### 130- Liqueur du pays de Forcalquier

Avec 1,5 litre d'eau de vie, 70 grammes d'angélique, 2 grammes de cannelle et de muscade, 1 kg de sucre et 1/2 litre d'eau. Suivant la recette précédente on fait macérer les plantes dans l'eau de vie pendant une semaine, ajouter le sirop et laisser faire encore une semaine, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 131- Liqueur des moines

Avec un litre d'eau de vie, 150 grammes de tiges d'angélique, 125 grammes de sucre, 6 grammes de cannelle, 1 gramme de macis et 1 clou de girofle. Faire macérer les tiges d'angélique coupées

en petits morceaux dans l'eau de vie pendant 6 semaines, filtrer, ajouter le sucre et les aromates pour laisser faire encore 6 semaines, filtrer à nouveau, mettre en bouteilles et laisser vieillir 2 à 3 mois au frais.

### 132- Liqueur de Vaudenac

Avec un litre d'alcool à 90°, 500 grammes d'angélique (tiges), 1 kg de sucre et un litre d'eau. Faire macérer pendant un mois les tiges en tronçons de l'angélique dans l'alcool, filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, à petit feu pendant 10 minutes. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais avant la dégustation.

### 133- Liqueur du couvent I

Avec un litre d'eau de vie, 50 grammes de graines d'angélique broyées, 2 grammes de cannelle, 1/2 gousse de vanille, 400 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer pendant un mois les graines d'angélique, la cannelle et la vanille dans l'eau de vie. Ajouter le sirop de sucre et laisser à nouveau macérer un mois, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.



### 134- Liqueur du couvent II

Avec 125 grammes de graines d'angélique, 5 grammes de graines de coriandre, 125 grammes de tiges d'angélique, une gousse de vanille, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 1,5 kg de sucre. Laisser macérer les graines d'angélique et de coriandre avec la vanille dans l'alcool pendant une semaine. Préparer un sirop avec le sucre et l'eau pour le verser bouillant sur les tiges d'angélique. Ajouter alors la macération et le sirop et laisser macérer encore un mois dans un récipient bien bouché, filtrer le tout, mettre en bouteilles, conserver au frais pour laisser vieillir quelques mois avant de déguster.

### 135- Liqueur de graines

Avec 20 grammes de graines broyées de chaque plante suivante : angélique, anis et fenouil, 1 litre d'eau de vie, 400 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau mémé recette que la 133.

### 136- Liqueur composée

Avec 30 grammes de graines d'angélique et de coriandres, 5 grammes de graines d'anis et de fenouil, 1 litre d'eau

de vie, 250 grammes de sucre et d'eau. Faire macérer toutes les graines dans l'eau de vie pendant une semaine, ajouter le sirop, laisser faire encore une semaine, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 137- Liqueur amère

Avec 5 grammes de graines et 5 grammes de tiges d'angélique, 10 grammes d'amandes amères, un litre d'alcool à 90°, 1/2 litre d'eau et 150 grammes de sucre. Faire macérer l'angélique, tiges et graines avec les amandes concassées dans l'alcool pendant 15 jours, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir au frais.



### 138- Liqueur dite de Raspail

Avec 2 litre d'eau de vie, 1 litre d'eau, 1 kg de sucre, 2 clous de girofle, une pincée de safran, 4 grammes de cannelle et de myrte, 2 grammes d'aloès et de vanille, 4 grammes d'acore, 1 gramme de noix de muscade et 60 grammes de tiges d'angélique. Faire macérer les tiges d'angélique coupées en tronçons avec tous les aromates dans l'eau de vie



pendant 15 jours, agiter le mélange tous les jours, filtrer cette macération, ajouter le sirop, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser reposer un bon mois au frais avant de commencer la dégustation. avec modération.

### 139- Crème d'angélique

Avec 80 grammes de tiges d'angélique, 4 grammes de noix de muscade, 2 grammes de cannelle et de clous de girofle, 300 grammes de sucre et d'eau et un litre d'eau de vie. On fait macérer l'angélique avec les aromates dans l'eau de vie pendant 5 jours puis, on ajoute le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, à petit feu pendant 5 minutes. Laisser faire encore pendant une semaine, filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir si possible avant de déguster.

### 140- Ratafia d'angélique

Avec 45 grammes de tiges d'angélique, 12 dl d'eau de vie, 1 kg de sucre et 3/4 de litre d'eau. Faire macérer les tiges d'angélique coupées en morceaux dans l'eau de vie pendant 4 jours, ajouter le sucre et l'eau pour prolonger la macération encore 4 jours, filtrer et mettre en bouteilles, conserver au frais.

### 141- Hypocras à l'angélique

Avec 10 grammes d'angélique, 2 grammes de noix de muscade, 1 gramme de safran, 1 verre d'eau de vie, 1 litre de vin blanc et 50 grammes de sucre. Mélanger tous les ingrédients et laisser macérer pendant 5 jours. Filtrer et conserver au frais pour servir dans les jours qui suivent.

### 142- Punch à l'angélique

Avec 30 grammes de racines d'angélique râpées, 4 cl d'eau de vie, 100 grammes de sucre, 1 litre d'eau et 1 jus de citron et le zeste. Laisser macérer les racines d'angélique râpées dans l'eau de vie pendant toute une journée. Filtrer et ajouter le sucre. Au moment de servir, ajouter l'eau bouillante et le citron. A boire très chaud pour les malades et les bien portant.

### 143- Punch rapide à l'angélique

Avec 30 grammes de racines d'angélique, 1 verre d'eau de vie, 1 citron, 100 grammes de sucre et un litre d'eau. Faire bouillir l'eau avec la racine coupée en fines lanières pendant 5 minutes, ajouter le jus de citron, le sucre et l'eau de vie, donner un bouillon, filtrer et servir aussitôt très chaud.



*Et maintenant, voici des cocktails à la liqueur d'angélique, comme à Niort en Poitou-Charentes, en France, considérée comme étant le berceau de l'angélique.*

### 144- Coulée verte

Avec 4 cl de liqueur, 0,5 cl de cognac, 1 cl de sirop de canne, 1 cl de crème fraîche et de la glace. Bien mélanger au shaker.

### 145- Angélique poire

Avec 2 parts de jus de poire, 1 part de liqueur, 1/4 de part de jus de citron et de la glace.

### 146- Pomm'angélique

Avec 4 cl de liqueur, 3 cl de jus de pomme, 1 cl de jus de citron et de la glace. Bien mélanger au shaker.

### 147- Angélique-suze

Avec 2 parts de suze, 1 part de liqueur et d'eau et de la glace à volonté.

### 148- L'Hercule

Avec 3 cl de liqueur, 3 cl de vodka, 0,5 cl de jus de citron et de la glace. Bien mélanger au shaker.

### 149- Angélique-orange

Avec 2 parts d'orange pressée, 1 part de liqueur et beaucoup de glace.

### 150 Angélique-gin

Avec 4 cl de liqueur, 2 cl de gin, 1,5 cl de sirop de canne, 2 cl de jus de citron et de la glace. Bien mélanger au shaker.

### 151- Angélique-banane

Avec 2 parts de jus de banane, 1 part de liqueur, 1/4 de part de jus de citron et de la glace.

### 152- Angélique-citron

Avec 6 cl de liqueur, 1 cl de jus de citron, 3 cl de glace pilée à bien mélanger au shaker.

### 153- Angélique-whisly

Avec 2 parts de whisky, 1 part de liqueur et beaucoup de glace.

### 154- Angélique-pamplemousse

Avec 2 parts de pamplemousse pressé, 1 part de liqueur et beaucoup de glace

### 155- Angélique pétillante

Avec 1 part de liqueur et 2 parts de champagne très frais.





## 15. Anis



C'est une plante annuelle qui pousse avec une tige longue et fine, cylindrique et creuse, qui peut atteindre la hauteur de 50 cm. Le feuillage est léger et aéré avec des feuilles qui peuvent prendre des formes différentes, arrondies et dentées à la base, puis étroites et pointues au sommet de la tige, de couleur vert tendre à vert clair. Les fleurs sont petites et blanches, rassemblées en ombelles terminales pour donner de petits fruits gris verdâtre, ovales et striés, composés de deux graines convexes et accolées que l'on utilise ici.

### 156- Infusion de graines

Avec de 8 à 15 grammes de graines d'anis pour un litre d'eau.

### 157- Décoction de graines

Avec 10 grammes de graines par litre d'eau, 10 minutes à couvert.

Prendre de 3 à 4 tasses par jour, boisson stimulante et stomachique.

### 158- Liqueur maison

Avec 50 grammes de graines concassées, 1 gramme de cannelle, de macis et de girofle, 1 gousse de vanille, 1 litre d'eau de vie, eau et sucre. Faire macérer les graines avec les aromates dans l'eau de vie pendant 1 mois et demi, filtrer la macération et dédoubler avec un sirop obtenu en faisant fondre du sucre dans le même poids d'eau. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 159- Anisette I

Avec 15 grammes de chaque plante suivante : anis, aneth, badiane, carvi,



## ANISSETTE



N° 432

PARIS DEPOST

coriandre et fenouil, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster 2 à 3 mois après.

### 160- ANISETTE II

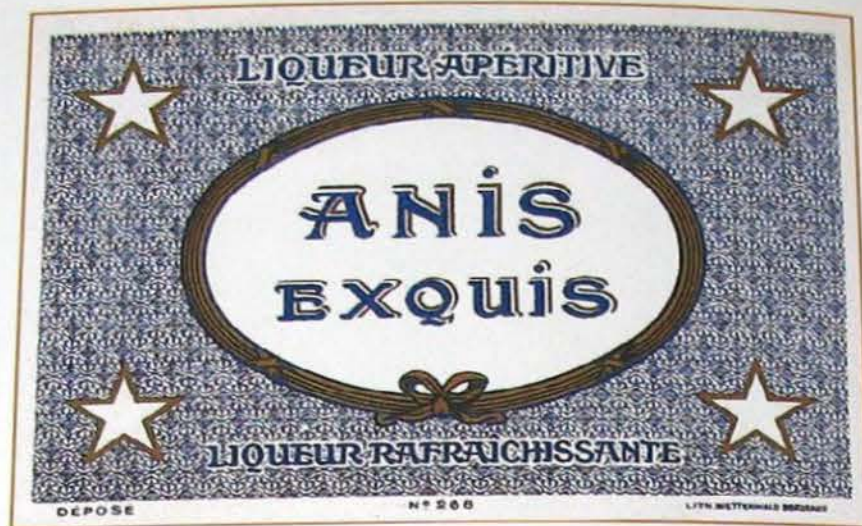
Avec 50 grammes d'anis, 1 gramme de coriandre, de cannelle et de girofle, 1 zeste d'orange, 1 gousse de vanille, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire macérer les graines d'anis avec tous les aromates dans l'al-

cool pendant un mois, filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir quelques mois.

### 161- Anisette III

Avec 25 grammes d'anis, 15 grammes de coriandre, 1 gramme de cannelle et de macis, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et un verre d'eau. Macération dans l'eau de vie pendant un mois des graines avec les aromates, ajouter le sucre mouillé avec un verre d'eau, laisser faire encore une semaine puis filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.





### 162- Liqueur des moines.

Avec 3 grammes d'anis, d'angélique et de menthe, 1 gramme de coriandre et de sauge, une pincée de safran, 1 litre d'alcool à 90°, 750 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Macération une semaine, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

### 163- Liqueur stimulante

Avec 30 grammes d'anis, 20 de badiane et de menthe, 15 de romarin et de sauge et 10 de thym, 1 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer toutes les plantes écrasées dans l'alcool pendant 4 à 5 jours, filtrer et ajouter un sirop obtenu

en faisant fondre le sucre dans l'eau, à petit feu, pendant 10 minutes. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais avant la dégustation.

### 164- Ratafia d'anis

Écraser dans un mortier 50 grammes de graines d'anis, 25 grammes de graines de coriandre, un peu de cannelle et de macis et recouvrir avec 2 litres d'eau de vie, bien boucher pour laisser macérer un mois au chaud, filtrer et ajouter le sirop obtenu avec 500 grammes de sucre mouillé de 2 verres d'eau. Bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais pour une dégustation dans 2 à 3 mois.



## 16. Aristoloche



**C**'est une plante à tige dressée qui peut atteindre la hauteur de 60 cm, avec des feuilles grandes et palmées qui s'enroulent légèrement, de couleur vert à vert foncé. Les fleurs sont grandes, de forme tubulaire, s'ouvrant comme un entonnoir, groupées par 3 ou 4, de couleur jaune livide. Mais ce sont les racines qui sont utilisées, de forme longue, fusiforme ou ronde; elles sont aromatiques et légèrement amères.

*Plante à utiliser avec beaucoup de précautions.*

### 165- Infusion de racines

Avec 10 grammes de racines sèches et concassées pour 1 litre d'eau bouillante.

### 166- Décoction de racines

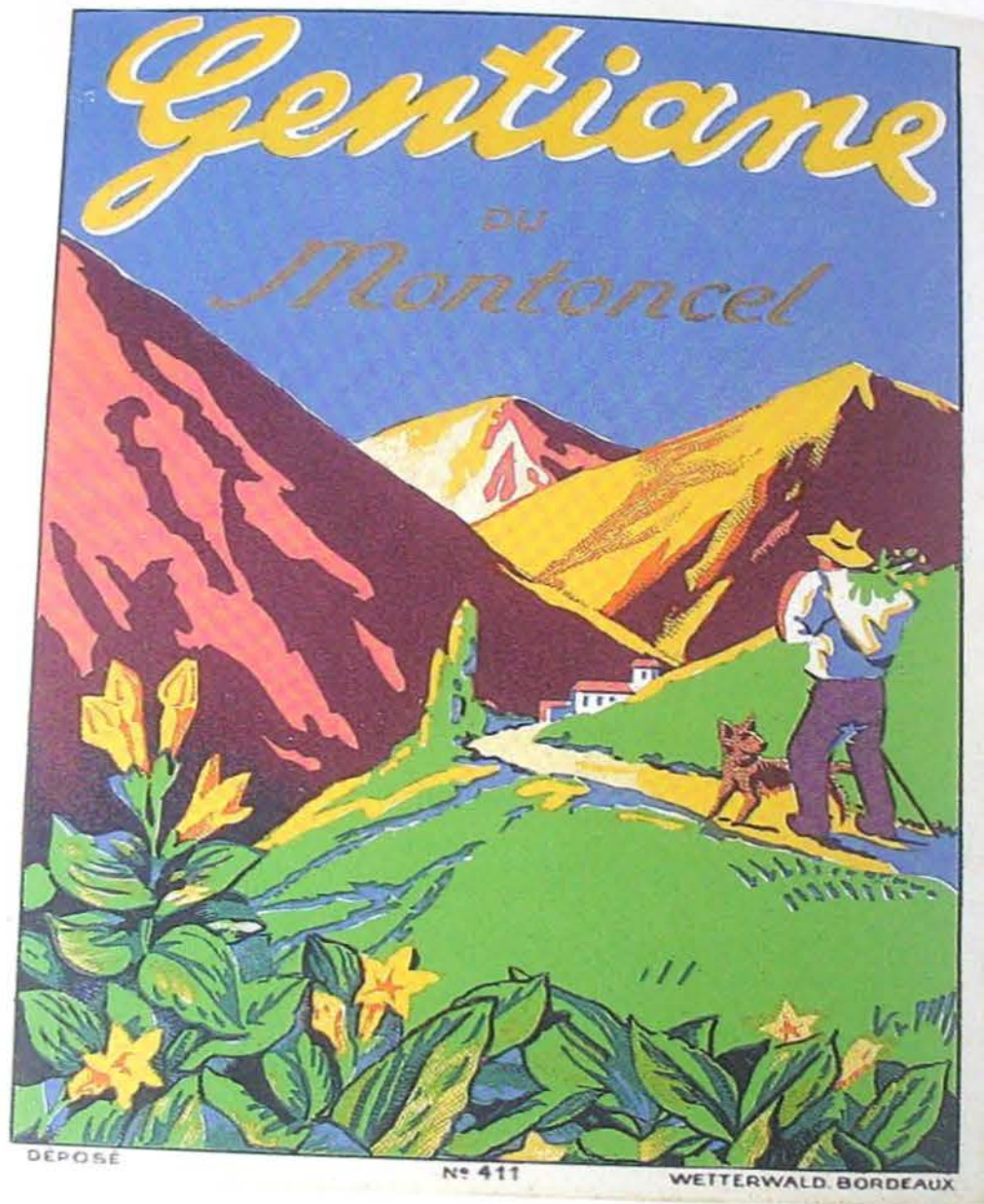
Avec de 15 à 20 grammes de racines sèches et concassées par litre d'eau. Cuisson de 10 à 15 minutes à couvert.

*Dans les 2 cas, sucrer avec du miel. Boisson calmante et sédative, favorise les règles.*

### 167- Vin d'aristoloche

Avec 60 grammes de racines sèches et concassées, un litre de vin blanc sec, 120 grammes de sucre ou de miel. Mélanger tous les ingrédients et porter à ébullition, laisser cuire à couvert pendant une heure. Après refroidissement, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.





## 17. Arnica



**P**lante de la famille des composées qui pousse avec des feuilles allongées, ovales, poilues, de couleur vert pâle et disposées en rosette autour d'une tige florale de 60 cm de hauteur. La fleur solitaire, jolie et régulière, est un capitule de couleur jaune vif à orangé. On utilise les feuilles et les fleurs ainsi que la racine qui présente de longs rhizomes.

*La plante reste toxique prise à forte dose, on l'utilise toujours avec précautions en dissolution.*

### 168- Infusion de feuilles et de fleurs

A raison de 50 grammes de feuilles et de fleurs sèches pour un litre d'eau bouillante

### 169- Décoction de la racine

Avec 40 à 50 grammes de la racine séchée et concassée pour un litre d'eau, 10 à 15 minutes à couvert.

*Boissons toniques et diurétiques : prendre 2 à 3 tasses par jour.*



# 18. Artichaut



C'est une plante potagère de 1 mètre de hauteur, pouvant atteindre 1,50 mètre dans de bonnes conditions de culture et d'exposition. Les feuilles sont larges et découpées, longues de parfois 1 mètre, de couleur vert grisâtre. Les longues tiges portent des capitules en boule, formés d'écaillés ovales, de couleur vert ou violet, qui sont des légumes de choix. On utilise les feuilles, les tiges et les racines à saveur amère

## 170- Infusion de feuilles

A raison de 3 à 5 grammes de feuilles sèches pour une tasse d'eau bouillante, infusion très amère, difficile à supporter et pourtant utile dans les cas d'obésité et d'insuffisance hépatique. Prendre 3 tasses par jour avant les repas.

## 171- VIN DE FEUILLES D'ARTICHAUT

Avec 40 grammes de feuilles séchées, un litre d'un bon vin blanc sec et du sucre. Écraser les feuilles à la main pour les faire macérer dans le vin blanc pendant une semaine, filtrer et bien exprimer tout le liquide dans un linge propre, ajouter du sucre suivant votre goût et pour enlever l'amertume, mettre en bouteilles et laisser vieillir quelques temps au frais.

## 172- Apéritif de vaudenac

Avec 200 grammes de feuilles sèches et de tiges tronçonnées, un litre de vin blanc sec, un petit verre d'alcool et du sucre à volonté. Faire macérer les feuilles et les tiges en morceaux dans le



70

vin blanc pendant 15 jours, filtrer, ajouter le verre d'alcool et du sucre suivant votre goût, bien mélanger puis mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation de cet apéritif amer et parfumé.

## 173- Vin tonique à l'artichaut

Avec un litre d'un bon vin rouge de Bordeaux par exemple, 80 grammes de feuilles sèches et du sucre à volonté. Faire macérer les feuilles écrasées dans le vin rouge pendant 15 jours, filtrer et bien exprimer tout le vin dans un torchon propre, ajouter du sucre suivant votre goût et pour masquer l'amertume, mettre en bouteilles et toujours conserver au frais.

## 174- Liqueur d'artichaut

Avec une bonne poignée de feuilles sèches et brisées à macérer dans un litre d'alcool à 90° pendant 15 jours, filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans un litre d'eau pendant 10 à 15 minutes. Mettre en bouteilles et laisser vieillir un peu avant de commencer la dégustation.



## 175- Liqueur de campagne

Faire macérer quelques tiges d'artichaut coupées en petits morceaux dans un litre d'eau de vie pendant 15 jours. Ajouter de 500 à 750 grammes de sucre suivant votre goût, mouillez avec 2 verres d'eau et laisser faire encore une semaine, filtrer, mettre en bouteilles et conserver toujours au frais pour boire les soirs d'hiver par exemple.

71

# 19. Asperule odorante

C'est une herbe vivace qui possède un long rhizome ramifié, grêle et rampant, avec des tiges fines, ramifiées et dressées qui portent des feuilles petites et allongées, rassemblées en verticilles par 6 ou 8, de couleur vert foncé. Les fleurs petites, blanches et étoilées, sont réunies au sommet de la tige. On récolte les fleurs et les sommités fleuries pour les faire sécher ce qui permet d'obtenir ce parfum agréable et caractéristique de la coumarine : substance chimique qui donne ce goût si apprécié dans ces boissons.

## 176- Infusion d'asperule

Avec de 15 à 20 grammes de sommités fleuries sèches pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 tasses par jour pour stimuler la digestion

## 177- Limonade à l'asperule

Placer dans un litre d'eau une grosse poignée de sommités fleuries d'asperule sèche avec un citron coupé en tranches et du sucre. Laisser infuser en plein soleil pendant toute une journée, filtrer et conserver au frais cette boisson pétillante à consommer l'été.

## 178- Vin d'asperule odorante ou vin de Mai I

Avec une poignée de fleurs, une bouteille d'un bon vin blanc, le zeste et une demie orange, 150 grammes de sucre et un peu de cannelle. Faire macérer dans le vin blanc les fleurs, la demie orange coupée en tranches et le zeste pendant 2 heures au frais. Filtrer, ajouter la cannelle et le sucre. Bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais pour servir dans les jours qui suivent.

## 179- VIN DE MAI II

Avec un litre de vin blanc sec, 60 grammes de sommités fleuries d'asperule, 100 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie. Verser le vin bouillant sur les fleurs et laisser macérer 1/2 heure, ajouter le sucre et le verre d'eau de vie et laisser faire encore 15 à 20 minutes à couvert. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais ce vin qui peut devenir mousseux.

## 180- Vin de Mai III

Avec 40 grammes de sommités sèches d'asperule, une orange, 20 mor-



ceaux de sucre et un litre de vin blanc sec. On fait macérer l'orange pelée et coupée en tranches avec le zeste et l'asperule dans le vin blanc pendant 5 à 6 heures, filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et laisser reposer au frais avant la dégustation.

## 181- Vin de Mai IV

On fait toujours macérer 60 grammes de fleurs sèches dans un litre d'un bon vin rosé pendant 15 jours, filtrer, ajouter 100 à 150 grammes de sucre suivant votre goût et un petit verre d'alcool avant de laisser faire quelques jours au frais avant la dégustation.

## 182- Liqueur d'asperule

Avec un litre d'eau de vie, quelques branches de la plante entière, un peu de cannelle et 250 grammes de sucre mouillé avec 2 verres d'eau. Faire macérer la plante avec la cannelle dans l'eau de vie pendant 48 heures, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre le sucre mouillé pendant 10 minutes, bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 183- Liqueur de Vaudenac

Avec un litre d'alcool à 90°, des sommités fleuries d'asperule odorante

sèches, de la cannelle, un litre d'eau et 750 grammes de sucre. Remplir un bocal possédant une large ouverture avec l'asperule, ajouter un peu de cannelle et recouvrir avec l'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 2 jours. Préparer un sirop avec le sucre et l'eau, cuisson à petit feu : 10 à 15 minutes, filtrer la macération, ajouter le sirop, bien mélanger avant de mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 184- Apéritif minute

On peut à chaque instant ajouter un grand verre de cette liqueur à un litre d'un bon vin blanc très frais pour obtenir un apéritif original qui ouvre l'appétit.

## 185- Panaché à l'asperule odorante

On fait macérer pendant une heure un bouquet d'asperule dans un bon vin rouge avec un petit verre de cognac, filtrer et ajouter un peu de sucre, puis mélanger ce vin rouge parfumé avec du vin blanc sec et du vin blanc mousseux avant de servir très frais. En Suisse, il est d'usage de respecter les proportions suivantes : une part de vin rouge pour une part de vin blanc et 2 parts de vin mousseux, plus un petit verre de cognac ou de vieux marc.

## 20. Aubépine

C'est un arbuste épineux qui pousse dans les haies et sur les talus ensoleillés avec des rameaux très fournis qui portent de petites feuilles découpées et de nombreux bouquets de fleurs (de 10 à 15), blanches ou roses, très parfumées qui vont donner des fruits qui ressemblent à de petites pommes de 8 à 10 mm de diamètre, de couleur rouge vif à chair farineuse, qui font le régal des oiseaux. On utilise toute la plante : branches, feuilles, fleurs et fruits.

### 186- Infusion de fleurs d'aubépine

Avec 10 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Prendre 2 à 3 tasses par jour, contre l'insomnie et l'hypertension.

### 187- Infusion composée

Avec un mélange de fleurs d'aubépine, de chatons de saule blanc et de pasiflore, 5 grammes de chaque pour un litre d'eau bouillante. Contre l'insomnie.

### 188- Infusion du Docteur Leclerc

Faire un mélange à parts égales des plantes sèches suivantes : Aspérule

odorante, aubépine, ballote, basilic et serpolet. Préparer alors une infusion avec 10 à 15 grammes de ce mélange pour un litre d'eau bouillante. Très efficace contre l'insomnie.

### 189- SIROP DE FLEURS

Avec des fleurs sèches, 1/2 litre d'eau et 500 grammes de sucre. Faire cuire à petit feu pendant 1/2 heure une grosse poignée de fleurs sèches dans l'eau, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire au bain marie quelques minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 190- Sirop de baies d'aubépine

Avec 1 Kg de baies, 1 litre d'eau et 500 grammes de sucre. Écraser les baies dans un récipient, les recouvrir avec un litre d'eau bouillante, faire cuire pendant 15 minutes, laisser reposer toute une nuit et recommencer cette opération encore 2 fois. Au bout des 3 cuissons, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un torchon propre,



ajouter le sucre et amener doucement à ébullition, vérifier à nouveau la consistance du sirop et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 191- Vin d'aubépine

Avec 100 grammes de jeunes pousses de l'année, un litre d'un bon vin rouge, un petit verre d'eau de vie et 200 grammes de sucre mouillé avec un verre d'eau. Faire cuire les pousses d'aubépine dans le vin rouge pendant 10 minutes, laisser refroidir, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau et le verre d'eau de vie. Laisser macérer pendant 15 jours, filtrer, puis mettre en bouteilles et conserver au frais avant de déguster.

### 192- Vin de fleurs d'aubépine

Avec 50 grammes de fleurs sèches, 1 litre de bon vin blanc sec et du sucre. On fait macérer les fleurs dans le vin pendant 10 jours, filtrer et bien exprimer, ajouter de 200 grammes de sucre à beaucoup plus suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser faire un moment au frais avant la dégustation.

### 193- Vin à l'ancienne

Avec 1 Kg de baies, 250 grammes de sucre, 1 litre d'eau et 2 cm<sup>3</sup> de levure de

bière. Écraser les baies, les couvrir avec de l'eau bouillante et laisser fermenter pendant 10 jours, filtrer et bien exprimer tout le jus, ajouter le sucre et la levure de bière pour continuer la fermentation encore 10 jours. Soutirer, filtrer à nouveau et mettre en bouteilles bien bouchées que l'on conserve au frais.

### 194- Liqueur d'aubépine

Avec 1 kg de baies saisies par le gel, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et un peu de cannelle. Faire macérer les baies écrasées dans l'eau de vie pendant 10 jours, ajouter le sucre et la cannelle et continuer la macération encore 10 jours, filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir 2 à 3 mois au frais avant la dégustation.

### 195- Liqueur de Vaudenac

Avec 1 kg de baies bien mûres, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire macérer les baies écrasées dans l'alcool pendant 15 jours, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 15 minutes, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

# 21. Aunée



elle a un goût de violette ou d'iris. On récolte la racine dans la deuxième ou troisième année de la plante, quand elle est grosse, pour la fendre ou la découper en rondelles et la faire sécher.

## 196- Infusion de la racine

Avec 20 grammes de racine sèche pour un litre d'eau bouillante. Sucrez au miel pour enlever l'amertume.

## 197- Infusion panachée

Avec un mélange de racine d'aunée et d'anis étoilé, 10 grammes de chaque, toujours sucrer au miel.

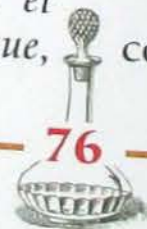
## 198- Décoction de la racine

Avec de 20 à 30 grammes de racine sèche pour un litre d'eau, laisser bouillir 10 minutes à 15 minutes à couvert.

Dans les trois cas, prendre une tasse 3 fois par jour, après les repas, pour lutter contre les affections des voies respiratoires.

## 199- VIN D'AUNÉE

Avec 60 grammes de racine sèche et concassée, un litre de bon vin rouge et



du sucre. Faire macérer la racine dans le vin rouge pendant 10 jours, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir.

## 200- Vin de Vaudenac

Avec 30 grammes de racine sèches et concassée, un litre d'un bon vin blanc sec et du miel. On fait macérer la racine dans le vin blanc pendant 12 jours, filtrer, ajouter 2 ou 3 cuillères de miel liquide, bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 201- Vin à l'ancienne I

Avec 25 grammes de racine râpée, une pincée de romarin, thym et sauge, un litre de vin blanc sec, un petit verre d'alcool ou d'eau de vie et 50 grammes de sucre. Faire macérer toutes les plantes dans le vin blanc pendant une semaine, filtrer, ajouter le sucre et le verre d'alcool, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser reposer quelques jours avant de commencer la dégustation.

## 202- Vin à l'ancienne II

Avec 20 grammes de racine concassée, 10 grammes d'anis, d'absinthe et de petite centaurée, 50 grammes de raisins secs, un litre de bon vin rouge et du

sucre. On fait macérer toutes les plantes et les raisins dans le vin pendant une semaine, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mettre en bouteilles et laisser faire quelques jours au frais en remuant souvent.

## 203- Vin à l'ancienne III

Avec 20 grammes de racine concassée, 5 grammes de fleurs de camomille et de petite centaurée, une écorce d'orange amère, un litre de vin blanc (Frontignan par exemple) et un peu de sucre ou de miel liquide. Faire macérer toutes les plantes dans le vin pendant une semaine, filtrer, ajouter le sucre et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

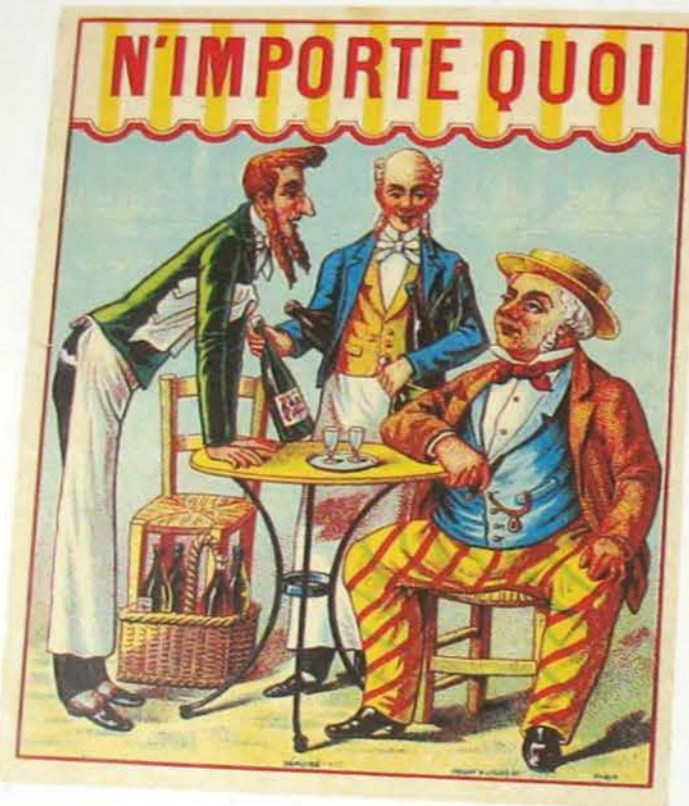
## 204- Apéritif de Luisa

Avec 20 grammes de racine d'aunée concassée, 10 grammes d'origan et de marrube blanc à macérer dans un litre d'un bon vin rouge de Padoue pendant 10 jours, filtrer, ajouter du sucre, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pour déguster l'été avec de la glace

## 205- Apéritif anisé

Avec 20 grammes de racine d'aunée et de badiane ou anis étoilé. Macération dans un litre de vin rouge : une semaine, filtrer, sucrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir.

## 22. Avoine



**D**e la famille des graminées, c'est une plante annuelle qui possède une tige droite, creuse et noueuse de 60 cm à 1 mètre de hauteur. Les feuilles forment une gaine autour de la tige; elles sont longues et planes. Les fleurs poussent en panicules et vont donner des fruits ou graines qui sont petites, allongées et farineuses, avec les extrémités pointues. On utilise cette graine qui possède une enveloppe ou écorce, dure et coriace, à saveur amère, pour faire de la farine et quelques boissons.

### 206- Eau d'avoine

Avec 30 grammes d'avoine décortiquée ou de farine grossière, un litre d'eau et du sucre. Faire une décoction en faisant cuire l'avoine à petit feu dans l'eau et à couvert pendant une heure, filtrer et ajouter du sucre suivant votre goût.

### 207- Limonade de l'ancien temps

Faire infuser en plein soleil pendant une journée 30 grammes de farine d'avoine dans un litre d'eau, filtrer, ajouter un verre de vin blanc et du sucre, mettre en bouteilles et laisser faire quelques jours avant de boire frais cette limonade qui est stimulante.



## 23. Badiane

**A**ppelé encore anis étoilé, c'est un arbre originaire de la Chine qui peut atteindre la hauteur de 12 mètres. Son feuillage est persistant. Ses fleurs sont isolées, de couleur blanc jaunâtre et donnent à maturité des fruits en forme d'étoile qui sont très parfumés. Connue chez nous pour ses propriétés médicinales et aromatiques, la badiane sert à préparer de nombreuses boissons, comme avec l'anis vert.

### 208- Infusion d'anis étoilé

Avec 10 à 15 grammes pour un litre d'eau bouillante, laisser infuser à couvert 15 minutes. Prendre une tasse avant les repas pour favoriser la digestion.

### 209- PASTIS MAISON

Avec 15 grammes de badiane, 8 grammes d'armoise, 4 grammes de bois de réglisse et de graines d'anis, 2 grammes de thé et un litre d'alcool à 90°. On fait macérer toutes les plantes dans l'alcool pendant 2 à 3 jours, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 210- Anisette I

Avec 10 grammes de chaque plante suivante : badiane, anis, carvi, coriandre et fenouil, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. On fait macérer les plantes dans l'alcool pendant 10 jours, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes, bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire l'été avec de l'eau glacée.

### 211- Anisette II

Avec 30 grammes d'anis étoilé, 1 gramme de cannelle, coriandre et girofle, 1 zeste d'orange, 1 gousse de vanille, 1 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire macérer les graines, le zeste et la vanille dans l'alcool pendant 15 jours, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger pour conserver au frais.

### 212- Anisette à l'eau de vie

Avec 20 grammes de badiane, 10 grammes de coriandre, 1 gramme de cannelle et de macis, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et un verre





d'eau. La macération dans l'eau de vie dure de 15 jours à 3 semaines filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pour déguster pendant l'été avec de la glace.

### 213- Liqueur des moines I

Avec 5 grammes d'anis étoilé, 2 grammes d'angélique et de menthe, 1 gramme de coriandre et de sauge, un peu de safran, 1 litre d'alcool à 90°, 750 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Macération des plantes dans l'alcool pendant une semaine, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois.

### 214- Liqueur des moines II

Avec 3 grammes d'anis étoilé, 2 grammes de fenouil et d'angélique, une pincée de safran, 1 litre d'alcool à 90°, 700 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Macération pendant 10 jours des plantes dans l'alcool, filtrer, ajouter le sirop, mélanger et laisser vieillir.

### 215- Liqueur de Jules (rapide)

On fait macérer 30 grammes d'anis étoilé dans un litre d'eau de vie pendant toute une nuit. Le lendemain, filtrer, ajouter 150 à 200 grammes de sucre mouillé avec un verre d'eau, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser

faire 2 à 3 jours minimum si on est pressé, avant de déguster ou alors laisser vieillir bien davantage.

### 216- Liqueur de Vaudenac

Avec 20 grammes de badiane, 10 d'anis vert et de menthe, 5 de romarin, de sauge et de thym, 1 litre d'alcool à 90°, 500 à 700 grammes de sucre suivant votre goût et 1 litre d'eau. Écraser toutes les plantes pour les faire macérer dans l'alcool pendant 4 à 5 jours, filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, à petit feu pendant 10 minutes, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

### 217- Ratafia de badiane

Concasser dans un mortier 30 grammes d'anis étoilé avec 15 grammes de graines de coriandre, ajouter un peu de cannelle et de macis, placer le mélange dans un bocal à large ouverture, recouvrir avec 2 litres d'eau de vie, boucher le bocal et laisser macérer de 15 jours à 3 semaines dans un endroit tempéré, filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre 500 grammes de sucre dans 2 verres d'eau, bien mélanger, mettre en bouteilles et toujours conserver au frais pour laisser vieillir quelques mois avant la dégustation.



## 24. Ballote fétide

**P**lante vivace de la famille des labiées, cousine de la lavande, de la menthe et du romarin. Elle possède un parfum moins agréable et une saveur amère et chaude. Elle pousse près des lieux habités en formant des touffes qui peuvent atteindre un mètre de hauteur, avec des feuilles velues, ovales et pointues, de couleur vert foncé. Les fleurs petites sont réunies en verticilles serrés à l'aisselle des feuilles supérieures; elles sont de couleur rose à rouge et parfois pourpre. On utilise les sommités fleuries que l'on fait sécher à l'ombre en été.

### 218- Infusion de ballote fétide

Avec une poignée de sommités sèches pour un litre d'eau bouillante, infusion 10 minutes à couvert. De mauvais goût et assez amère, il est préférable de l'associer à des plantes plus douces pour masquer l'amertume.

### 219- Infusion panachée I

Avec un mélange de 20 grammes de chaque plante suivantes : sommités fleuries de ballote, fleurs d'aubépine et serpolet, pour un litre d'eau bouillante

### 220- Infusion panachée II

Avec le mélange suivant : ballote fétide, aspérule odorante, aubépine, basilic et serpolet, 10 grammes de chaque pour un litre d'eau bouillante.

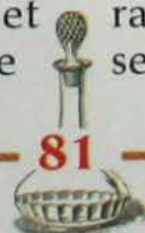
### 221- Infusion panachée III

Avec de 50 à 60 grammes du mélange : ballote fétide, marrube blanc et bétoine, pour un litre d'eau bouillante, infusion 10 minutes à couvert.

Dans tous les cas, sucrer au miel par exemple pour éviter la légère amertume, et prendre 2 à 3 tasses par jour dans les cas d'insomnie et de troubles nerveux.

### 222- Vin de ballote fétide

Avec 50 grammes de sommités sèches de ballote, un litre de bon vin blanc sec et du sucre à volonté. Faire macérer la plante dans le vin blanc pendant 6 heures, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et mettre en bouteilles pour conserver au frais. (Assez rare, vin original, amer, rencontré une seule fois).



# 25. Balsamite

**P**lante vivace de la famille des composées avec des racines qui sont de longs rhizomes traçants donnant naissance à de nombreuses tiges longues, fibreuses, rondes et cannelées, de couleur vert clair à brun vers la base. Les feuilles sont grandes, jusqu'à 30 cm de longueur, de forme ovale, finement dentées et de couleur vert argenté, très aromatiques. Elles dégagent, quand on les brise, une fois sèches, un parfum pénétrant de menthe citronnée rappelant la menthe et la mélisse. Les fleurs sont petites, rassemblées en grappes terminales, de couleur jaune avec de petits pétales blancs. On utilise les feuilles avec discrétion



## 223- Infusion de feuilles sèches

Avec 20 grammes pour un litre d'eau bouillante, laisser infuser 5 minutes à couvert Prendre 3 tasses par jour pour prévenir les affections respiratoires.

## 224- Limonade de balsamite

Placer quelques feuilles dans une bouteille et recouvrir avec une bonne eau de source, ajouter du sucre suivant

vos goûts et laisser infuser 2 à 3 heures en plein soleil, filtrer et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent. Pour obtenir une boisson plus pétillante on peut ajouter à l'infusion une tranche de citron.



225- Sirop de b  
Avec 100  
Hacher les le  
l'eau bouillan  
sur toute la  
et faire cuire  
sur à ébullit  
du sirop q  
du récipient  
refroidir,  
conserve

## 225- Sirop de balsamite

Avec 100 grammes de feuilles fraîches, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Hacher les feuilles et les recouvrir avec l'eau bouillante, couvrir et laisser infuser toute la nuit, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire lentement, à petit feu jusqu'à ébullition, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur les bords du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 226- VIN DE BALSAMITE

Avec 20 à 30 grammes de feuilles pour un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Verser le vin bouillant sur la plante, comme pour le sirop, couvrir et laisser infuser toute la nuit, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser faire quelques temps avant la dégustation.

## 227- Vin de Claude

C'est un vin panaché de balsamite, de mélisse et d'aspérule odorante 10 grammes de chaque, même méthode et sucrer au miel. Laisser vieillir 1 à 2 mois au frais avant de déguster en apéritif réputé pour chasser la mélancolie.

## 228- Apéritif minute

Avec 1 litre d'infusion de balsamite froide, ajouter 1/2 litre de bon vin blanc et sucrer au miel liquide suivant le goût de chacun. servir très frais dans des grands verres avec de la glace pour l'été.

## 229- Liqueur de balsamite

Avec une poignée de feuilles fraîches, 1 litre d'eau de vie, 750 grammes de sucre et un verre d'eau. Placer les feuilles dans un bocal, recouvrir avec l'eau de vie et laisser macérer pendant une semaine, filtrer, ajouter le sirop épais obtenu en faisant cuire le sucre mouillé avec le verre d'eau. pendant 15 minutes au moins. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir 1 à 2 mois avant de déguster.

## 230- Liqueur de Vaudenac

Avec une bonne poignée de feuilles de balsamite, un peu de cannelle et très peu de safran et de macis, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les feuilles avec les aromates dans l'alcool pendant une semaine à 10 jours, filtrer, dédoubler avec le sirop épais, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

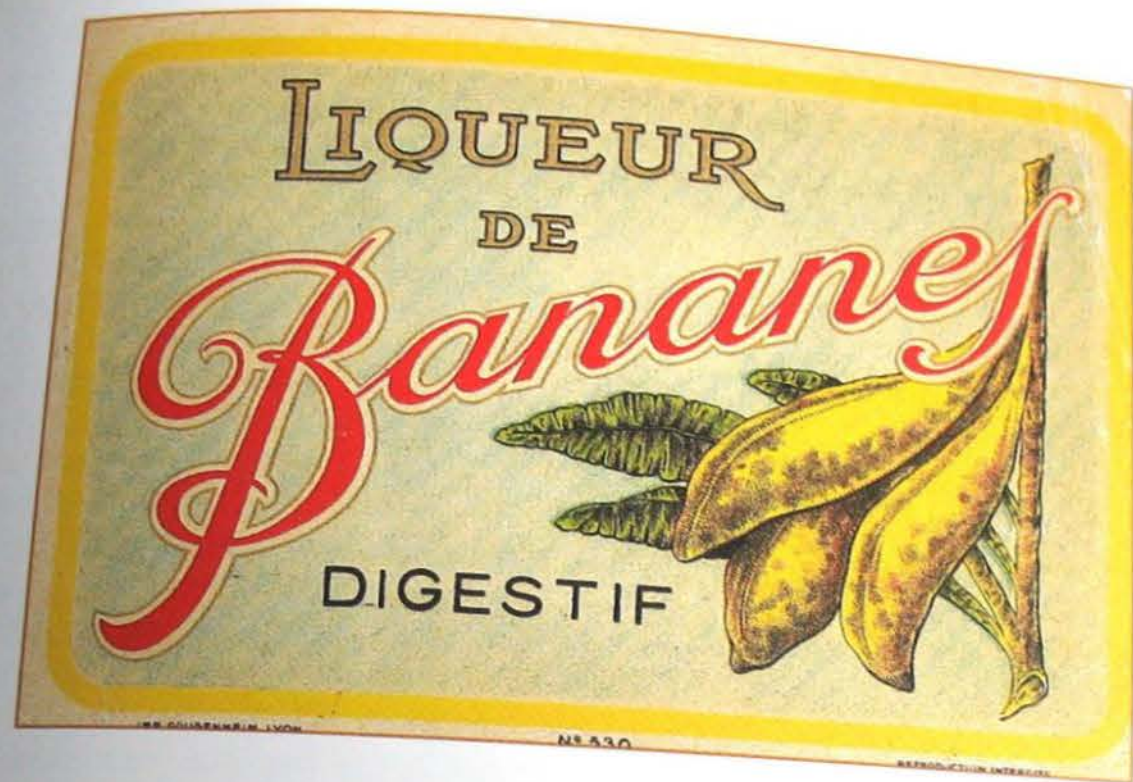


# 20. Bananier



## 231- Liqueur de banane

Avec un litre d'eau de vie, 300 grammes de bananes bien mures, 1 bâton de vanille, 300 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Bien écraser les bananes pour obtenir une purée, ajouter la vanille et recouvrir avec l'eau de vie, mélanger et laisser macérer pen-



dant 3 semaines. Filtrer cette macération et bien exprimer tout le jus à travers un linge propre, ajouter le sirop obtenu en mélangeant le sucre et les 2 verres d'eau, mettre en bouteilles et laisser reposer un bon mois avant la dégustation.

## 232- Liqueur de Vaudenac

Avec 1 litre d'alcool à 90°, 450 grammes de banane, de la vanille, un peu de cannelle, 600 grammes de sucre et un litre d'eau. On fait macérer les



bananes écrasées avec la vanille et la cannelle dans l'alcool pendant 15 jours, on ajoute le sirop que l'on obtient en faisant cuire à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, pour laisser faire au frais pendant encore une semaine. Filtrer, bien exprimer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais plusieurs mois cette liqueur qui peut devenir une véritable crème de banane.

# 27. Bardane



**P**lante de la famille des astéracés qui peut atteindre la hauteur de 2 mètres dans de bonnes conditions, avec une longue tige raide qui porte de grandes feuilles à la base, en forme de feuilles de rhubarbe, de couleur, vert sur le dessus et de vert argenté à gris blanc dessous et veloutées. Au sommet de la tige se trouvent des capitules de fleurs de couleur rose pourpre, entourées de bractées qui se terminent en crochet, qui vont donner des fruits épineux, de couleur brun rouge qui s'accrochent aux vêtements des passants. Mais c'est la racine que l'on utilise, pour cela, il faut la récolter en octobre, pour la couper en morceaux et la faire sécher à l'abri de la lumière.

## 233- Infusion de racine de bardane

Avec de 15 à 50 grammes de racine pour un litre d'eau bouillante.

## 234- Décoction de la racine

Avec 60 grammes de racine et parfois plus pour un litre d'eau cuisson à couvert pendant 10 minutes.

Dans les 2 cas, prendre 2 à 3 tasses par jour et même davantage comme diurétique.



86

Bibliothèque Forney.



235- Sirop de bardane  
Avec 150 gr de sucre  
sur la racine  
l'eau pendant  
son ajout  
pour feu  
 Vérier la  
attacher  
refroidiss  
conserve

236- V  
Avec  
laisse  
blanc  
ajout  
laisse  
ave

## 235- Sirop de bardane

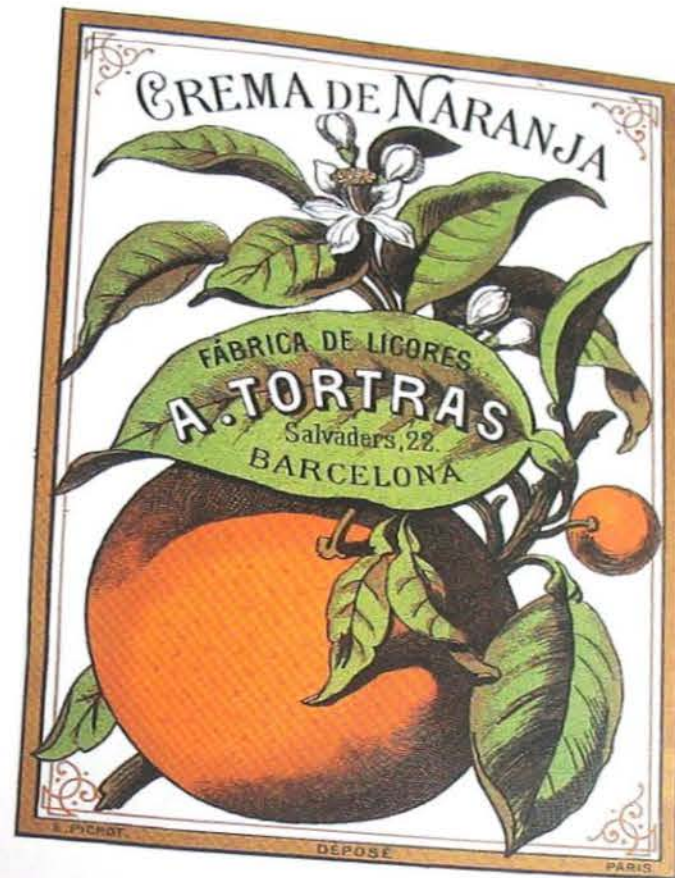
Avec 150 grammes de racine fraîche, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire infuser la racine coupée en tranches dans l'eau pendant 1/2 heure. Filtrer l'infusion, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 236- Vin de bardane

Avec de 8 à 10 grammes de racine à laisser macérer dans un litre de bon vin blanc pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et laisser faire au frais pendant 1 à 2 mois avant la dégustation.



87



Bibliothèque Forney.

## 28. Basilic



**P**lante condimentaire, herbacée et mellifère qui pousse en touffe, haute de 30 à 40 cm, avec des tiges rameuses et dressées qui portent des feuilles ovales, parfois lancéolées, légèrement dentées, de couleur vert à vert foncé, parfois violacée, suivant les variétés. Les fleurs sont réunies en épis, petites et de couleur blanche ou légèrement rosé. On utilise toute la plante pour son parfum caractéristique rappelant à la fois l'anis, la menthe, la mélisse, et même la muscade et la girofle.

### 237- Infusion de feuilles

Avec 20 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante, infuser à couvert 10 minutes.

### 238- Infusion panachée

On associe souvent le basilic avec les fleurs d'aubépine (10 grammes de chaque) ou alors suivant la formule : 15 grammes de basilic, menthe et anis vert, plus 20 grammes de ballote fétide.

*Prendre jusqu'à 4 tasses par jour pour combattre la migraine, l'insomnie et certaines maladies respiratoires comme la coqueluche.*

### 239- Sirop de basilic

Avec 30 à 40 grammes de feuilles fraîches pour un litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire infuser le basilic dans l'eau bouillante pendant 10 à 15 minutes à couvert, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 minutes environ, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. mettre en bouteilles et conserver au frais.



240- Vin de basilic I  
Avec 100 grammes de basilic frais, un litre de bon vin blanc sec et 300 grammes de sucre. Faire macérer le basilic dans le vin blanc pendant toute une nuit, ajouter le sucre et laisser faire encore une journée, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

241- Vin de basilic II  
Avec 40 à 50 grammes de feuilles dans un litre de vin blanc muscat, macération pendant un mois. Filtrer et ajouter un peu de sucre si nécessaire. Mettre en bouteilles et toujours conserver au frais.

242- Vin de basilic III  
Avec 40 à 50 grammes de basilic frais, un litre de bon vin rouge, de 200 à 400 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie. Faire macérer le basilic dans le vin rouge pendant 24 heures, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, le petit verre d'eau de vie, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant 1 à 2 mois avant la dégustation.

### 240- Vin de basilic I

Avec 100 grammes de basilic frais, un litre de bon vin blanc sec et 300 grammes de sucre. Faire macérer le basilic dans le vin blanc pendant toute une nuit, ajouter le sucre et laisser faire encore une journée, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 241- Vin de basilic II

Avec 40 à 50 grammes de feuilles dans un litre de vin blanc muscat, macération pendant un mois. Filtrer et ajouter un peu de sucre si nécessaire. Mettre en bouteilles et toujours conserver au frais.

### 242- Vin de basilic III

Avec 40 à 50 grammes de basilic frais, un litre de bon vin rouge, de 200 à 400 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie. Faire macérer le basilic dans le vin rouge pendant 24 heures, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, le petit verre d'eau de vie, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant 1 à 2 mois avant la dégustation.

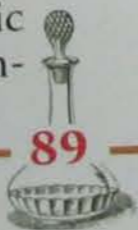
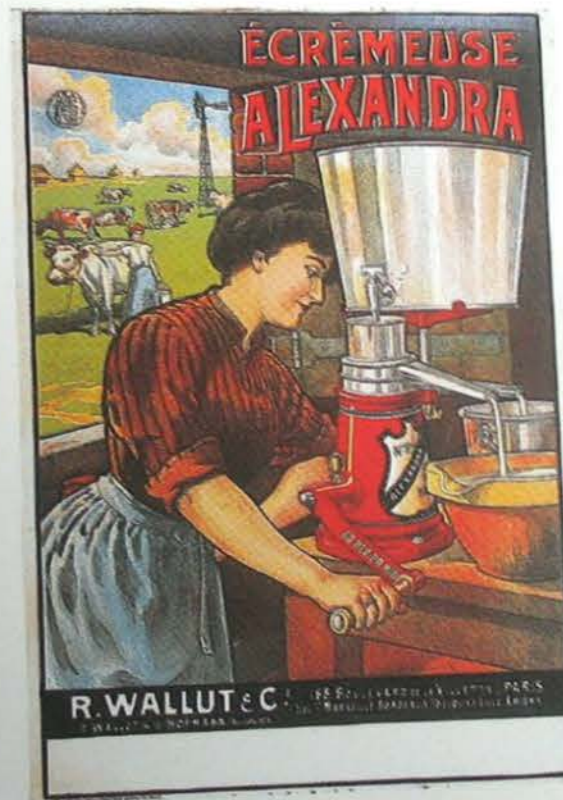
### 243- LIQUEUR DE BASILIC

Avec de 80 à 100 grammes de basilic frais, un litre d'eau de vie, 300 gram-

mes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer le basilic dans l'eau de vie pendant 1 à 2 jours, ajouter le sucre mouillé avec les 2 verres d'eau pour laisser faire encore une journée. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver toujours au frais.

### 244- Liqueur de Vaudenac

Avec une bonne poignée de feuilles de basilic frais et de différentes variétés du jardin, un litre d'alcool à 190°, 400 à





500 grammes de sucre et un litre d'eau. Faire macérer tous ces basilic dans l'alcool pendant la nuit, filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir au frais quelques mois avant de déguster cette liqueur de Provence.

#### 245- Liqueur maison

De tous temps on a pratiqué l'association du basilic avec toutes ou partie de ces plantes suivantes pour obtenir des liqueurs, élixirs ou ratafias qui portent des noms prestigieux comme : Chartreuse, Bénédictine, eau miraculeuse...

Ce sont : sarriette, hysope, mélisse, menthe, romarin, sauge, absinthe, angélique, fenouil, marjolaine, gènepi, rue, thym, serpolet, cerfeuil musqué, et d'autres encore que vous pouvez essayer.



## 29. Benoîte



#### 246- Infusion de la racine sèche

Avec 30 grammes de racine pour un litre d'eau bouillante, infusion à couvert 15 minutes. Prendre 3 fois par jour contre la fièvre.

#### 247- Vin de benoite I

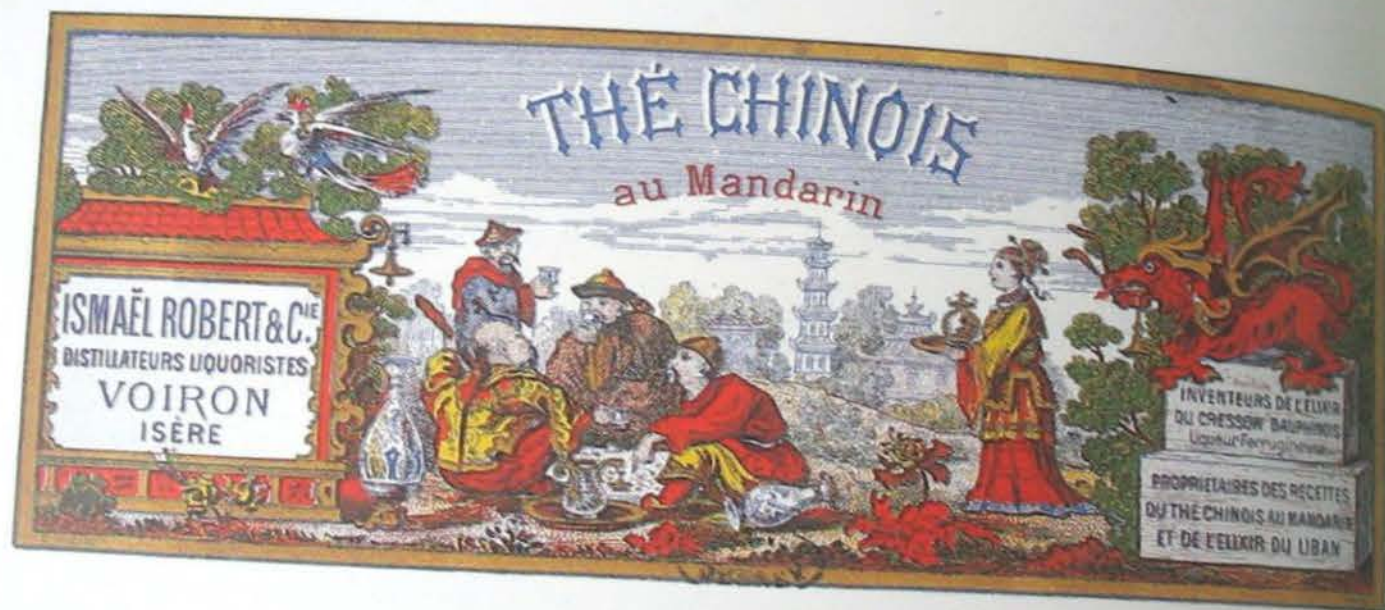
Avec 50 grammes de racine sèche, un litre de bon vin, blanc ou rouge et du sucre à volonté. On fait macérer la racine concassée dans le vin pendant 10 jours, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger avant de mettre en bouteilles pour conserver au frais.

**P**lante vivace qui peut atteindre la hauteur de 80 cm, avec un rhizome court, trapu et rugueux qui porte une tige grêle, velue et peu ramifiée avec des feuilles découpées avec des pointes aiguës, rassemblées en rosette par 5 ou 7, la terminale étant toujours plus grande. Les fleurs petites et de couleur jaune sont solitaires au sommet de la tige et donnent des fruits qui sont des akènes velus et crochus. On utilise la racine qui dégage un parfum de clou de girofle.



Avec 30 grammes de racine fraîche, un litre de vin blanc doux, un petit verre d'alcool et un peu de sucre si nécessaire. Faire macérer la racine fraîche coupée en morceaux dans le vin doux pendant une seule journée, filtrer, corriger en ajoutant un peu de sucre suivant votre goût et le petit verre d'alcool, bien mélanger avant de mettre en bouteilles pour laisser faire au frais, de 1 à 2 mois avant de déguster.

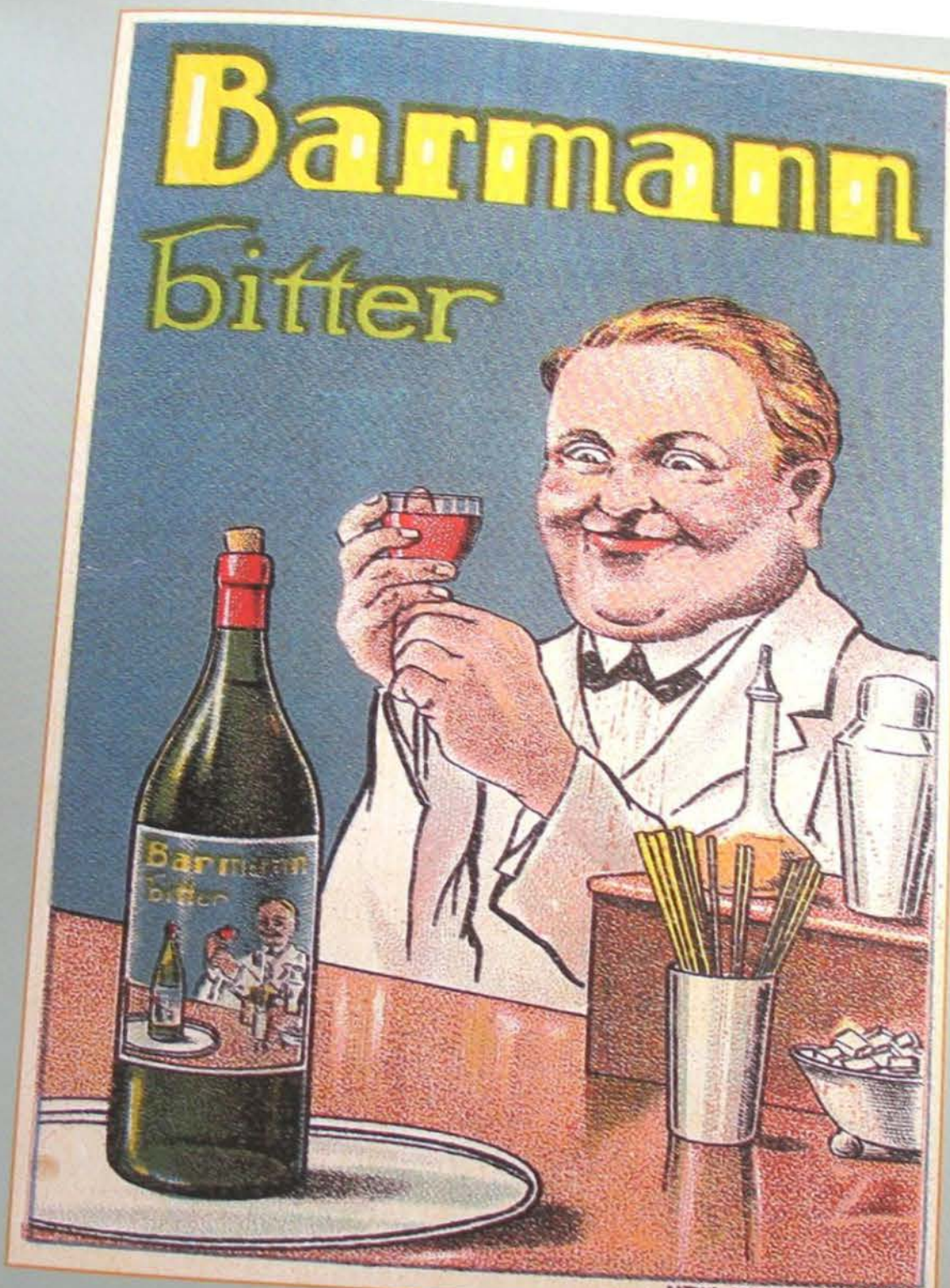
249- Liqueur de benoite  
 Avec 30 grammes de racine sèche, 1 litre d'eau, 100 grammes d'alcool à 90° et 200 grammes de sirop d'angélique. On fait bouillir la racine dans l'eau pour une réduction de moitié, filtrer et ajouter l'alcool et le sirop d'angélique, mettre en bouteilles et conserver au frais.



Bibliothèque Fomey.



92



# 30. Berce

**C'**est une grande plante vivace ou bisannuelle dont la tige principale peut monter jusqu'à une hauteur de 2 mètres. Cette tige est robuste, droite, creuse et velue. Elle porte de grandes feuilles découpées et crénelées qui sont de couleur verte sur le dessus et vert pâle dessous. Les fleurs petites et blanches sont rassemblées en de grandes ombelles planes et terminales de 10 à 20 rayons, atteignant parfois 30 cm de diamètre. Les fruits ou graines sont aromatiques avec une saveur qualifiée de acre. Il existe une variété géante, appelée grande berce ou berce du Caucase qui peut se développer à plus de 3 mètres dans toutes les dimensions, avec une ombelle qui approche les 40 cm. On peut utiliser toute la plante ici.

## 250- Infusion de graines

Avec de 20 à 30 grammes de graines de berce pour un litre d'eau bouillante, infusion 10 minutes.

## 251- Infusion berce, angélique

Pour adoucir l'âcreté de la berce, on ajoute de la semence d'angélique avec

par exemple 10 à 15 grammes de chaque plante.

Prendre 3 tasses par jour comme boisson tonique, stimulante et digestive.

## 252- Décoction de la racine

Avec 20 grammes de la racine, fraîche, découpée en rondelles, ou sèche concassée, pour un litre d'eau. A été utilisée comme vermifuge.

## 253- Bière de berce

On fait fermenter dans de l'eau tiède pendant un mois des feuilles écrasées, des tiges tronçonnées et des graines, filtrer, bien exprimer et sucrer légèrement avant de mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais cette bière à saveur acre qui faisait le bonheur des cosaques.

## 254- VIN DE BERCE

Avec 60 grammes d'un mélange de feuilles écrasées et de racine coupée, 1 litre de bon vin rouge et 150 grammes de sucre. On fait macérer la plante dans



le vin pendant toute une journée, filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger, mettre en bouteille et laisser faire de un à deux mois avant la dégustation.

## 255- Apéritif berce angélique

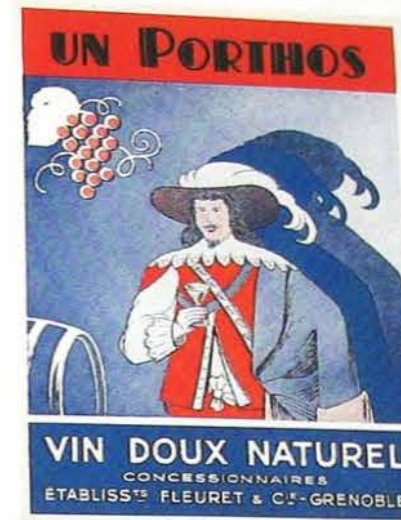
Avec un mélange de graines de berce et d'angélique, 30 grammes de chaque, 1 litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Macération des graines dans le vin pendant 2 à 3 jours, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

## 256- Liqueur de berce

Avec 60 grammes de la plante en mélange : racine, tige, feuille et graines, un litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau et de 500 à 750 grammes de sucre. Faire macérer la plante dans l'alcool pendant 2 jours, filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

## 257- Liqueur de Vaudenac I

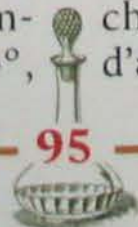
Avec des tiges tronçonnées de berce et d'angélique : 20 grammes de chaque, et des graines de ces 2 plantes : 15 grammes de chaque, 1 litre d'alcool à 90°,



500 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Macération des plantes, une nuit dans l'alcool, filtrer, ajouter le sirop, mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais.

## 258- Liqueur de Vaudenac II

On utilise les graines de berce en mélange avec d'autres plantes aromatiques pour obtenir une liqueur légèrement amère, stimulante et digestive : par exemple : berce, angélique, menthe, mélisse, 15 grammes de chaque ou : berce, angélique, anis, basilic, fenouil, marjolaine : 10 grammes de chaque plus un peu de cannelle. et d'autres encore en créant vos mélanges.





# 31. Bétoine



**P**lante vivace qui pousse dans lieux ombragés et humides avec une tige carrée et poilue de 50 cm de hauteur environ. Les feuilles sont ovales à pétiole long à la base de la plante pour finir par disparaître au sommet de la tige. Les fleurs, petites, sont groupées en épi terminal et de couleur pourpre. Les fruits, petits, sont ovoïdes. La racine est coudée, fibreuse, chevelue et de couleur brunâtre. On utilise la racine, les feuilles et les fleurs.

## 259- Infusion de la racine

Avec 30 grammes de la racine coupée en tranches pour un litre d'eau

bouillante. Infusion 10 minutes. Prendre 2 à 3 tasses par jour, légèrement purgative.

## 260- Sirop de bétoine

Avec 50 grammes de feuilles, 1/2 litre d'eau et 400 grammes de sucre. Faire infuser la plante dans l'eau bouillante pendant 1/2 heure, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu encore 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 261- Vin de bétoine

Avec 100 grammes de la plante (feuilles, tige, et même racine), un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Faire bouillir la plante dans le vin pendant 5 minutes, couvrir et laisser infuser 2 heures, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais avant la dégustation.



96

# 32. Betterave



lendemain écraser le tout puis filtrer et bien exprimer le jus à travers un linge propre ou alors passer au mixer. Prendre ce jus plusieurs fois par jour, convient bien aux anémiés et déminéralisés.

## 263- Sirop de betterave

Avec du jus de betterave qui est sucré naturellement et du sucre. Pour un litre de jus il faut environ 500 grammes de sucre, bien mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur les bords du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 264- VIN DE BETTERAVES

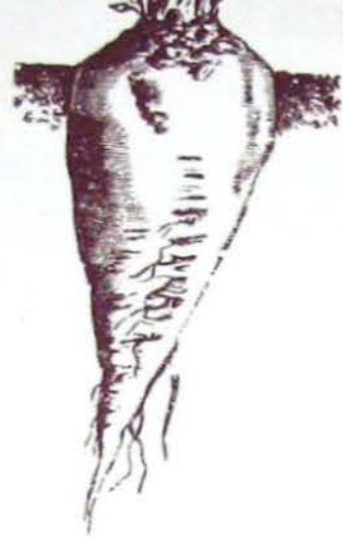
Avec un litre de bon vin rouge, 250 grammes de betterave rouge et du sucre à volonté. couper la betterave en fines tranches pour la faire macérer dans le vin rouge pendant une semaine, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 1 à 2 mois avant la consommation.

**P**lante potagère très connue, la betterave pousse avec de grandes feuilles ovales, portées par de longs pétioles, sur une racine pivotante, charnue, de forme ronde, ovale ou allongée et de couleur rouge, jaune ou blanche suivant la variété. Elle est très utilisée à la cuisine, mais on peut en faire des boissons car elle contient beaucoup de sucre et de vitamines.

## 262- Jus de betterave rouge

Couper en fines tranches des betteraves bien mûres, recouvrir avec un peu d'eau et laisser faire toute une nuit. Le

97



... en fines tranches et recouvrir d'eau pour laisser fermenter une semaine en remuant tous les jours. Filtrer et bien exprimer tout le jus, ajouter le sucre, l'acide tartrique et le reste d'eau, mélanger et laisser fermenter encore 20 jours, soutirer, mettre en bouteilles bien bouchées et laisser vieillir au frais de 3 à 4 mois avant la dégustation.

### 267- Liqueur de betterave

Avec un litre d'eau de vie, 200 à 300 grammes de betterave rouge et du sucre. Faire macérer les tranches de betterave dans l'eau de vie pendant une semaine à 10 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Bien mélanger. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques temps.

### 268- Liqueur de Vaudenac

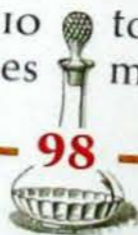
Avec 300 grammes de betterave rouge, 1 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1 litre d'eau pure. Faire macérer la betterave en tranches fines dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure le sucre dans l'eau, mélanger, mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 265- Vin de betterave à l'ancienne

Placer dans une grande bassine de nombreuses tranches de betterave rouge et recouvrir avec de l'eau tiède. Fermer avec un couvercle ou avec un grand linge pour laisser fermenter au chaud pendant une semaine. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Sucrez suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles bien bouchées pour laisser faire un bon mois avant la dégustation.

### 266- Vin du Nord

Avec un 1 kg de betteraves rouges, 1 kg de pommes, 200 grammes de sucre, 3 grammes d'acide tartrique et 10 litres d'eau. Couper les betteraves et les



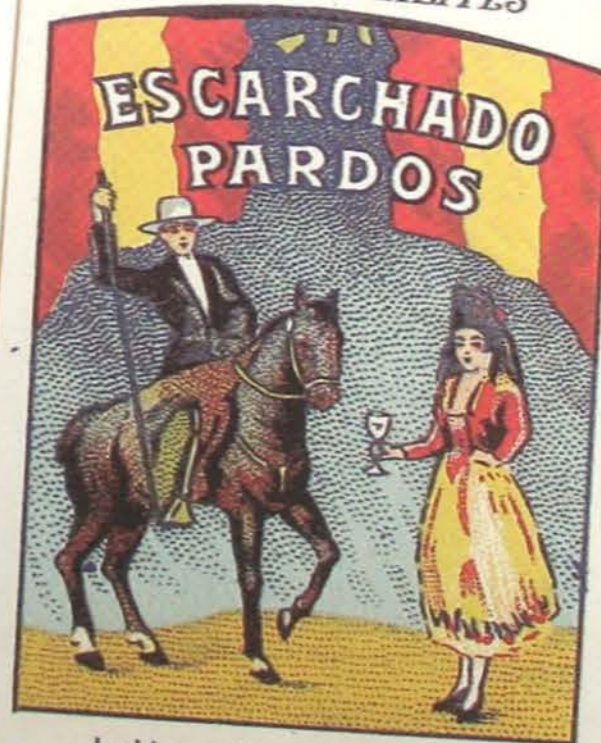
## 33. Blé

**D**e la famille des graminées, c'est une plante annuelle qui possède une tige dressée, simple et noueuse qui peut monter à plus de un mètre de hauteur. Les feuilles longues et fines forment une gaine autour de la tige. Les fleurs poussent en épi serré au sommet de la tige pour donner des fruits ou graines que l'on utilise pour faire de la farine.

### 269- Vin de blé

Avec 1 kg de blé, 5 litres d'eau, 1 verre de miel liquide, 2 verres de thé et un peu de levure. Faire tremper le blé toute une nuit dans l'eau, puis le faire cuire pendant 1/2 heure, filtrer et bien exprimer tout le jus, ajouter le miel, le thé et la levure à froid, pour laisser fermenter dans un endroit tiède pendant 2 à 3 mois, puis mettre au frais un moment avant de soutirer et de mettre en bouteilles bien bouchées. Si le résultat paraît trop fade on peut ajouter du sucre.

VINS FINS. SPIRITUEUX. & SIROPS  
LA BERNARDINE  
Grande Liqueur  
NOS SPÉCIALITÉS



LA VIEILLE LIQUEUR ANDALOUSE  
GENTIANE & KINA BERNARD  
VIEILLE FINE \*\*\*

## 34. Bleuet

**D**e la famille des composées, c'est une jolie plante annuelle qui pousse dans les champs de céréales avec le coquelicot. Sa tige couverte de duvet se dresse à 60 cm de hauteur avec des feuilles fines et allongées et des fleurs magnifiques qui poussent en capitules, de couleur bleu. Ces fleurs ont toujours été utilisées pour soigner les yeux.

### 270- Décoction de bleuet

Avec une poignée de fleurs dans un litre d'eau. Cuisson pendant 10 minutes, puis couvrir et laisser refroidir. Prendre de 2 à 3 tasses par jour et sucrer au miel pour calmer la toux.

### 271- Bière parfumée au bleuet

Faire bouillir pendant 5 à 10 minutes des feuilles de bleuet dans de la bière de ménage légère. Laisser refroidir, filtrer et mettre en bouteilles pour boire frais cette bière de l'ancien temps aux vertus apéritives.



## 35. Bouillon blanc

**C**'est une plante bisannuelle à racine pivotante et dure qui possède une tige raide, droite et cylindrique qui monte jusqu'à 2 mètres de hauteur et qui est couverte d'un duvet épais et grisâtre. Les feuilles sont grandes, ovales et épaisses et les fleurs caractéristiques, rassemblées en épi terminal, imposant, comme un grand cierge, très compact, sont de couleur jaune et recouvertes de petits poils, très mellifères. Elles vont s'ouvrir progressivement pendant l'été. On utilise toutes ces fleurs qui ont beaucoup de propriétés.

### 272- Décoction de feuilles

Avec 10 grammes de feuilles sèches et brisées pour un litre d'eau.

### 273- Décoction de fleurs de bouillon blanc

Avec 10 à 30 grammes de fleurs pour un litre d'eau. Infusion à couvert pendant 10 minutes.





Dans les 2 cas toujours filtrer et bien passer pour éliminer les petits poils qui sont désagréables dans la gorge et sucrer au miel. Prendre 2 à 3 tasses par jour pour soigner les affections respiratoires.

#### 274- Décoction aux 4 fleurs

Avec un mélange de bouillon blanc, de coquelicot, de mauve et de tussilage, toujours dans le même procédé.

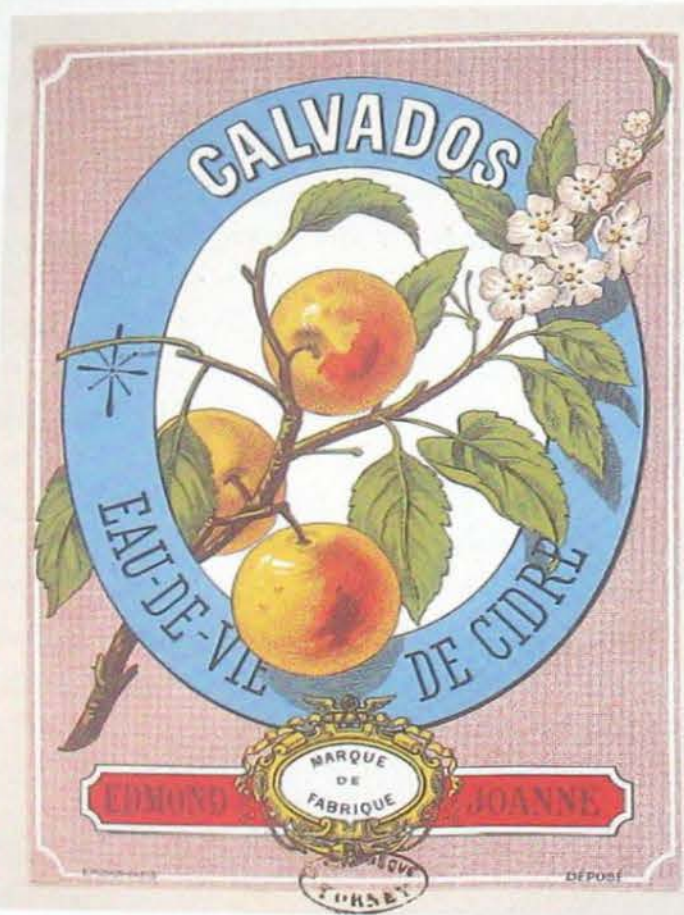
#### 275- Décoction à l'ancienne

Avec un mélange de bouillon blanc, mauve, tussilage et plantain, 5 grammes de chaque pour un litre d'eau. Infusion à couvert 15 minutes.

Toujours bien filtrer et sucrer au miel pour calmer la toux.

#### 276-LIQUEUR DE BOUILLON BLANC

Ramasser avec patience des fleurs de bouillon blanc au fur et à mesure de leur épanouissement pour remplir un grand bocal. Recouvrir avec un litre d'alcool à 90° et laisser macérer un mois. Filtrer deux fois pour éliminer ces petits poils et obtenir une macération limpide. Ajouter alors un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 500 grammes de sucre dans un litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger à froid avant de mettre en bouteilles pour laisser reposer 3 mois au frais, et déguster pendant l'hiver par exemple.



Bibliothèque Forney.



## 36. Bouleau

**A**rbre commun des bois et des forêts humides qui peut donner, suivant les conditions, un arbrisseau fragile ou un grand arbre de plusieurs mètres de hauteur avec des rameaux fins et fragiles. L'écorce est toujours blanche ou grise et les feuilles peuvent prendre des formes différentes : ovale, triangulaire ou en losange, mais toujours dentées. Les fleurs sont réunies en chatons qui donnent des fruits petits et légèrement aplatis. On utilise l'écorce, les feuilles, la sève et les bourgeons.

#### 277- Décoction de feuilles

Avec de 30 à 60 grammes de feuilles sèches pour un litre d'eau. Décoction de 10 minutes.

#### 278- Décoction composée

Avec des feuilles de : bouleau, ortie, achillée millefeuille, cresson et quelques grains de genièvre (10 minutes).

#### 279- Décoction de l'écorce

On utilise l'écorce de bouleau réduite en poudre, à raison de 20 à 50 grammes pour un litre d'eau.

#### 280- Décoction de bourgeons

Avec de 100 à 200 grammes de bourgeons récoltés au printemps pour un litre d'eau. Porter à ébullition et laisser réduire doucement.

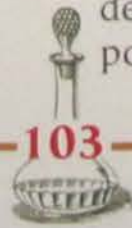
Dans tous les cas, prendre de 2 à 3 tasses par jour comme cure dépurative de printemps et diurétique.

#### 281- Sève de bouleau

Pour récolter cette sève, il faut faire un trou horizontal dans le tronc du bouleau à un mètre du sol environ, puis enfoncer un tuyau de paille pour guider la sève vers un récipient attaché au tronc ou posé à terre et recouvert d'une gaze pour filtrer et éviter la venue des insectes. Cette sève qui est légèrement acidulée et douce car faiblement sucrée, se prend comme boisson dépurative et diurétique.

#### 282- Sirop de sève de bouleau

On ajoute à cette sève, plus ou moins de sucre, suivant le goût de chacun, pour faire cuire à petit feu pendant 10



minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur les bords du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais pour remplacer le sucre dans les fromages blancs par exemple.

### 283- Vin d'écorce de bouleau

Avec 60 grammes d'écorce de jeunes branches de bouleau, 1 litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Faire macérer l'écorce dans le vin pendant 15 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser reposer quelques temps au frais avant la dégustation.

### 284- Vin de feuilles de bouleau

Avec 50 grammes de feuilles sèches de bouleau, 1 litre de bon vin rouge et du sucre. Verser le vin rouge bouillant sur les feuilles, couvrir le récipient et laisser infuser pendant 20 minutes, filtrer, ajouter un peu de sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 285- Vin des Cours

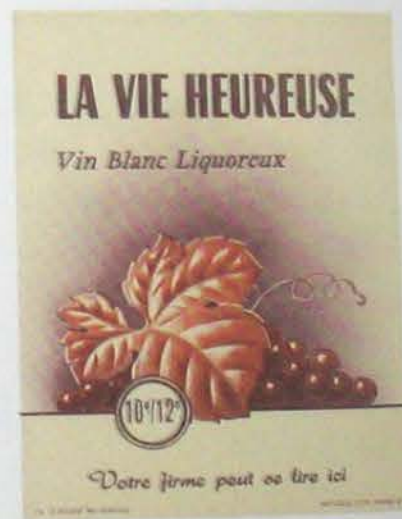
C'est un vin panaché avec une infusion dans le vin rouge bouillant d'un mélange de feuilles de bouleau et de genet (2 parts pour 1); même recette.

### 286- Vin du Lautaret

Avec 100 grammes de sève de bouleau pour un litre de vin rouge et du sucre à volonté. Bien mélanger le tout, mettre en bouteilles et laisser reposer de 2 à 3 mois au frais avant la dégustation de cet apéritif original.

### 287- Vin du Nord

Avec 10 litres de sève de bouleau, 1 kg de miel, des raisins secs et quelques aromates comme : cannelle, muscade ou girofle. On laisse fermenter le tout dans un récipient fermé pendant 3 à 4 semaines, puis on soutire pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais cette boisson pétillante, sucrée et un peu acidulée, véritable champagne des pays nordiques.



## 37. Bourrache



**P**lante annuelle qui pousse dans les jardins et les lieux cultivés avec une tige raide, droite, creuse et cylindrique, garnie de poils rudes et courts. Les feuilles sont grandes et ovales, ridées et couvertes de poils comme la tige, les premières étant couchées sur la terre. Les fleurs sont disposées en panicules, en forme d'étoile à 5 branches, de couleur pourpre au début pour devenir d'un joli bleu à bleu foncé, parfois rose, en pleine floraison. Elles donnent de petits fruits et de nombreuses graines petites et noires. On utilise les feuilles et les fleurs.

### 288- Infusion de fleurs

Avec de 20 à 50 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Toujours sucrer au miel et prendre de 3 à 4 tasses par jour contre la toux et les maux de gorge.

### 289- Infusion composée

Prendre la fleur de bourrache en association avec la fleur de bouillon blanc, mauve, coquelicot et tussilage.

### 290- Décoction de feuilles

Avec de 20 à 40 grammes de feuilles sèches et broyées pour un litre d'eau. Émolliente, diurétique et sudorifique, à prendre contre les affections des voies respiratoires.

### 291- Décoction des feuilles de bourrache

En association avec de la racine de bardane fraîche ou un peu de camomille. Toujours sucrer au miel et prendre de 4 à 5 tasses par jour, très chaud, pour prévenir toux, grippe et coqueluche.



### 292- SIROP DE FLEURS DE BOURRACHE

Avec 60 grammes de fleurs de bourrache, un litre d'eau et 500 grammes de sucre. On fait infuser pendant 1/2 heure les fleurs dans l'eau bouillante, puis filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire l'été accompagné d'eau fraîche.

### 293- Vin de fleurs de bourrache

Avec 50 grammes de sommités fleuries de bourrache sèches, un litre de bon vin blanc sec et du sucre à volonté. On fait macérer les sommités bien écrasées dans le vin pendant 10 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 294- Liqueur de bourrache

Avec 60 à 80 grammes de fleurs de bourrache, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer les fleurs dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, puis ajouter le sucre mouillé avec les 2 verres



d'eau, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

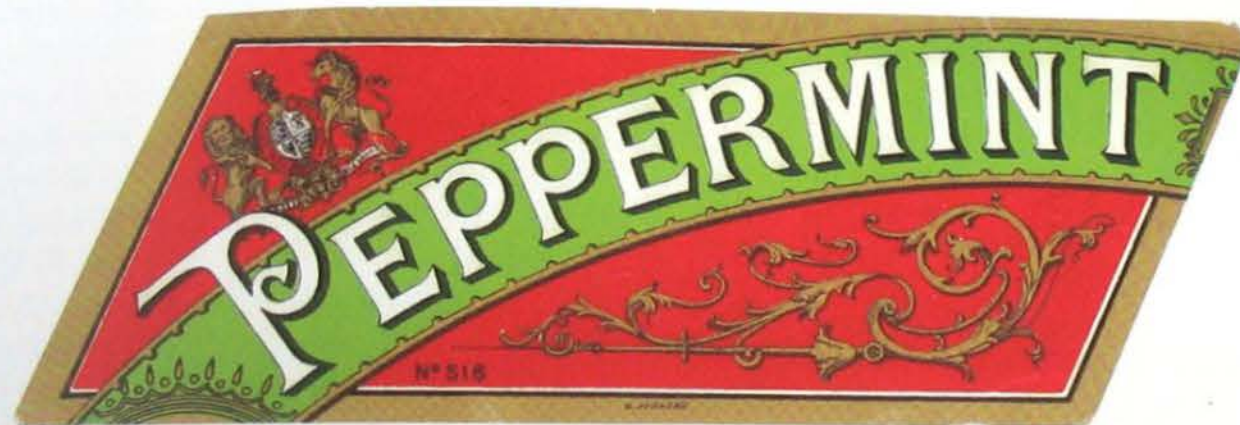
### 295- Liqueur de Vaudenac

Avec 80 à 100 grammes de fleurs, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les fleurs dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir quelques mois avant la dégustation, toujours bien frais.

Remarque : *comme pour le bouillon blanc, au moment du filtrage, il faut insister et même passer la préparation dans un tamis ou une gaze pour éliminer les petits poils qui sont désagréables dans la gorge pendant la dégustation.*



## 38. Bourse à pasteur



**D**e la famille des crucifères, c'est une petite plante annuelle et commune des lieux incultes qui pousse avec une tige grêle et fine de 50 cm de hauteur, des feuilles découpées et ovales, rassemblées en rosette au bas de la tige et des petites fleurs blanches en bouquet au sommet, qui donnent des fruits qui ont la forme d'un cœur renversé, ce qui a donné le nom à la

plante. On utilise seulement les feuilles fraîches que l'on récolte toujours avant la floraison.

### 296- Infusion de feuilles

Avec de 50 à 60 grammes de la plante fraîche pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser à couvert pendant 2 heures, prendre 3 à 4 tasses par jour pour régulariser les menstruations.



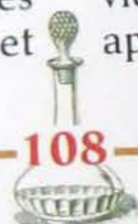


### 297- Sirop de bourse à pasteur

Avec 100 grammes de la plante fraîche, un litre d'eau bouillante et 250 grammes de sucre. Faire une longue infusion de la plante dans l'eau bouillante. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, sinon, reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 298- Vin de bourse à pasteur

Avec 200 grammes de feuilles fraîches, un litre de bon vin blanc sec et



du sucre à volonté. Faire macérer les feuilles fraîches coupées en morceaux dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 299- Vin de Lucie de Pontevès

Avec 150 grammes de feuilles fraîches, un litre d'un bon vin rouge de bordeaux, un petit verre d'eau de vie et du sucre. On fait macérer la plante coupée en morceaux dans le vin pendant une semaine. On ajoute le verre d'eau de vie et 200 grammes de sucre pour laisser faire encore de 2 à 3 jours. Filtrer, rectifier le sucre si nécessaire, mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster dans les mois qui suivent.

### 300- Apéritif rapide de bourse à pasteur

Avec 60 grammes de feuilles sèches de bourse à pasteur, un litre de bon vin rouge et du sucre. Faire bouillir pendant 10 minutes les feuilles sèches brisées de bourse à pasteur dans le vin rouge. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et mettre en bouteilles pour commencer à boire le lendemain bien frais; mais il est recommandé de laisser vieillir quelques temps pour obtenir un apéritif de qualité.

## 39. Bruyère

**C**'est une jolie plante ou arbrisseau qui pousse en touffes arrondies ou en tapis serrés, pouvant atteindre quelques cm de hauteur, mais plus généralement de 1 à 2 mètres en terrain favorable, souvent dans des terrains incultes. Les feuilles sont petites, parfois minuscules et très serrées, à verdure persistante. Les fleurs, caractéristiques, sont rassemblées en épis ou en grappes de couleur rose lilas. On utilise les fleurs fraîches ou que l'on a fait sécher facilement à l'ombre et au courant d'air.

### 301- Décoction de fleurs

Avec de 10 à 30 grammes de fleurs fraîches ou sèches pour un litre d'eau. Faire réduire de moitié et sucrer au miel.

### 302- Décoction composée

Plus généralement, on préfère ajouter aux fleurs de bruyère, des fleurs d'aspérule odorante, dans les mêmes proportions. Toujours sucrer au miel pour obtenir une boisson agréable, apéritive et diurétique. À boire plusieurs fois par jour.

### 303- VIN DE FLEURS

Avec 50 grammes de fleurs, un litre de bon vin rouge, quelques grains de genièvre et du sucre à volonté. Faire macérer les fleurs de bruyère dans le vin avec le genièvre pendant 10 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 304- Vin du Revest des Brousses

Avec des fleurs de bruyère, des fleurs d'aspérule odorante séchées et des baies de genièvre concassées (15 grammes de chaque), un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. On fait macérer toutes les plantes

dans le vin pendant 10 à 15 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant quelques mois avant la dégustation.



# 40. Cacaoyer



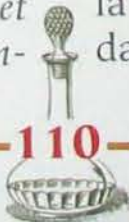
cipales branches, pour donner rapidement des gros fruits jaunes ou rouges qui peuvent arriver au poids de 500 grammes et contenir un nombre important d'amandes ou fèves. C'est le cacao que l'on va torréfier comme le café, puis le broyer et le mélanger à du sucre et à des aromates pour obtenir le chocolat.

## 305- LIQUEUR DE CACAO

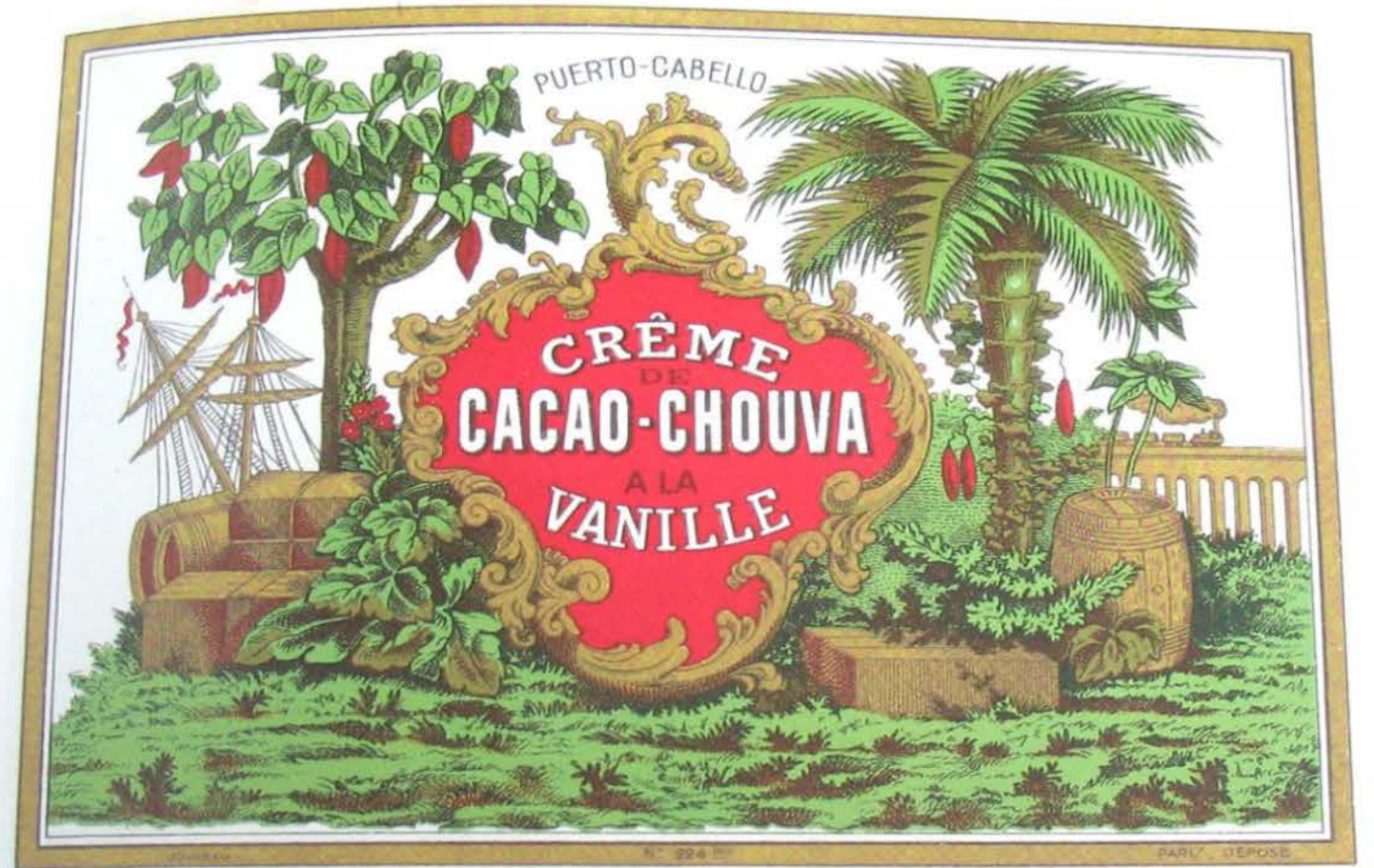
Avec 200 grammes de cacao torréfié, 1/2 litre d'alcool, 200 grammes de sucre, 1/2 litre d'eau et un peu de vanille. On fait macérer les grains de cacao avec la vanille dans l'alcool pendant 20 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 306- Liqueur des îles

Avec 250 grammes de cacao pur sucre, un litre d'alcool à 90°, 800 grammes de sucre, une gousse de vanille et un litre d'eau. Faire macérer le cacao et la vanille dans l'alcool pendant 15 jours dans un endroit frais. Filtrer, puis pré-



**C**'est un arbre délicat qui peut atteindre la hauteur de 8 mètres. Le tronc a une écorce brune. Les branches portent des feuilles nombreuses, grandes, allongées, en forme de croissant de lune et de couleur cuir fauve. Les fleurs poussent toute l'année et naissent directement sur le tronc et les prin-



BENOIT SERRES



Distillateur, VALENCE D'AGEN (T&G)  
Hors Concours - Membre du Jury

parer le sirop en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Laisser réduire à 1/2 litre. Mélanger le sirop et la macération. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster dans les mois qui suivent.

## 307- Liqueur amère

Avec 5 cuillerées à soupe de chocolat amer en poudre, 1 litre de lait, 500 grammes de sucre, 5 jaunes d'œufs et 1/2 litre d'alcool à 90°. Batre fortement les jaunes d'œufs, ajouter le chocolat et le







sucre. Bien mélanger pour obtenir une crème homogène. Compléter avec le lait, porter à ébullition pendant 2 à 3 minutes, laisser refroidir, ajouter l'al-

cool, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelques temps avant la dégustation .



## 41. Caféier



dain un arbre recouvert de neige jasminée. Les fruits ressemblent à des cerises de couleur rouge pourpre, on les cueille à maturité pour les faire sécher lentement au soleil, ainsi la pulpe va éclater et libérer les grains de café qui sont verts. C'est la méthode de la torréfaction qui permet d'obtenir le café que nous utilisons ici.

### 308- Décoction de café ou café turc

On fait chauffer de l'eau déjà sucrée. Quand l'eau va bouillir, on y jette la poudre de café (en principe une petite cuillerée par personne). Dès que le café monte, on le retire de la flamme. Le café va faire de la crème, on le remet alors sur le feu pour recommencer l'opération, et ainsi trois fois de suite. Le café crémeux est prêt à boire, très chaud.

### 309- Café à la vapeur

**A**rbuste ou plante tropicale qui pousse à l'abri des grands arbres de la forêt avec des feuilles ovales et serrées d'un joli vert brillant et des fleurs nombreuses qui s'épanouissent ensemble, ce qui donne sou-

À la vapeur et sous pression, on utilise du café moulu, ultra fin. Toute la saveur du café est ainsi exprimée. C'est le café express au percolateur, encore appelé espresso ou café italien.



### 310- Infusion de café

Il suffit d'installer un filtre rempli d'une ration individuelle d'un bon café moulu sur une tasse et de verser sur le café, en une seule fois, de l'eau bouillante. Pour les connaisseurs, c'est le meilleur des cafés

### 311- Café viennois

C'est un café sucré, refroidi au réfrigérateur, complété de 2 cuillerées à soupe de lait froid par personne. Bien mélanger et recouvrir avec un dôme de crème fouettée et sucrée.

### 312- Café liégeois

Avec, pour 2 personnes : 1 verre de café très fort, 1 verre de lait, 100 grammes de sucre en poudre et de la crème Chantilly. On mélange bien le tout pour placer au réfrigérateur. Servir glacé avec un petit chapeau de crème.

### 313- Sirop de café

Avec 150 grammes de café en poudre, 300 grammes d'eau bouillante et 700 grammes de sucre. On fait infuser le café avec l'eau bouillante, ajouter le sucre, bien mélanger, laisser refroidir et mettre en bouteilles pour utiliser comme boisson fraîche avec de l'eau,



dans certains cocktails et différentes boissons.

### 314- Café long drink

Servir, aussitôt faite, une infusion de café fort sur des cubes de glace, ou alors utiliser le sirop de café glacé.

### 315- Vin de café

Avec 10 litres de vin blanc, 5 litres de jus de raisins blancs, 1 verre d'infusion de café grillé, 1 verre d'infusion de clous de girofle, 1 verre de mélasse et 1 verre de liqueur de brou de noix. Mélanger tous les ingrédients, faire cuire à petit feu pour laisser réduire de moitié. Bien mélanger et laisser reposer jusqu'à clarification. C'est le moment de soutirer et de mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 316- Liqueur de café

Avec 100 grammes de café torréfié, 6 amandes amères, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 2 grands verres d'eau. Faire macérer dans l'alcool pendant 15 jours les grains de café et les amandes amères concassés. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant cuire à petit feu le sucre mouillé avec les verres d'eau, pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien



mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 316 bis- Liqueur de café

Faire bouillir pendant 5 minutes 150 grammes de café dans un litre d'eau. Filtrer et bien exprimer le café dans un linge propre, ajouter un litre d'eau de vie, 1 kg de sucre en poudre et un bâton de vanille pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer à nouveau, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais avant de déguster.

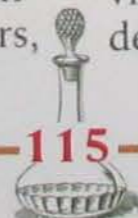
### 317- Ratafia de café

Avec 250 grammes de café en poudre, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Faire macérer le café en poudre dans l'eau de vie pendant 10 jours en agitant tous les jours,

filtrer et tamiser cette macération en utilisant une fine gaze. Ajouter alors le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser reposer au moins 15 jours avant la dégustation.

### 318- LIQUEUR 44, ORANGE CAFÉ

Avec une orange, 44 grains de café, 44 sucres et 1/2 litre d'eau de vie. On introduit les 44 grains de café dans la peau de l'orange et on recouvre avec l'eau de vie pour laisser macérer pendant 44 jours. Filtrer, presser fortement l'orange pour exprimer tout le jus de la macération, ajouter le sucre, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster.



# 42. Camomille



découpées, aiguës, de couleur vert blanchâtre. Les fleurs poussent en capitules à l'extrémité des rameaux, en forme de pompon avec un cœur bombé de couleur jaune d'or et des pétales blancs. Toute la plante est parfumée avec une légère odeur de pomme. On utilise surtout les fleurs de la camomille romaine que l'on fait sécher lentement à l'ombre.

### 319 — Infusion de camomille

Avec 30 grammes de fleurs sèches pour un litre d'eau bouillante. Infuser 10 minutes.

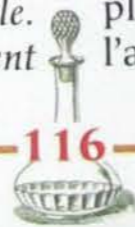
### 320- Infusion légère

Avec de 10 à 15 grammes de fleurs sèches pour un litre d'eau bouillante. On peut servir avec quelques gouttes de jus de citron et du sucre

### 321- Infusion composée

Pour masquer la légère amertume de la camomille que certains trouvent déplaisante, on peut lui associer des plantes aromatiques comme l'anis vert, l'angélique, la menthe ou la réglisse.

C'est une plante vivace, à port étalé, qui pousse dans les terrains secs et sablonneux, avec une tige rampante et parfois couchée sur la terre, qui paraît fragile. Les feuilles sont nombreuses, finement



Prendre de 2 à 3 tasses par jour comme tonique, stimulant et fébrifuge et en général pour ouvrir l'appétit.

### 322- Infusion camomille et bourrache

À raison de 10 grammes de chaque fleur pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes à 1/4 d'heure. Prendre 3 à 4 tasses par jour pour prévenir les affections des voies respiratoires et en particulier la grippe.

### 323- Sirop de camomille

Avec les proportions de : une part de fleurs, 2 parts d'eau et 3 parts de sucre; ce qui donne pour un litre de sirop prêt à l'utilisation : 3/4 de litre d'eau, 100 à 150 grammes de fleurs sèches et 1,200 kg de sucre. Faire infuser les fleurs dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu environ 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant; sinon, reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 324- Sirop à l'ancienne

Avec 500 grammes de fleurs fraîches, 2 litres d'eau et 1,500 kg de sucre. Laisser infuser les fleurs dans l'eau pen-

dant toute une nuit. Le lendemain, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre, ajouter le sucre et faire cuire doucement pour obtenir un sirop épais. Vérifier à nouveau sa consistance. Toujours mettre en bouteilles propres et conserver au frais.

### 325- Vin de camomille

Avec 1 litre de bon vin blanc sec, 40 fleurs de camomille, 40 morceaux de sucre, 1 petit verre de rhum et une gousse de vanille. On fait macérer le tout pendant 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 326- Apéritif à la camomille

Avec 50 grammes de fleurs, 1 litre d'un bon vin blanc ou rouge et du sucre à volonté. Faire macérer les fleurs dans le vin pendant 1 mois. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

### 327- Apéritif citron camomille

Avec 30 fleurs, le zeste d'un citron, 10 grammes d'écorce d'orange amère, 2 cuillerées à café de thé, 30 à 40 sucres, un petit verre d'alcool et un litre de vin blanc sec. On fait macérer les fleurs



**CAMOMILLE**

**LIQUEUR DE DESSERT**      **HYGIÉNIQUE ET DIGESTIVE**

**VICTOR**      **FEROTIN & CO.**  
DISTILLATEURS

**GRENABLE**

IMP. E. BAELDE - POITIERS

avec les aromates, citron, orange et thé dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer, ajouter l'alcool et le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps.

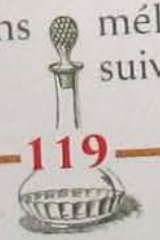
**328- Apéritif camomille orange**  
Avec 40 grammes de fleurs de camomille, 40 grammes d'écorce d'orange amère, une gousse de vanille, 40 sucres, un petit verre de rhum et un litre de vin blanc sec. On fait macérer les fleurs, l'orange et la vanille dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer, ajouter le rhum et le sucre, bien mélanger, mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais.

**329- APÉRITIF CAMOMILLE GENTIANE**  
Avec 40 fleurs de camomille, 20 grammes de racine de gentiane, une gousse de vanille, 40 sucres, un verre de rhum et un litre de vin blanc sec. On fait macérer les fleurs, la racine de gentiane coupée en tranches fines et la vanille dans le vin blanc pendant 2 à 3 journées. Filtrer, ajouter le rhum ou de l'eau de vie et le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais avant de déguster dans quelques mois.

**330- Apéritif «miracle».**  
**Recette du Moyen Âge**  
Pour un litre de bon vin rouge ou blanc, il faut 20 fleurs de camomille, 30 à 40 morceaux de sucre, un grand verre d'eau de vie parfumée, une écorce d'orange et une cuillerée à café de chicorée. On fait macérer le tout dans un bocal pendant 24 heures au frais. Filtrer et bien exprimer tout le jus de la macération dans un torchon. Mettre en bouteilles pour conserver au frais cet apéritif qui avait la réputation d'être aphrodisiaque, d'une jolie couleur cuivrée.

**331- Vermouth maison**  
Avec un litre de vin blanc, rosé ou rouge, un verre d'eau de vie, 40 grammes de fleurs de camomille, 40 morceaux de sucre et quelques zestes d'orange amère. Faire macérer dans le vin les fleurs et les zestes pendant 2 journées. Ajouter le sucre et l'eau de vie et laisser faire encore un mois. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir de 1 à 2 mois au frais avant de déguster.

**332- Vermouth à l'ancienne**  
Avec un litre de vin blanc, un petit verre d'eau de vie bien parfumée et un mélange de tout ou partie des plantes suivantes pour un poids total de 40 à 50



## Crème de **MENTHE**



JOURNEAU

N°337

PARIS DÉPOSÉ

grammes : camomille, romarin, sarriette, sauge, serpolet, santoline, fenouil, angélique, marjolaine, basilic, menthe, mélisse, thym, aubépine, lavande laurier, achillée millefeuille...

On fait macérer les plantes dans le vin blanc pendant un mois. Filtrer, ajouter l'eau de vie, du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et déguster des mois plus tard.

### 333- Liqueur de camomille

Avec un litre d'alcool à 90°, 50 grammes de fleurs de camomille seules ou en mélange avec des plantes de la liste du vermouth à l'ancienne précédent, 800 grammes de sucre et un litre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant une semaine à 10 jours. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure; bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois pour une bonne dégustation.



120

## 43. Cannelier

C'est un arbre toujours vert de 10 mètres de hauteur environ avec un tronc lisse et une écorce grisâtre. Ses nombreux rameaux portent des feuilles persistantes, de forme ovale, lisses et luisantes. Les fleurs sont disposées en grappes terminales; elles sont petites et de couleur blanche ou jaune verdâtre et dégagent une odeur désagréable. Le fruit est une baie ovale qui rappelle le fruit du laurier. Mais c'est la seconde écorce des branches et des jeunes pousses que l'on utilise, découpée, séchée au soleil. Elle s'enroule, devient de couleur rousse et dégage une saveur aromatique particulière et très appréciée. On utilise ici ces écorces ou bien la poudre, c'est la *cannelle*.

### 334- Sirop de cannelle

Avec 250 grammes d'eau distillée de cannelle et 250 grammes d'eau de

mélisse pour 1 kg de sucre. Cuire au bain-marie le sucre dans l'eau de mélisse pour obtenir une crème épaisse. Ajouter l'eau distillée de cannelle, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



### 335- Vin de cannelle I

Avec 60 grammes de cannelle, un litre de vin blanc sec et du sucre à volonté. Faire macérer la cannelle dans le vin pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 336- VIN DE CANNELLE II

Avec 60 grammes de cannelle en poudre ou 6 bâtons, 30 grammes de vanille et un litre de vin doux (frontignan par exemple). Faire macérer le tout pendant 48 heures,



121

filtrer et corriger le sucre si nécessaire. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.

### 337- Vin de Vaudenac

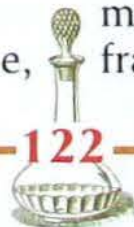
Avec 6 à 8 bâtons de cannelle, 1 gousse de vanille, un peu de macis, un litre de bon vin blanc sec, un petit verre de rhum et du sucre. On fait macérer les aromates dans le vin pendant une semaine. Filtrer, ajouter le rhum et du sucre suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais et déguster dans 2 à 3 mois.

### 338- Apéritif de Marie-Laure

Avec 10 grammes de cannelle, 5 grammes de clous de girofle, 2 grammes de macis, un petit verre d'eau de vie, un litre de bon vin blanc ou rouge et du sucre. On fait macérer les aromates dans le vin pendant 3 à 4 jours. Filtrer, ajouter le verre d'eau de vie, du sucre suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et commencer à déguster un mois après.

### 339- Liqueur de cannelle I

Avec de 8 à 10 bâtons de cannelle,



1/2 litre de rhum, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer les bâtons de cannelle broyés en morceaux dans le rhum pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau, 10 minutes environ; bien mélanger avant de mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois.

### 339- Liqueur de cannelle II

Avec 100 grammes de cannelle en poudre, 1 gousse de vanille, un litre d'eau de vie, 250 à 300 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. On fait macérer la cannelle et la vanille dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 340- Liqueur des îles

On fait macérer dans 1/2 litre d'alcool à 90° les épices et aromates suivant : 50 grammes de cannelle, 1 gousse de vanille, 2 grammes de coriandre, de girofle et de macis, pendant 10 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre 1 kg de sucre dans 1/2 litre d'eau pendant 10 minutes. Mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster dans trois mois.



### 341- Liqueur à l'ancienne

Avec 15 grammes de cannelle, 4 grammes de coriandre, 1 gramme de macis, girofle, muscade, zeste de citron et d'orange, 2 ou 3 amandes amères, un litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer tous les épices et aromates dans l'alcool pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 342- Curaçao maison

Avec 130 grammes de cannelle, 2 ou 3 clous de girofle pour un litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Macération de la cannelle et girofle dans l'alcool pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais toujours 2 à 3 mois.



## 44. Capillaire

**P**etite fougère qui pousse dans les lieux humides avec des pétioles fins et fragiles donnant naissance à des filaments de couleur foncé (de rouge à marron noirâtre) et des petites feuilles de couleur vert tendre garnies de capsules qui dégagent un parfum agréable avec des propriétés mucilagineuses. On utilise surtout le capillaire de Montpellier avec les feuilles fraîches car elles perdent leurs qualités à la dessiccation.

### 343- Infusion de capillaire

Avec de 10 à 20 grammes de feuilles fraîches pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 tasses par jour dans les cas de rhume et affections bronchiques.

### 344- Sirop de capillaire

Avec 150 grammes de feuilles fraîches, 2 litres d'eau et du sucre. Faire infuser les feuilles de capillaire dans l'eau pendant 6 heures. Filtrer et bien exprimer à travers un linge propre; ajouter alors 180 grammes de sucre pour 100 grammes d'infusion et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se

refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 345- Sirop de Marie

Avec 100 grammes de feuilles fraîches, 2 kg de sucre et 2 litre d'eau. On verse l'eau bouillie sur les feuilles pour laisser infuser pendant 6 heures, récipient fermé. Filtrer, bien exprimer et ajouter le sucre pour faire cuire environ 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop et mettre en bouteilles que l'on conserve au frais.

### 346- Le Capilé

C'est une boisson pour les enfants, à boire frais en été, avec du sirop de capillaire, de l'eau fraîche et un zeste de citron râpé.

### 347- Bavaroise à l'anglaise

Avec un jaune d'œuf, 2 cuillerées à soupe de sirop de capillaire, 1 grand verre de thé et un filet de rhum. Lier à petit feu le jaune d'œuf avec le sirop de capillaire, ajouter le thé brûlant et le rhum et fouetter pour obtenir une mousse. Servir aussitôt.



## 45. Caprier



**L**e câprier est un arbuste très touffu qui pousse à l'état sauvage sur les vieux murs et les rochers avec des tiges couchées et rampantes et des feuilles petites et ovales caractérisées par un pétiole à deux épines. Les fleurs, abondantes, grandes et de couleur blanche marquée de rouge, donnent des fruits qui sont des capsules coriaces de

couleur verte puis rouge à maturité. C'est le bouton de la fleur, ou la fleur elle-même, que l'on utilise confit au vinaigre pour donner un condiment recherché : la câpre. Mais ici on s'intéresse à la racine que l'on fait sécher pour obtenir une peau qui s'enroule comme la cannelle avec une saveur amère et piquante.





### 348- Infusion de la racine

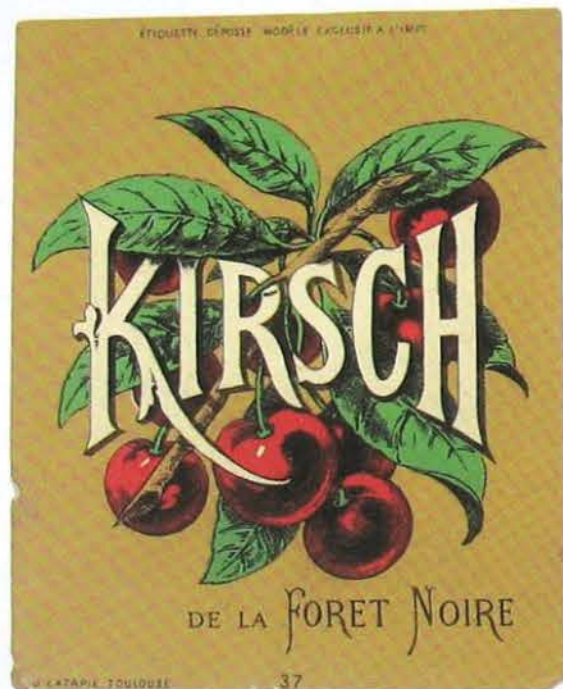
Avec 15 à 30 grammes de la racine broyée pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. À prendre plusieurs fois par jour comme tonique et stimulant.

### 349- Vin de racine de câprier

Avec 40 grammes de la racine broyée, un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. On fait macérer la racine dans le vin rouge pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 350- Vin à l'ancienne

Avec 120 grammes d'écorce de racine de câprier, écorce de frêne de tamaris et sommités fleuries de millepertuis : 60 grammes de chaque, 3 litres de bon vin rouge (bordeaux par exemple) et du sucre à volonté. Faire macérer les plantes dans le vin pendant une semaine à 10 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.



126

## 46. Carline

**P**lante voisine des chardons qui pousse sans tige avec des feuilles grandes, allongées, simples et dentées, garnies d'épines, rassemblées en une grande rosette qui semble posée sur la terre. La fleur solitaire est grande (parfois 15 cm de diamètre), formée d'écailles et de duvet, de couleur blanche ou violette. Elle domine la plante en position centrale et elle a déjà été consommée comme un artichaut. Mais on peut utiliser ici la racine qui est épaisse, garnie de fibres, de couleur rousse à l'extérieur et blanche à l'intérieur, aromatique, à saveur piquante.



### 351- Décoction de la racine

Avec de 20 à 30 grammes de la racine séchée et broyée pour un litre d'eau. Laisser bouillir 10 minutes. Prendre 3 tasses par jour en cas de manque d'appétit.

### 352- Vin de carline

Avec 50 grammes de la racine sèche et broyée, un litre de bon vin blanc et du sucre à volonté.

Verser le vin bouillant sur la racine et laisser macérer pendant 24 heures. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



127



# 47. Carotte



**P**lante potagère qui pousse avec des feuilles molles, découpées et aromatiques de 50 cm de hauteur environ. Les fleurs sont groupées en ombelles aplaties, de couleur blanche, et donnent de nombreuses graines très petites, noires. La racine

pivotante et charnue est de couleur rouge à jaunâtre, très riche en carotène, en vitamines et sels minéraux. Elle est qualifiée de très bon légume. Ici on peut utiliser la racine, les fleurs et les graines.

### 353- Infusion de fleurs de carotte

Avec 15 ombelles de carotte sauvage pour un litre d'eau bouillante.

### 354- Infusion de fruits ou de semences

Avec 40 grammes pour un litre d'eau bouillante.

### 355- Décoction de la racine

Avec de 30 à 60 grammes pour un litre d'eau, infusion à couvert 10 minutes.

Dans tous les cas, prendre de 3 à 4 tasses par jour comme fortifiant, diurétique et dans les cas de digestion difficile.

### 356- jus de carotte

Avec plusieurs racines de carotte épluchées, coupées en petites rondelles que l'on recouvre avec de l'eau pure pour faire cuire à petit feu pendant



1h30. Ensuite, bien écraser les morceaux et filtrer puis exprimer tous le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 357- Sirop de carotte

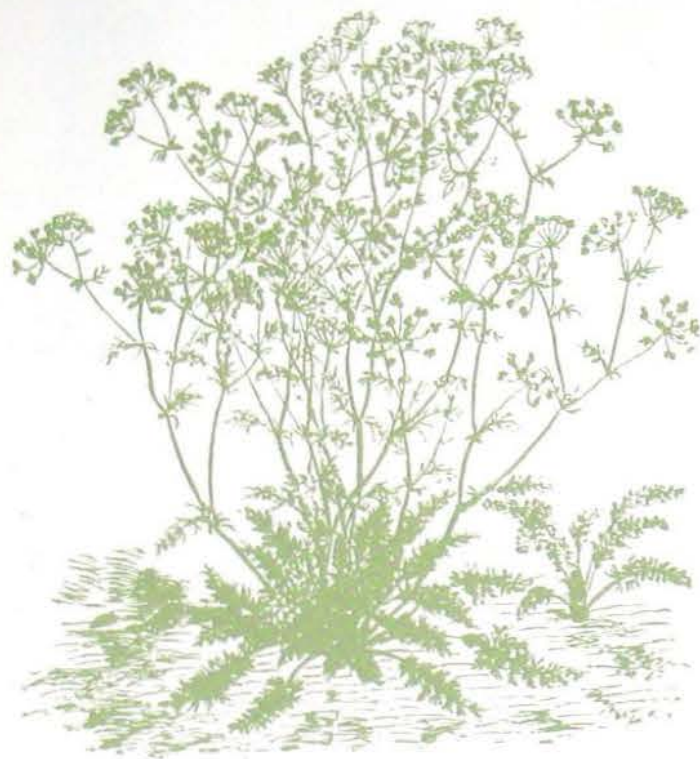
Avec 4 kg de carottes, un litre d'eau et 250 grammes de sucre. Préparer le jus de carotte avec les carottes et l'eau, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 2 heures. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 358- Café de racine de carotte

Faire une décoction avec de la racine de carotte torréfiée pour obtenir un café au goût agréable que l'on peut mélanger à de la chicorée.



## 48. Carvi



minales étalées, petites, de couleur blanche ou rosée. Elles donnent des graines petites et brunes que l'on récolte à la fin de la deuxième année de culture pour les utiliser ici avec leur saveur aromatique.

### 359- Infusion de semences

Avec de 10 à 15 grammes de graines de carvi pour un litre d'eau bouillante.

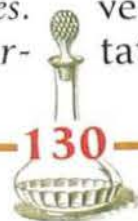
### 360 Décoction de graines

Avec 10 grammes de graines pour un litre d'eau, décoction pendant 10 minutes à couvert.

Prendre de 3 à 4 tasses par jour comme boisson stimulante et tonique.

### 361- Liqueur de carvi ou kummel

Avec 50 grammes de graines, un litre d'eau de vie et de 250 à 500 grammes de sucre. Faire macérer les graines dans l'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre suivant votre goût, bien mélanger. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour commencer la dégustation 2 à 3 mois après.



**P**etite ombellifère, bisannuelle, qui pousse avec des tiges droites, fortes, cylindriques, striées et rameuses de 50 cm de hauteur environ. Les feuilles sont verticillées, découpées et doublement divisées. Les fleurs sont rassemblées en ombelles ter-

### 362- Kummel maison

Avec 50 grammes de graines de carvi concassées, 2 grammes de cannelle, 1 gramme de macis, 1 clou de girofle, 1 gousse de vanille, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1 verre d'eau. On fait macérer les épices et les aromates dans l'eau de vie pendant 3 semaines à 1 mois. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois.

### 363- Kummel de Vaudenac

Avec 60 grammes de graines de carvi, un litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 2 grands verres d'eau. Faire macérer les graines dans l'alcool pendant 8 à 10 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pour déguster dans les 3 mois qui suivent.

### 364- Kummel de Marie-Laure

Avec 30 grammes de graines de carvi, 10 grammes de badiane et de menthe, 5 grammes de romarin et de thym, un

litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Macération des plantes dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser toujours vieillir au frais et déguster dans un mois car on est souvent pressé!

### 365- Vespetro

Avec des graines de carvi, anis et fenouil (20 grammes de chaque), coriandre et aneth (10 grammes de chaque), un litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et un litre d'eau. Faire macérer toutes les graines dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer, doubler la macération avec un sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser encore vieillir au frais pour une dégustation en hiver au coin du feu par exemple!



## 49. Cassis



**L**e cassis, encore appelé **groseillier noir**, est un arbrisseau cultivé dans les jardins, qui pousse en touffes importantes avec de nombreuses branches de 1 à 2 mètres de hauteur, qui sont couvertes de poils, de couleur brun rougeâtre et parfumées. Les feuilles sont portées par de longs pétioles; elles sont découpées avec 3 à 5 lobes, légèrement dentées et velues. Les fleurs sont rassemblées en grappes, de 4 à 10, de couleur

jaune à reflets violets, elles donnent des fruits (les cassis) qui sont des baies globuleuses et d'un noir éclatant que l'on utilise pour des sirops, confitures et, ici, avec les feuilles pour préparer ces boissons.

### 366- Infusion de feuilles de cassis

Avec 30 grammes de feuilles ou un mélange de feuilles et de sommités fleuries, pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour comme boisson tonique et pour calmer les douleurs rhumatismales.

### 367- Boisson apéritive, tonique

Ajouter dans 1 litre d'infusion de feuilles de cassis 2 ou 3 verres de vin blanc (ou 1 grand verre d'eau de vie), et un peu de sucre. Placer au réfrigérateur et servir comme rafraîchissant.

### 368- Jus de cassis

Remplir un large récipient avec des baies de cassis bien mûres et écrasées. Recouvrir avec un peu d'eau et laisser fermenter toute une nuit. Le lendemain filtrer et bien exprimer tous le jus dans



un torchon propre, mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire légèrement sucré.

### 369- Sirop de cassis

Avec 1 kg de jus de cassis et 1 kg de sucre à mélanger. Porter lentement à ébullition pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles pour conserver au frais ou faire stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

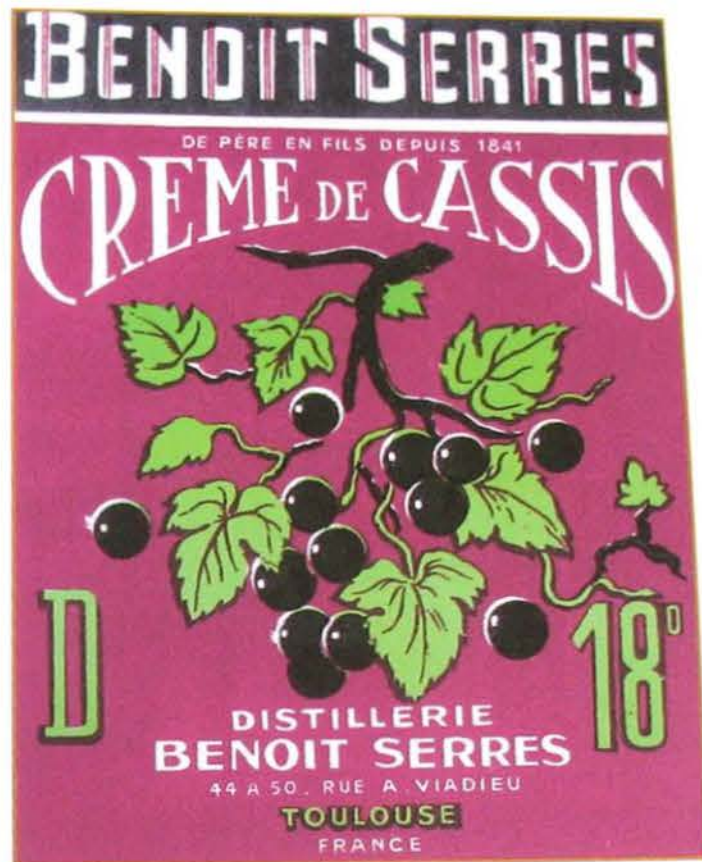
### 370- SIROP DE CASSIS AU VIN ROUGE

Avec 1 kg de baies de cassis, 1 litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Écraser les baies, recouvrir avec le vin et laisser macérer pendant une semaine au frais. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et porter à ébullition. Laisser refroidir, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 371- Vin de cassis « minute »

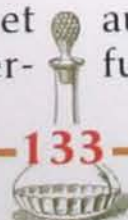
Verser une bouteille de vin blanc muscat bouillant sur une poignée de baies de cassis bien mûres. Ajouter un peu de cannelle, laisser refroidir et filtrer pour mettre en bouteilles et ser-

vir très frais. Peut se préparer le matin pour boire en soirée par exemple.



### 372- Apéritif de « Dadou »

Avec un litre de bon vin rouge, 50 feuilles de cassis, 1 kg de sucre et le jus de 3 citrons. Mélanger le tout dans un large récipient en froissant les feuilles au maximum pour exprimer leur parfum, faire cuire à petit feu pendant 5 à



10 minutes en remuant avec une spatule. Filtrer, laisser refroidir et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais.

### 373- Vin dit «de Nicolas»

Écraser de 250 à 300 grammes de cassis à la moulinette à légumes et recouvrir la purée obtenue avec un litre d'un bon vin rouge; le tout placé dans un récipient bien fermé pour laisser macérer pendant une semaine. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un torchon; ajouter 250 grammes de sucre en poudre et faire chauffer à petit feu jusqu'à obtenir une écume blanche à la surface. Arrêter alors le feu, laisser refroidir et ajouter un grand verre d'eau de vie, mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster dans 2 ou 3 mois.

### 374- Apéritif de Vaudenac

Avec 500 grammes de baies de cassis, 3 clous de girofle, un peu de cannelle, 1/2 litre d'alcool à 90°, 300 grammes de sucre et un litre de bon vin rouge. Faire macérer les cassis avec les clous de girofle et la cannelle dans l'alcool pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre et le vin, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

### 375- Apéritif aux feuilles de cassis

Avec 1 litre de vin blanc sec, 200 feuilles de cassis, 30 à 40 morceaux de sucre et un petit verre d'eau de vie. Écraser les feuilles et les mélanger avec tous les ingrédients pour laisser macérer pendant une semaine en remuant tous les jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir quelques temps avant la dégustation.

### 376- Liqueur de cassis

Avec 1 kg de baies de cassis, 10 à 20 feuilles, 1 litre d'eau de vie, 300 à 400 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer les baies de cassis avec les feuilles écrasées dans l'eau de vie pendant 2 mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais avant la dégustation.

### 377- Liqueur de Myriam

Avec 1 litre d'eau de vie, 1 kg de cassis, 100 grammes de framboises, 250 grammes de sucre et un verre d'eau. Elle fait macérer les fruits dans l'eau de vie pendant 2 à 3 mois, puis elle filtre pour ajouter le sirop obtenu en faisant cuire 10 minutes le sucre dans l'eau. Elle mélange alors pour mettre en bouteilles et conserver au frais et laisser

vieillir 2 à 3 mois avant qu'Olivier commence à déguster cet élixir de santé.

### 378 - Liqueur du pavillon

Avec 1 kg de cassis, 250 grammes de framboises, 2 clous de girofle et un peu de cannelle pour 4 litres d'eau de vie. Bien écraser les fruits pour les faire macérer avec les aromates dans l'eau de vie pendant 2 mois. Filtrer et ajouter 1 kg de sucre, laisser faire encore une semaine avant de filtrer à nouveau et de mettre en bouteilles pour laisser toujours vieillir au frais.

### 379- Liqueur à l'ancienne

Mettre dans un bocal à large ouverture, 500 grammes de cassis écrasés, 125 grammes de framboises bien mûres, 10 feuilles de cassissier froissées et un bâton de cannelle. Recouvrir avec un litre d'alcool à 90° et laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant

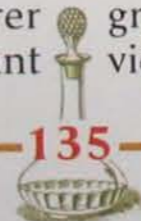
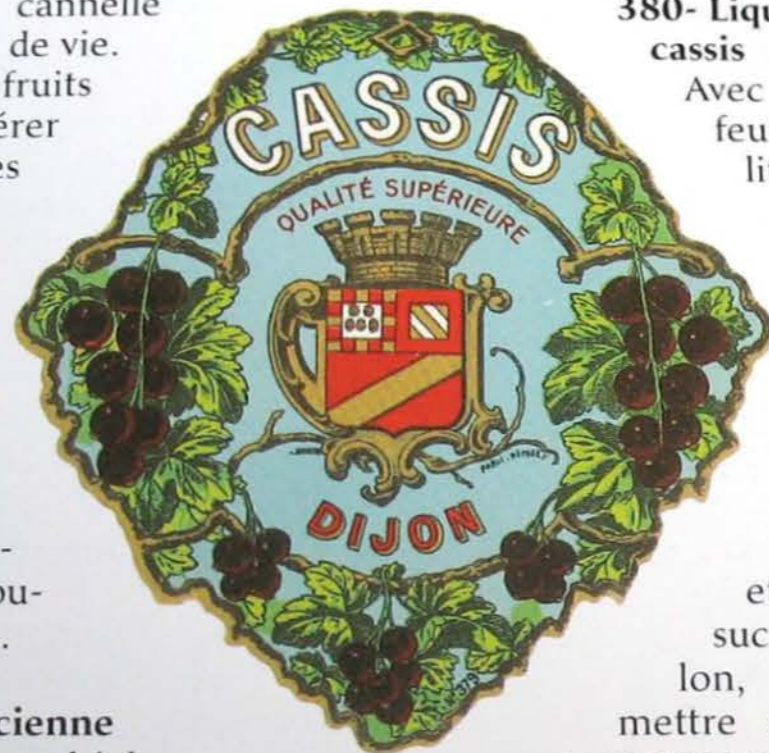
fondre à petit feu 500 grammes de sucre dans un litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais au moins deux mois.

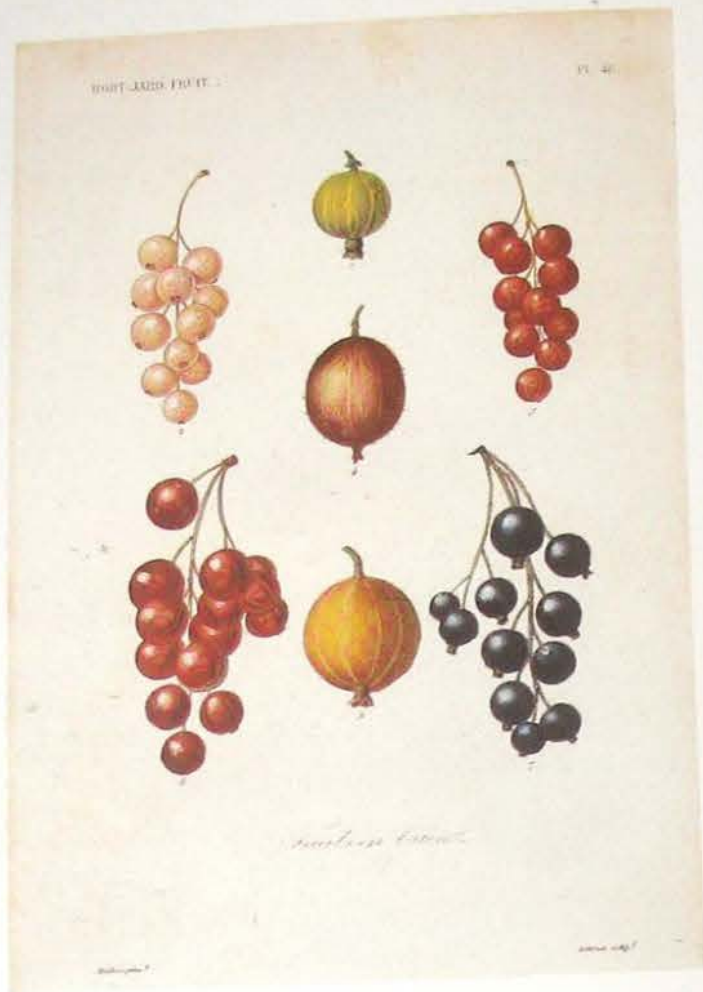
### 380- Liqueur de feuilles de cassis

Avec une poignée de feuilles fraîches, un litre d'eau de vie, 1/2 litre de vin blanc et 500 grammes de sucre. Faire macérer les feuilles froissées dans l'eau de vie pendant 15 jours en remuant tous les jours. Filtrer et ajouter le vin et le sucre. Donner un bouillon, laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 381- Ratafia des Trois-Frênes

Avec 100 grammes de feuilles de cassis, 100 grammes de groseilles, 30 grammes de pétales d'œILLETS rouges, 5 grammes de cannelle, 5 litres d'eau de vie, 2 kg de sucre et 1/2 litre d'eau. On





écrase les feuilles et les fruits. On ajoute les œillets et la cannelle que l'on recouvre avec l'eau de vie pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois.

### 382- Blanc-cassis de Jane

Avec une bouteille de bon vin blanc sec, un verre de liqueur de cassis et un peu de muscade. Faire chauffer le vin avec la muscade. Au premier frémissement, ajouter le verre de liqueur, arrêter le feu, bien mélanger et servir très chaud.



**SIROP DE**

**CASSIS**

**PUR FRUIT-PUR SUCRE**

PLOUVIEZ & C<sup>ie</sup> N° 684 MOD. DÉPOSE PARIS

# 50. Céleri



et de couleur brune. Toute la plante est aromatique comme les autres variétés d'ache ou céleri sauvage ou cultivé. On utilise toute la plante.

### 383- Infusion de feuilles de céleri

Avec une poignée de feuilles fraîches ou sèches pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 tasses par jour pour faciliter la digestion.

### 384- Décoction de la racine

A raison de 30 à 60 grammes pour un litre d'eau. Prendre 3 tasses par jour dans les cas de bronchite et d'asthme.

### 385- Sirop de la racine

Avec 100 grammes de la racine sèche et concassée, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre, faire une longue décoction de la racine bien concassée, couvrir et laisser infuser pendant toute la nuit. Filtrer, ajouter le sucre et reprendre la cuisson à petit feu jusqu'à la consistance d'un sirop épais qui attache sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.



**C'**est une ombellifère et une plante potagère et apéritive connue qui pousse en touffe avec des tiges dressées, larges et charnues, en forme de gouttière, pouvant atteindre un mètre de hauteur. Les feuilles longues sont découpées, luisantes et de couleur vert clair à vert foncé, parfois vert doré. Les fleurs petites, de couleur vert blanchâtre, sont rassemblées en ombelles clairsemées. Elles donnent des graines minuscules, ovales

### 386- Sirop des 5 racines

Avec des racines de céleri, asperge, fenouil, persil et houx. Faire sécher toutes les racines, les concasser pour obtenir le mélange; préparer une décoction avec 100 grammes du mélange, 1 litre d'eau bouillante. Laisser infuser toute la nuit. Le lendemain, filtrer et conserver cette infusion, ajouter 1/2 litre d'eau aux racines pour une nouvelle infusion de 3 heures. Filtrer et récupérer la deuxième infusion. Mélanger les 2 infusions, ajouter 1 kg de sucre et faire cuire à petit feu pour obtenir ce sirop médicinal à l'ancienne.

### 387- Vin de céleri

Avec des branches de céleri en morceaux, 1 litre de vin blanc et du sucre à volonté. Faire macérer le céleri dans le vin blanc pendant 2 à 3 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 388- Liqueur de céleri

Avec 500 grammes de tiges de céleri, 10 grammes de coriandre et d'anis, 1 clou de girofle, 1 litre d'eau de vie, 1 kg de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter un sirop obte-

nu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 389- LIQUEUR DE VAUDENAC

Avec 250 grammes de tiges de céleri, 1/2 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer les tiges tronçonnées en petits morceaux dans l'alcool pendant toute une nuit. Filtrer, ajouter le sirop, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 390- Élixir de Mado

Avec 10 grammes de graines de céleri, 8 grammes de graines de coriandre, d'aneth et d'angélique, 1 litre d'eau de vie parfumée, 500 grammes de sucre et un verre d'eau. Faire macérer les graines dans l'eau de vie pendant une semaine à 10 jours. Ajouter alors le sucre mouillé avec le verre d'eau, bien mélanger et laisser faire au frais encore 4 à 5 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pendant quelques mois avant la dégustation de cet élixir très parfumé.



# 51. Petite Centaurée



**C**'est une petite plante annuelle qui pousse dans les prairies avec une tige grêle et lisse de 30 cm de hauteur. Les petites feuilles sont opposées, ovales et aiguës, certaines disposées en rosette, les fleurs poussent en bouquets étalés (un peu comme un chandelier), au sommet des

ramifications. Elles sont petites, jolies à cinq pétales, de couleur rose. On utilise les sommités fleuries qui ont une saveur amère intense.

## 391- Infusion de petite centaurée

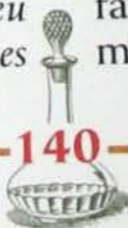
Avec 10 grammes de sommités fleuries pour un litre d'eau bouillante. Infusion amère qu'il faut sucrer au miel ou adoucir avec d'autres plantes.

## 392- Infusion tonique et apéritive

Avec des sommités fleuries de petite centaurée, d'absinthe et de ményanthe (5 grammes de chaque plante), pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 3 à 4 fois par jour retrouver l'appétit.

## 393- Sirop de petite centaurée

Avec 100 grammes de sommités fleuries de petite centaurée, 1 litre d'eau et 1,5 kg de sucre. Plonger les fleurs dans l'eau, porter à ébullition, couvrir, arrêter le feu et laisser infuser pendant 6 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consis-



140

tance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 394- Vin de petite centaurée

Avec 60 grammes de sommités fleuries, 1 litre de vin blanc sec et du sucre à volonté. Faire macérer les fleurs dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 395- Vin du Pavillon

Avec de 20 à 30 grammes de la plante sèche, 1 litre de vin blanc muscat et un petit verre d'eau de vie parfumée. On fait macérer la plante dans le vin muscat pendant une semaine. Filtrer, rectifier le sucre si nécessaire. Ajouter l'eau de vie, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

## 396- Vin de santé

Avec 100 grammes d'un mélange de petite centaurée et de cerfeuil, 1 litre de vin blanc, 25 grammes de miel et 1 verre d'eau. Faire macérer le mélange de plantes dans le vin blanc pendant une semaine. Faire bouillir le miel dans l'eau pour obtenir un sirop coloré, l'ajouter à la macération, laisser faire

encore 10 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant de boire en apéritif.

## 397- Apéritif rosé

Avec une poignée de fleurs de petite centaurée, 1 litre de bon vin rosé, 1 petit verre d'eau de vie, 1 bâton de vanille et 30 à 40 morceaux de sucre. Faire macérer les fleurs dans le vin rosé pendant une semaine. Ajouter le sucre et la vanille. Laisser faire encore une journée. Filtrer, compléter avec l'eau de vie, mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois.

## 398- Apéritif de Laurent

Avec 50 grammes de petite centaurée, 25 grammes d'absinthe et 25 grammes de menthe, 1 litre de bon vin blanc, 1 petit verre d'eau de vie parfumée et un peu de miel liquide. Faire macérer les plantes dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le miel liquide, l'eau de vie, bien mélanger. Mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir au frais quelques mois pour déguster en fin d'année par exemple.



141



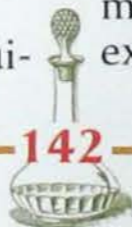
### 399- Liqueur de petite centaurée

Avec 100 grammes de sommités fleuries de petite centaurée, (ou mélange centaurée, absinthe et ményanthe), 1 litre d'eau de vie, 100 à 200 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Macération des plantes dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 400- Liqueur de Vaudenac

Avec un mélange des plantes sui-

vantes : petite centaurée, cerfeuil, absinthe et ményanthe (à utiliser en totalité ou en partie). Pour 100 grammes, il faut : 1 litre d'alcool à 90°, 1 bâton de vanille, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer les plantes et la vanille dans l'alcool pendant 4 à 5 jours. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger, mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation en hiver par exemple.



## 52. Cerfeuil



**P**etite plante condimentaire qui pousse en touffe de 50 cm de hauteur avec des tiges fines dressées et striées qui portent des petites feuilles découpées comme de la fine dentelle, de couleur vert clair et luisantes. Les fleurs, petites et blanches, sont groupées en ombelles aplaties au sommet de la tige et donnent des graines minuscules. Toute la plante a une odeur agréable et une saveur légèrement piquante et anisée.

### 401- Infusion de cerfeuil

Avec de 30 à 60 grammes de la plante entière pour un litre d'eau bouillante.

### 402- Infusion des semences

Avec de 8 à 10 grammes de graines pour un litre d'eau bouillante. Infusion 5 minutes.

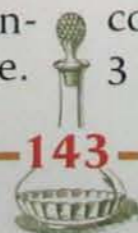
*Dans les 2 cas, prendre de 3 à 4 tasses par jour comme stimulant et diurétique.*

### 403- Sirop de cerfeuil

Avec 250 grammes d'infusion précédente et 500 grammes de sucre. Faire cuire au bain marie, doucement, à petit feu. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 404- APÉRITIF AU CERFEUIL

Avec 60 grammes de cerfeuil, 1 litre de bon vin blanc et un peu de miel. On fait macérer la plante dans le vin blanc pendant 3 à 4 jours puis on filtre et on ajoute du miel liquide pour bien mélanger et mettre en bouteilles que l'on conserve au frais pour déguster dans 2 à 3 mois.







#### 405- Apéritif de Vaudenac

Avec 30 grammes de cerfeuil (plante entière), 30 grammes de sommités fleuries de petite centaurée, 2 feuilles de menthe, 1/2 gousse de vanille, un litre de bon vin blanc et un peu de miel liquide. Faire macérer les plantes et la vanille dans le vin blanc pendant une semaine, filtrer, ajouter le miel liquide, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.



144



#### 406- Liqueur de cerfeuil

Avec du cerfeuil, des fleurs de petite centaurée, d'absinthe, d'anis et de menthe, 100 grammes de tout ou partie du mélange, une gousse de vanille, un litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et un litre d'eau. Faire macérer les plantes et la vanille dans l'alcool pendant 4 jours, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

## 53. Cerfeuil Musqué



**E**ncore appelé *myrrhis*, c'est une variété très différente du cerfeuil commun qui pousse en altitude en grandes touffes de un mètre de dimension dans tous les sens, avec un aspect de fougère. Plante vivace dont les tiges grandes, creuses, striées et rameuses portent de grandes feuilles découpées, de forme triangulaire, tendres, légèrement velues et d'un joli vert. Les petites fleurs blanches sont réunies en ombelles de 5 à 15 rayons et donnent un fruit caractéristique, étroit, allongé, à côtes, de couleur verte au début pour devenir brun noirâtre à maturité, toujours très parfumé, à saveur anisée.

#### 407- Infusion de semences

Avec de 10 à 15 grammes de semences pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. Prendre 3 à 4 tasses par jour contre la toux et la bronchite.

#### 408- Apéritif de cerfeuil musqué

Avec 50 grammes de semences, une poignée de feuilles, 1 litre de bon vin blanc et un peu de miel liquide. Faire macérer la plante (semences et feuilles) dans le vin blanc pendant 4 à 5 jours. Filtrer, ajouter le miel liquide, bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 409- Apéritif du Lautaret

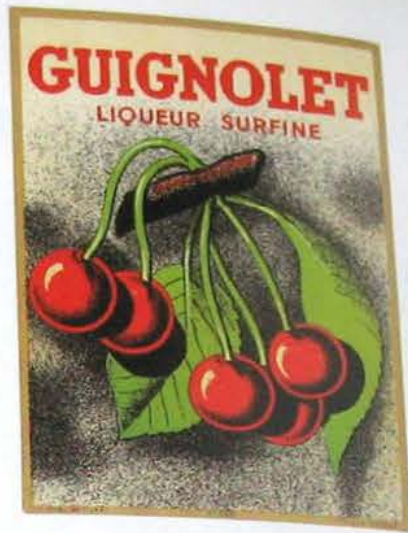
Avec 20 grammes de chaque plante suivante : cerfeuil musqué, achillée millefeuille et absinthe, 1 litre de vin blanc, 2 grammes de macis et un peu de miel liquide. Faire macérer les plantes avec le macis dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer, ajouter le miel, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.



145

#### 410- LIQUEUR DE MAURICE M.

Avec 60 grammes de cerfeuil musqué (semences et feuilles), 1 gousse de vanille, 2 grammes de muscade, 1 litre d'eau de vie de montagne et 300 à 450 grammes de sucre en poudre. On fait macérer la plante et les aromates dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir quelques mois au frais avant la dégustation.



#### 411- Liqueur de Jane

Avec 20 grammes de semences de cerfeuil musqué, 15 grammes de sommités fleuries d'achillée millefeuille, 10 grammes d'absinthe et 5 grammes de boutons de tanaïsie, 1 litre d'alcool à 90°, 800 grammes de sucre et un litre d'eau de source. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer, ajouter alors un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais 4 à 5 mois avant de déguster.

#### 412- Chartreuse verte

Avec 50 grammes de cerfeuil musqué, 40 grammes d'hysope et d'angélique, 30 grammes de mélisse et de menthe, 20 grammes de fleur d'oranger et 5 grammes de macis pour un litre d'alcool à 90° et 900 grammes de sucre en poudre. On fait macérer toutes les plantes dans l'alcool pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir encore au frais. L'idéal étant d'attendre une année. Si l'on veut colorer cette liqueur en vert profond, il faut lui ajouter un verre d'infusion de feuilles d'épinards hachés dans un peu d'alcool.



## 54. Cerisier

**C**'est un grand arbre qui peut atteindre la hauteur de 10 mètres avec un tronc droit et cylindrique. L'écorce est lisse et luisante, ses rameaux sont étalés. Les feuilles nombreuses sont ovales, dentées et les fleurs portées par des pédoncules allongés sont rassemblées en bouquets, de couleur blanche. Elles donnent des fruits : **la cerise**, très connue, qui est de forme arrondie, fondante à maturité, pleine d'eau, plus ou moins sucrée suivant les variétés. La couleur des fruits est aussi variable, de rouge à jaune, en passant par le rose et même noirâtre. Il existe de nombreuses variétés, du cerisier sauvage ou merisier, à tous les cerisiers cultivés.

#### 413- Infusion de queues de cerises

Avec 50 grammes de queues de cerises fraîches pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Boire par petites quantités de 3 à 4 fois par jour pour calmer les rhumatismes et prévenir la grippe.

#### 414- Infusion de feuilles et de jeunes rameaux

Avec une bonne poignée de feuilles

ou de rameaux tronçonnés pour un litre d'eau bouillante. Suivre les mêmes indications.

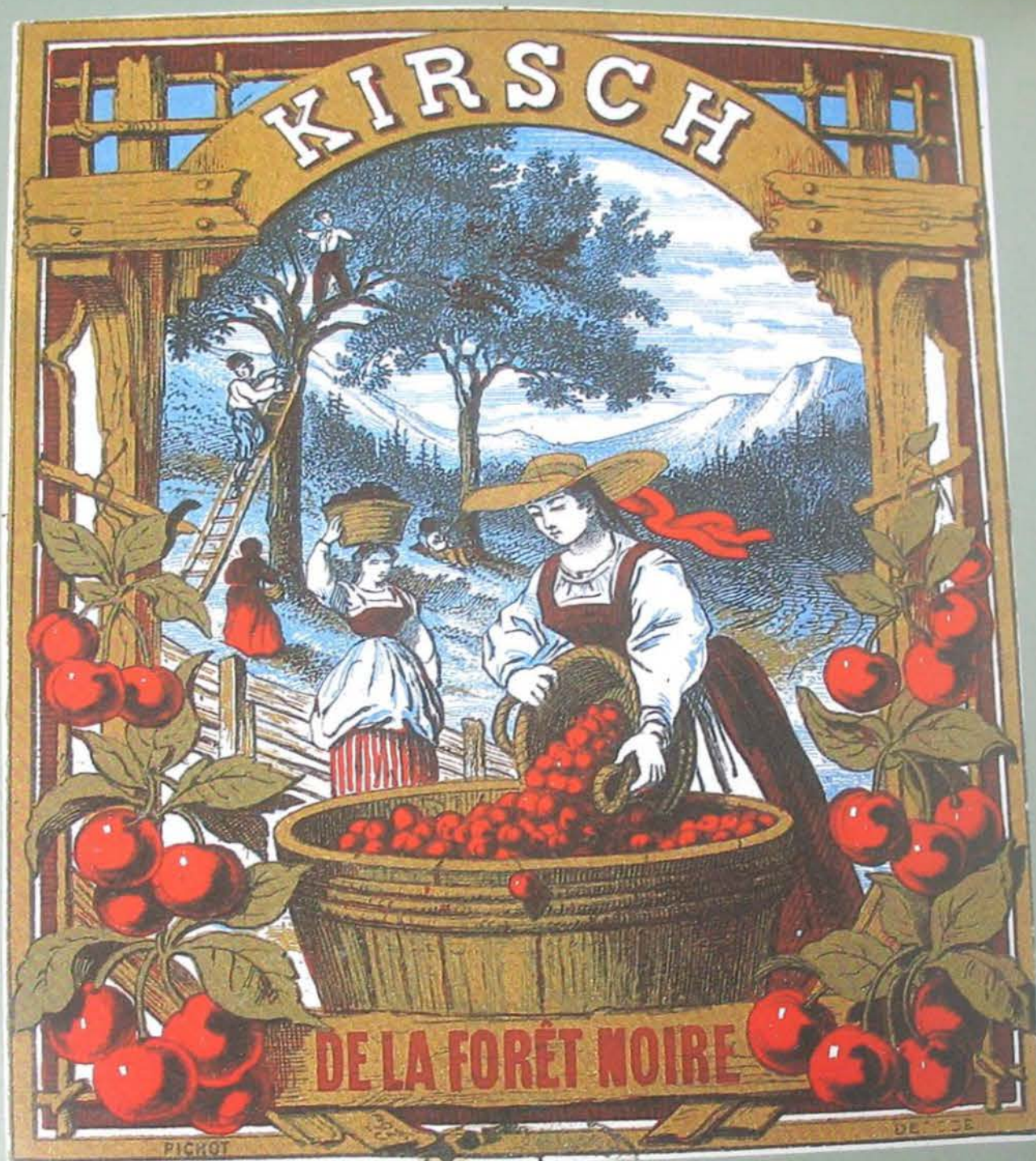
#### 415- Jus de cerises

Choisir de belles cerises bien mûres. Ôter les queues et les écraser avec les noyaux dans un large récipient. Ajouter un verre d'eau et laisser fermenter pendant toute une nuit. Le lendemain, passer cette préparation au tamis, la filtrer et bien exprimer tout le jus au travers d'un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent.

#### 416- Sirop de cerises

Avec 1 litre de jus de cerises et 1,5 kg de sucre en poudre. Mélanger le jus et le sucre et porter à ébullition pendant 5 à 10 minutes, retirer l'écume et donner un deuxième bouillon. Laisser reposer et mettre en bouteilles le sirop encore tiède. Bien boucher et conserver au frais.





#### 417- Sirop de griottes ou cerises sauvages

Avec 1 kg de cerises sauvages et du sucre. Écraser les cerises sauvages avec les noyaux, recouvrir avec 2 verres d'eau, placer dans un large récipient et laisser fermenter pendant 36 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un torchon. Ajouter 750 grammes de sucre pour 1/2 litre de jus. Faire cuire à petit feu pendant 10 minutes, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, sinon reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 418- Vin de cerises

Avec 1 kg de cerises bien mûres, 250 grammes de sucre, 2 grammes de cannelle, 2 clous de girofle et 10 grains de coriandre. Dénoyauter les cerises bien mûres et garder les noyaux. Passer la pulpe à la moulinette à légumes et laisser reposer 2 jours pour commencer la fermentation. Filtrer et bien exprimer au torchon pour obtenir le maximum de jus de cette fermentation. Ajouter le sucre. Casser les noyaux pour récupérer les amandes que l'on place avec les aromates (cannelle, girofle et coriandre) dans une gaze bien ficelée. Plonger cette gaze dans le mélange jus et sucre

et laisser macérer le tout pendant 3 mois. Filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 419- Vin de cerises à l'ancienne

Avec 5 kg de cerises, 1/2 litre de kirsch, 500 grammes de sucre et 4 grammes de levure de bière. Écraser les cerises et concasser les noyaux pour laisser fermenter pendant toute une journée. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un torchon. Ajouter le kirsch, le sucre et la levure de bière délayée dans un peu de jus. Mélanger et laisser faire pendant un bon mois. Filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser vieillir 2 à 3 mois au frais avant la consommation.

#### 420- Vin de cerises de Provence

Prendre une grande quantité de cerises bien mûres, les écraser et concasser les noyaux. Filtrer cette préparation et à l'aide d'un torchon exprimer tout le jus. Pour 5 litres de ce jus, il faut 1/2 litre d'eau de vie de Provence bien parfumée et 500 à 750 grammes de sucre. On laisse fermenter le jus obtenu pendant une semaine. Ajouter le sucre et l'eau de vie. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser reposer 3 mois avant la dégustation.



#### 421- GUIGNOLET DE MARIANNE

Avec un litre de bon vin rosé de Provence, 75 feuilles de cerisier, 250 grammes de sucre en poudre, 1 sachet de vanille et un petit verre d'eau de vie. Mélanger le tout et laisser macérer pendant 15 jours à 3 semaines. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais cet excellent apéritif parfumé.

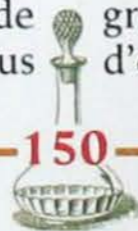
Remarque : la récolte des feuilles se fait toujours après la fructification et assez tard en automne pour un bon résultat.

#### 422- Merisette de Vaudenac

Avec un litre de bon vin rouge, 100 feuilles fraîches de merisier, 40 morceaux de sucre et un petit verre de kirsch. Froisser les feuilles de merisier, les tasser dans un bocal, ajouter le sucre et le kirsch et recouvrir avec le vin rouge pour laisser macérer pendant une semaine en remuant chaque jour. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais et laisser vieillir d'une année sur l'autre, ce qui donne un apéritif très apprécié.

#### 423- Eau clairette

Avec 4 litres d'eau de vie, 3 kg de cerises griottes, 1 litre d'eau, 1,5 kg de sucre, 20 grammes de cannelle, 10 clous



150

de girofle et une noix de muscade. Préparer les cerises en enlevant la queue et le noyau. Les mettre à bouillir dans le litre d'eau pendant une heure, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un torchon. Ajouter à ce jus le sucre et les aromates et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Laisser refroidir pour ajouter à ce sirop parfumé les 4 litres d'eau de vie. Laisser infuser 15 jours en plein soleil. Filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation

*On peut conserver le marc de cerises issu du filtrage pour préparer un hypocras.*

#### 424- Hypocras à l'ancienne

Placer ce marc de cerises griottes dans un litre de bon vin rouge avec 100 à 150 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie pour laisser macérer 15 jours à 3 semaines. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser encore vieillir au frais.

#### 425- Liqueur de cerises

Avec un litre d'eau de vie, plus 1/2 litre, 500 grammes de cerises, 300 grammes de sucre et 300 grammes d'eau. Laver les cerises à l'eau de sour-



Bibliothèque  
Forney.

ce, les égoutter, les dénoyauter et les placer dans un bocal recouvertes d'un litre d'eau de vie. Bien boucher et laisser macérer pendant 40 jours dans un endroit chaud. Prendre la moitié des noyaux, les concasser grossièrement et les faire macérer dans le demi-litre d'eau de vie également pendant 40 jours; filtrer ces 2 macérations, les mélanger et ajouter le sirop de sucre obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir 2 à 3 mois avant la dégustation.

#### 426- Alcool de cerises de Vaudenac

Avec 1 kg de cerises bien mûres, 1 litre d'alcool à 90°, 2 clous de girofle, 2 grammes de cannelle, 1/2 litre d'eau et 500 grammes de sucre. Faire macérer dans l'alcool à 90° les cerises entières avec la cannelle et les clous de girofle pendant un mois. Ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes, bien mélanger et laisser faire encore 1 bon mois. Filtrer, mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation. Il est d'usage de récupérer les cerises à



151



vrir avec l'eau de vie pour laisser macérer 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir.

#### 428- Liqueur de feuilles de merisier

Avec 100 feuilles de merisier, 1 litre d'alcool à 90°, un peu de cannelle, clous de girofle et noix de muscade, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer les feuilles avec les aromates dans l'alcool pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir au frais.

#### 429- Marasquin

Avec 1 kg de cerises sèches, 1 litre d'eau de vie, 1 gousse de vanille, 300 grammes de miel, 1/2 litre d'eau et 200 grammes de sucre. On fait sécher les cerises en plein soleil pour les écraser avec leur noyau. On ajoute la vanille, le tout recouvert avec l'eau de vie pour une macération de 2 mois. Filtrer et ajouter le mélange miel et sirop de sucre. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

#### 430- Cherry Brandy

Avec 1 litre d'eau de vie, 1/2 litre de kirsch, 200 grammes de cerises douces



152

et 200 grammes de cerises sauvages, 100 grammes de framboises, 1 bâton de cannelle, 2 clous de girofle, 1 litre d'eau et 800 grammes de sucre. Écraser les cerises avec les noyaux, ajouter les épices et les framboises et faire cuire à petit feu dans l'eau de vie. Au premier bouillon, arrêter le feu, laisser refroidir pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec l'eau et le sucre, puis le kirsch. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir quelques temps avant la dégustation.

#### 431- Kirsch maison

Avec 100 grammes de noyaux de cerises, 100 grammes de noyaux d'abricots, 1 litre d'eau de vie, 250 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Casser les noyaux d'abricots pour récupérer les amandes que l'on ajoute aux noyaux de cerises concassés pour les recouvrir avec l'eau de vie et laisser macérer pendant 6 semaines. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Bien mélanger, mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.



153

l'alcool pour les manger à l'occasion ou tout simplement de ne pas filtrer et de laisser les cerises dans l'alcool parfumé pour servir à la fois une ou deux cerises dans le verre d'alcool. Quand les cerises sont épuisées, il reste alors dans le bocal un vrai ratafia de cerises très parfumé.

#### 427- Ratafia de cerises

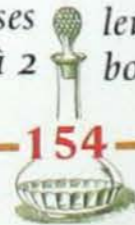
Avec 1 litre d'eau de vie, 1 kg de cerises griottes et 200 à 300 grammes de sucre. Écraser les cerises avec les noyaux, mettre dans un bocal et recou-

# 55. Chardon



**P**lante de la famille des composées qui se présente sous plusieurs formes suivant la variété : chardon béni, chardon Marie, carthames et autres cirses ou echinops... La tige souvent haute (de 1 à 2

mètres) est rameuse, laineuse et épineuse, avec des feuilles profondément dentées et épineuses, épaisses, rudes au toucher et de couleur vert argenté. Les fleurs qui poussent en boule ou en capitules sont composées



d'écailles parfois piquantes et garnies de poils. La couleur est variable : rose, pourpre, bleu, violet et blanchâtre. On utilise les feuilles, les fleurs, les fruits et même la racine.

## 432- Infusion de chardon béni

Avec de 20 à 60 grammes de plante entière pour un litre d'eau bouillante. Légèrement amer, prendre 2 à 3 tasses par jour comme tonique et stimulant de l'appétit.

## 433- Décoction de chardon Marie

Avec 2 poignées de semences pour 1 litre d'eau. Laisser bouillir de 10 minutes à 1/4 d'heure. Prendre plusieurs fois par jour pour calmer les hémorragies.

## 434- Vin de chardon béni

Avec 30 grammes de sommités fleuries, 1 litre de bon vin rouge, 1 petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Verser le vin bouillant sur les fleurs et laisser infuser 20 minutes. Filtrer, ajouter le sucre et le verre d'eau de vie. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

## 435- Vin de chardon Marie

Avec 30 grammes de la racine coupée en morceaux, quelques feuilles, 1 litre de bon vin rouge, 1 petit verre d'eau de vie et du sucre. Macération de

la plante dans le vin pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie. Mélanger, mettre en bouteilles et toujours conserver au frais.

## 436- Vin de chardon de Vaudenac

Avec des capitules sèches de chardon des variétés citées plus haut, environ 50 grammes, 1 litre de vin rouge et du sucre à volonté. Faire cuire à petit feu la plante dans le vin pour une réduction de moitié. Filtrer, ajouter du sucre en poudre suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.



## 56. Chêne

**C**'est un grand arbre, remarquable par son port élégant et la beauté de ses formes, qui pousse dans les forêts avec un tronc trapu recouvert d'une écorce crevassée et des branches nombreuses et tordues. Les feuilles sont ovales et lobées. Les fleurs mâles sont en chatons et les fleurs femelles en petites boules. Le fruit à capsule appelé gland pousse en automne. Il existe une centaine de variétés de chênes.

### 437- Décoction d'écorce de chêne

Avec de 10 à 30 grammes d'écorce écrasée pour 1 litre d'eau.

### 438- Décoction de glands

On fait griller et torréfier les glands comme le café. Décoction à raison de 30 à 50 grammes de glands torréfiés pour un litre d'eau.

*Dans les 2 cas, prendre plusieurs fois par jour comme tonique et astringent.*

### 439- Vin d'écorce de chêne

Avec 30 grammes d'écorce, 1 litre de bon vin rouge et du sucre à volonté.

Prendre de l'écorce fraîche et bien lavée, l'écraser pour la faire macérer dans le vin pendant toute une nuit, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 440 - Bière de glands

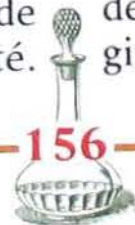
Avec 3 kg de glands séchés au four, 40 litres d'eau et 100 grammes de houblon. On fait macérer les glands dans l'eau froide pendant 15 jours en renouvelant l'eau plusieurs fois. Dans la dernière eau, on ajoute le houblon et on ferme le récipient pour laisser fermenter pendant au moins 15 jours. On peut alors commencer à soutirer la bière que l'on remplace par le même volume d'eau dans le récipient.

### 441- Liqueur de chêne

Avec un litre d'eau de vie, 1/2 litre d'eau, un petit verre de rhum, 100 à 200 grammes de sucre en poudre, 10 grammes d'écorce de chêne et un clou de girofle piler l'écorce et le clou de girofle. Recouvrir avec l'eau de vie pour

laisser macérer pendant 20 jours. Filtrer, ajouter le rhum et le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre

dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



# 57. Chèvrefeuille



leur jaune pâle, teintées de rose. Attention, les baies qui poussent en grappes, de couleur rouge-orangé, sont toxiques.

## 442- Infusion de fleurs de chèvrefeuille

Avec 10 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 tasses jour contre la grippe et le rhume.

## 443- Sirop de fleurs

Avec de 20 à 30 grammes de fleurs, 1 litre d'eau et 800 grammes de sucre. Faire une infusion concentrée avec les fleurs dans l'eau bouillante, infusion à couvert de 10 minutes à 1/4 d'heure. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur les bords du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 444- Vin d'écorce de chèvrefeuille

Avec 150 grammes d'écorce nouvelle, 1 litre de bon vin blanc, 1 petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. On

fait macérer l'écorce dans le vin blanc pendant toute une journée. Filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 445- Vin de fleurs de chèvrefeuille

Avec une grosse poignée de fleurs de chèvrefeuille bien épanouies, 1 litre de bon vin blanc, 1 petit verre d'eau de vie parfumée et du miel liquide. Faire macérer les fleurs dans le vin blanc pendant 2 jours. Filtrer et ajouter l'eau de vie et du miel liquide suivant votre goût. Bien mélanger pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.

## 446- Liqueur de fleurs de chèvrefeuille

Remplir un bocal de fleurs de chèvrefeuille et recouvrir avec un litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant toute une journée. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu de 750 grammes à 1 kg de sucre dans un litre d'eau pendant 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 3 à 4 mois avant la dégustation.



**C**'est un arbrisseau à longues tiges grimpantes qui peut monter à 6 mètres de hauteur avec des feuilles longues et ovales de 10 cm, parfois, opposées et pointues, souvent réunies par deux. Les fleurs caractéristiques, tubulaires et à 5 étamines, sont très jolies et parfumées, de cou-





## 58. Chicorée



**P**lante commune de la famille des composées qui pousse avec une rosette de feuilles allongées et découpées à la base, dentées, légèrement velues. La tige centrale est droite et peu rameuse. Les fleurs poussent en capitules le long de la tige. D'une couleur bleu-ciel elles possèdent la particularité de se fermer l'après midi et par mauvais temps, mais c'est la racine longue, pivotante, de couleur brune qui a beaucoup de propriétés. La chicorée est cultivée en plein champs en Belgique et en Hollande pour sa racine qui, une fois torréfiée, est un succédané du café.

### 447- Décoction de feuilles

Avec 100 grammes de feuilles pour un litre d'eau. Infusion à couvert 10 minutes.

### 448- Décoction de la racine

Avec 30 à 50 grammes de la racine coupée en morceaux pour un litre d'eau. Dix minutes à couvert. Prendre 3 à 4 tasses par jour pour stimuler l'appétit, boisson apéritive et tonique.

### 449- Sirop de chicorée

Avec 100 grammes de feuilles et de racine, un litre d'eau et du sucre (500 à 750 grammes). Faire une infusion de 10 minutes de la plante dans l'eau bouillante, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant



1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, sinon reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 450- VIN DE CHICORÉE

Avec 100 grammes de chicorée en grains, un litre de bon vin rouge, un petit verre d'eau de vie, 200 grammes de sucre et le zeste d'un citron. On fait macérer la chicorée avec le zeste dans le vin rouge pendant 2 jours. Filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire un moment au frais avant de consommer.

### 451- Apéritif de Julie

Avec 1 litre de bon vin rouge, 1 petit verre de cognac, 2 cuillerées à soupe de chicorée, les zestes d'une orange et d'un citron et du sucre à volonté. Faire macérer la chicorée et les zestes dans le vin pendant 2 à 3 jours. Filtrer, ajouter

le cognac et du sucre suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 3 mois avant la dégustation.



### 452- Marsala de Vaudenac

Avec un litre de bon vin rouge, un verre d'eau de vie parfumée, 3 cuillerées à soupe de chicorée, 2 sachets de sucre vanillé et 250 grammes de sucre. Faire macérer dans le vin, la chicorée, le sucre vanillé et le sucre mouillé avec un verre d'eau pendant 10 à 12 jours. Filtrer, ajouter l'eau de vie. Mettre en bouteilles et laisser vieillir quelques mois au frais.

### 453- Marsala à l'œuf

C'est la même recette, mais on ajoute un jaune d'œuf battu à la macération avant de mettre en bouteilles et de laisser reposer au moins un mois au frais pour la dégustation.





Bibliothèque Forney.

## 59. Chiendent

**P**lante vivace, qualifiée de mauvaise herbe par les jardiniers, qui possède une racine rampante avec des rhizomes traçants, très longs, cylindriques à l'état frais, puis anguleux et presque carrés à la dessiccation, de couleur jaune pâle. La tige est droite, grêle, de 60 cm de hauteur environ. Les feuilles molles et planes sont engainantes, légèrement velues, se terminant en pointe et de couleur vert clair. Les fleurs sont groupées en épi terminal long de 10 cm et donnent des fruits allongés. On utilise les rhizomes.

### 454- Infusion de racine

Avec de 10 à 30 grammes de rhizomes pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. Sucre au miel pour adoucir l'âcreté du chiendent.

### 455- Infusion panachée

Avec la racine de chiendent associée à la fleur de bourrache et de tournesol. Toujours sucrer au miel et prendre 3 à 4 tasses par jour comme diurétique et émollient.

### 456- Infusion du docteur Leclerc

Avec 30 grammes de rhizomes de chiendent et 10 grammes de racine de réglisse pour un litre d'eau bouillante. Faire bouillir le chiendent dans de l'eau pendant 10 minutes, jeter l'eau, écraser les rhizomes, ajouter un litre d'eau bouillante pour faire une infusion, laisser réduire puis compléter avec la réglisse. Boire plusieurs fois par jour.

### 457- Bière de chiendent

Avec 20 litres d'eau, 2 kg de racines de chiendent séchées et concassées, 40 baies de genièvre, 200 grammes de houblon, 2,5 kg de miel et 30 grammes de levure de bière. Faire bouillir l'eau pendant 2 heures avec le chiendent et le genièvre, ajouter le houblon et laisser bouillir encore 1/2 heure. Laisser refroidir. Ajouter le miel et la levure de bière délayée dans un peu d'eau. Laisser fermenter une semaine puis commencer à soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées que l'on conserve au frais.

# 60. Citronnier



jaune : le citron qui a une pulpe acide avec un renflement conique à son extrémité : c'est le zeste. On utilise ces fruits pour préparer des boissons acidulées.

## 458- Sirop de citron I

Avec 4 citrons, 1 zeste de citron, 1 kg de sucre en poudre et 1/2 litre d'eau. Faire bouillir l'eau et le sucre, ajouter le jus des citrons et le zeste, continuer la cuisson à petit feu pendant 1/4 d'heure à 20 minutes en remuant à la spatule, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir, filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 459- Sirop de citron II

Avec un litre de jus de citron et 2 kg de sucre. Mélanger pour porter à ébullition pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance, sinon reprendre la cuisson. Laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais ou stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

**A**rbre cultivé dans le bassin méditerranéen, qui pousse avec des racines fortes et un tronc droit garni d'une écorce de couleur vert pâle et possède de nombreux rameaux étalés. Les feuilles nombreuses sont ovales, lancéolées, entières et d'un joli vert luisant. Les fleurs poussent en bouquets terminaux; elles sont blanches, parfois rouges ou violacées, et donnent des fruits de forme ovale, allongés, de couleur



## 460- Soda au citron

Avec un litre d'eau gazeuse, 4 citrons, de la glace, du sucre et du sirop de citron. Faire un mélange avec le jus des citrons, l'eau gazeuse et des glaçons. Servir dans des grands verres avec du sucre à volonté et un peu de sirop de citron. Très rafraîchissant en été.

## 461- LIMONADE

Ajouter à un litre d'eau le jus d'un citron, 6 morceaux de sucre et une cuillerée à soupe de bicarbonate de soude, dans un autre litre d'eau ajouter 3 cuillerées à café d'acide tartrique, mettre au frais les 2 préparations et mélanger à parts égales au moment de servir.

## 462- Vin de citron dit : Piquette

Avec 10 litres d'eau, 500 grammes de sucre, 3 citrons, 5 grammes de levure de bière et du sucre à volonté (au moins 10 morceaux). Faire bouillir l'eau avec le sucre et les citrons coupés en rondelles. Préparer à part un caramel avec 10 morceaux de sucre en chauffant pendant 10 minutes environ, le verser dans cette eau, laisser refroidir, ajouter la levure, bien mélanger, filtrer et mettre en bouteilles bien bouchées

pour laisser faire au frais, 1 à 2 mois avant la consommation.

## 463- Vin au citron

Avec les zestes de 3 citrons, un litre de bon vin blanc, un petit verre d'eau de vie et 200 grammes de sucre. Faire macérer les zestes dans le vin pendant 2 à 3 jours, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans un verre d'eau, pendant 10 minutes, et l'eau de vie. Continuer la macération encore 21 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pour déguster dans 2 à 3 mois.



## 464- Vin de la Plata

Avec un citron, 150 grammes de sucre cristallisé, un litre de vin blanc sec et un litre d'eau gazeuse. Couper le citron en tranches fines pour le faire macérer dans le vin blanc avec le sucre pendant toute une nuit, filtrer, ajouter l'eau gazeuse et servir très frais aussitôt.

## 465- Marquissette

Avec 2 citrons, 10 morceaux de sucre, un litre de vin blanc sec, un verre de rhum et un litre d'eau gazeuse. Frotter fortement les sucres sur les citrons puis, presser les citrons. Faire alors macérer





dans le vin blanc le jus des citrons avec les sucres et le rhum pendant toute une journée. Filtrer, conserver au réfrigérateur avec l'eau gazeuse. Au moment de servir avec des glaçons, mélanger la préparation et l'eau gazeuse.



#### 466- Vin chaud

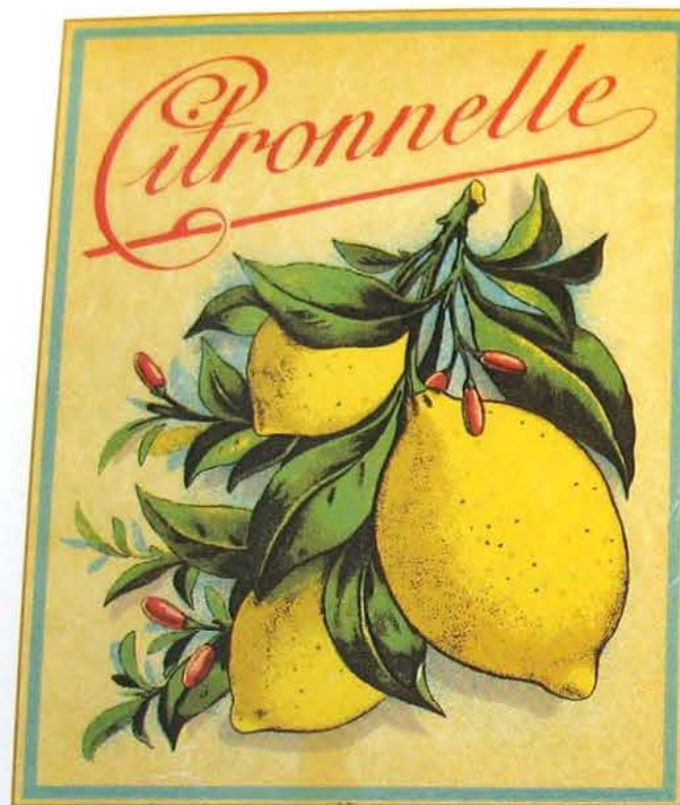
Avec 1/2 litre de vin rouge, 1/2 litre d'eau, 1 verre de cognac, 1 gousse de vanille, 300 grammes de sucre et 1 gros citron. Couper le citron en fines rondelles, le placer dans une casserole avec tous les autres ingrédients et porter à ébullition, au premier bouillon, enflammer le vin chaud, remuer à la spatule, laisser le vin s'éteindre de lui-même et servir aussitôt, très chaud.

#### 467- Liqueur de citron

Avec 3 citrons, un litre d'alcool à 90°, 2 grammes de cannelle, 1 clou de girofle, 500 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Peler les citrons pour récupérer les zestes, les hacher finement pour les faire macérer dans l'alcool avec la cannelle et le clou de girofle pendant 5 à 6 jours. Filtrer et ajouter le sirop obtenu



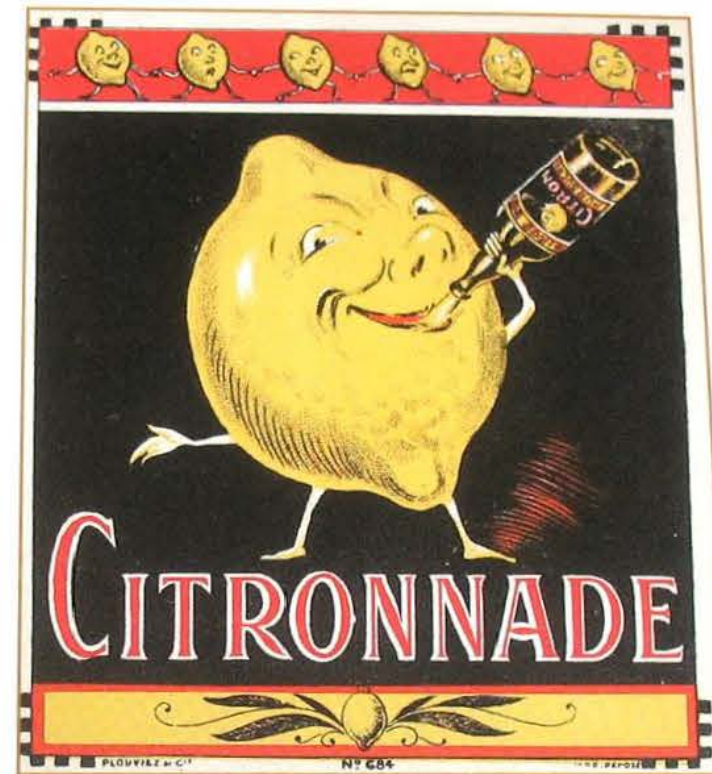
166



en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

#### 468- Ratafia citron-orange

Avec des zestes de citron et d'orange (100 grammes de chaque), un litre d'al-



cool à 90°, 500 grammes de sucre et un litre d'eau. On fait macérer les zestes dans l'alcool pendant une semaine, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais plusieurs mois avant la dégustation.



167

# 61. Cognassier



## 469- Jus de coing

On râpe des coings bien mûrs pour obtenir de la pulpe. Ajouter un verre d'eau et laisser reposer un moment. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre, on peut alors ajouter un peu d'eau et de sucre pour boire très frais.

## 470- Sirop de coing

Avec un litre de jus et 1 kg de sucre, faire cuire le mélange de 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 471- Sirop à l'ancienne

Avec 3 à 4 coings, un litre d'eau et 1 kg de sucre. Râper les coings pour les plonger dans l'eau et faire bouillir pendant 1/2 heure. Filtrer, ajouter le sucre et reprendre la cuisson. Au premier bouillon, vérifier la consistance du sirop, arrêter le feu et mettre en bouteilles pour toujours conserver au frais avant la consommation.



**C**'est un arbuste buissonnant qui peut atteindre la hauteur de 4 mètres. Cousin du poirier et du pommier, il pousse avec des rameaux étalés qui sont velus et recouverts d'une écorce grise. Les feuilles sont entières, de forme ovale, comme un cœur à la base et pointues au sommet, de couleur vert foncé à grisâtre avec du duvet sur le dessous. Les jolies fleurs, grandes, parfois de 5 cm, à 5 pétales, sont solitaires au sommet des rameaux, de couleur blanc-rosé et peuvent donner de gros fruits : le coing, en forme de poire, un peu duveteux, de couleur verte au début, puis jaune clair à maturité, toujours très parfumé, que l'on utilise ici.

## 472- EAU DE COING

Avec un litre de jus de coing, 1/2 litre d'eau de vie, 3 amandes amères, un peu de vanille et de cannelle et du sucre à volonté. Faire macérer le jus, les amandes amères et les aromates dans l'eau de vie pendant 6 semaines. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

## 473- Eau de coing de Vaudenac

Avec un litre de jus de coing, 1/2 litre d'alcool à 90°, 2 grammes de cannelle et de coriandre, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. On fait macérer le jus et les aromates dans l'alcool pendant un mois. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

## 474- Vin de coing

Avec 10 litres d'eau, 10 beaux coings, 1/2 litre d'eau de vie, 2,5 kg de sucre, 10 grammes de sel, 8 grammes de levure de bière et 1 clou de girofle. Laver et couper en quatre les coings pour les faire cuire 20 minutes dans de l'eau. Filtrer et récupérer la pulpe ou purée

de coing que l'on place dans un grand récipient avec le sucre, le sel, la levure de bière et le clou de girofle, recouverts avec les 10 litres d'eau. Bien mélanger pour laisser fermenter pendant 1 à 2 mois. Soutirer alors le vin, ajouter l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais.



## 475- Ratafia de coings

Avec un litre de jus de coing, 1/2 litre d'alcool à 90°, 2 grammes de cannelle, de clous de girofle et de macis, 2 amandes amères, 250 grammes de sucre et un verre d'eau. Faire macérer dans l'alcool le jus, les amandes et les aromates pendant 2 mois. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

## 476- Ratafia à l'ancienne

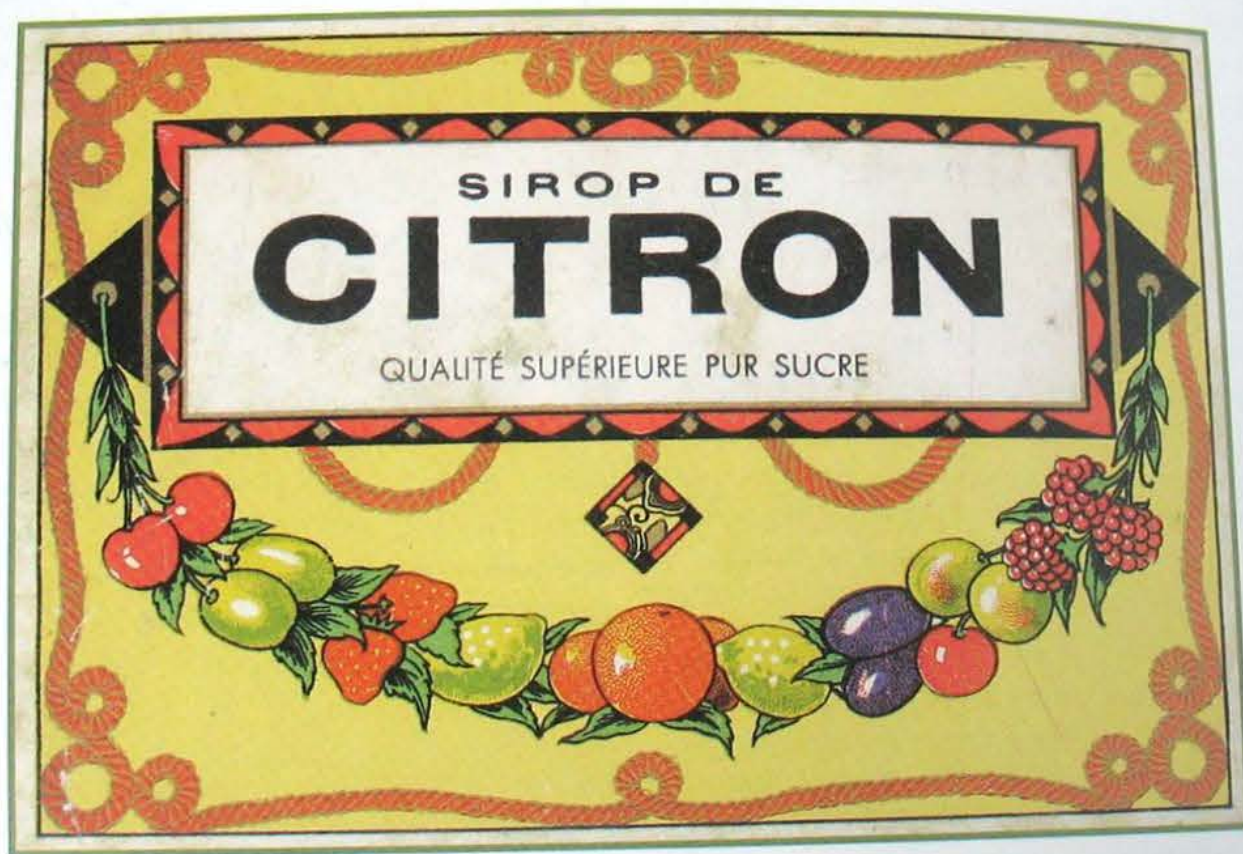
Avec 1/2 litre de jus de coing, 1 gramme de cannelle et de coriandre, 1 litre



d'eau de vie et 250 grammes de sucre. On fait macérer le jus et les aromates dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir 2 à 3 mois au frais avant la dégustation.

#### 477- Liqueur de coing de Jane

Avec 1/2 litre de jus de coing, 1/2 litre d'eau de vie parfumée de Provence, une pincée de cannelle et de girofle et 200 grammes de sucre. Elle fait macérer le tout pendant 2 mois, puis elle filtre pour mettre en bouteilles et conserver au frais cette liqueur parfumée qu'elle sert à partir des fêtes de Noël.



## 62. Grande Consoude

**P**lante vivace qui pousse en touffe dans les lieux humides. La consoude peut monter à plus d'un mètre de hauteur avec de grandes feuilles allongées, épaisses et rugueuses de 30 cm de long; certaines se prolongent sur la tige. Les fleurs poussent en grappes; elles sont petites, de couleur rose, violacée ou blanc-jaunâtre suivant la variété. La souche est ramifiée avec des racines épaisses, de couleur brune et blanche à l'intérieur, que l'on utilise ici.

#### 478- Infusion de la racine

Avec 100 grammes de la racine sèche et concassée pour un litre d'eau bouillante. Couvrir et laisser infuser toute la nuit. Prendre une tasse après les repas pour calmer les douleurs de l'intestin.

#### 479- Sirop de la racine

Avec 200 grammes de la racine, un litre d'eau et du sucre. On fait macérer la racine coupée en morceaux dans l'eau pendant toute une nuit, filtrer, ajouter 2 parts de sucre pour une part de macération et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure,

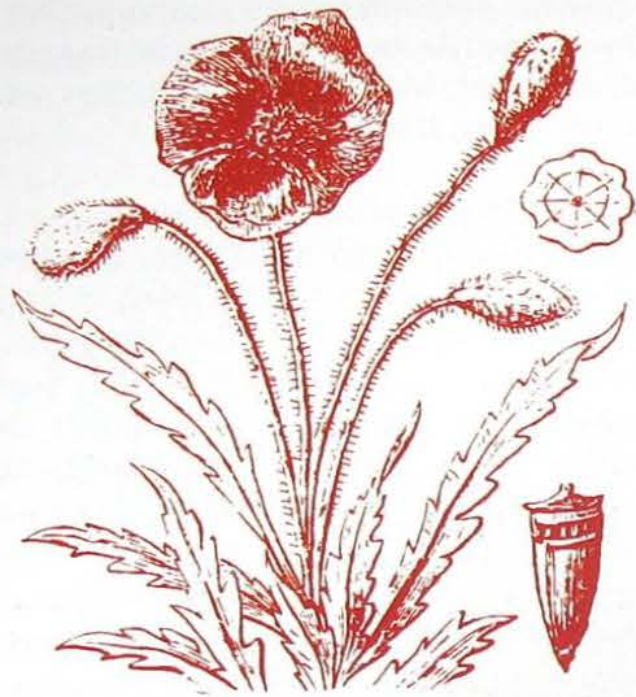
vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 480- Sirop composé à l'ancienne

Avec un mélange des plantes fraîches suivantes : sommités de consoude 250 grammes, pétales de roses rouges, bétoine, plantain, pimprenelle, scabieuse et tussilage, 450 grammes de chaque. Écraser toutes ces plantes et bien exprimer le jus dans un torchon. Ajouter 1,2 kg de sucre et faire cuire. Au premier bouillon on ajoute 250 grammes de racine de consoude en morceaux ou râpées et on continue la cuisson à petit feu pendant 1/4 d'heure. On vérifie la consistance du sirop puis on filtre pour mettre en bouteilles et toujours conserver au frais.



## 63. Coquelicot



taires sont caractéristiques et se balancent sur de longs pédoncules velus; elles sont composées de pétales soyeux, de couleur rouge sang ou rouge écarlate, et vont donner à maturité un fruit qui est une capsule ovale et très composée, remplie de minuscules graines noires.

### 481- Infusion de pétales de coquelicot

Avec une poignée de pétales séchés pour un litre d'eau bouillante (que l'on peut associer avec les plantes suivantes : anis, basilic, lavande ou menthe).

### 482- Infusion de fleurs

Avec en mélange des fleurs de coquelicot, bouillon blanc et tussilage, 20 à 30 grammes pour un litre d'eau bouillante.

*Prendre une tasse, le soir avant le coucher. Boisson calmante et adoucissante.*

### 483- Infusion contre le froid

Avec les plantes suivantes : coquelicot, réglisse, marrube blanc, hysope, tilleul, mauve, serpolet, violette... à uti-



**P**lante annuelle connue, considérée comme mauvaise herbe par les jardiniers, qui pousse avec des feuilles en rosette, irrégulières, profondément découpées et pointues, recouvertes de duvet. La tige, peu ramifiée, de 50 à 80 cm de hauteur est recouverte de soies. Les fleurs soli-

liser tout ou partie à raison d'une pincée pour un bol d'eau bouillante dans les cas de toux, coqueluche et en général pour prévenir les affections respiratoires.

### 484- Décoction de capsules

Faire bouillir dans un litre d'eau 10 capsules sèches et écrasées de coquelicot pendant 10 minutes. Filtrer et couper avec un peu de lait pour donner aux enfants 3 à 4 fois par jour dans les cas d'insomnie.

### 485- Limonade de coquelicot

Remplir une bouteille de pétales de coquelicot et recouvrir avec de l'eau, ajouter un peu de sucre et le jus d'un citron pour laisser infuser au soleil pendant toute une journée. Filtrer, mettre en bouteille pour conserver au frais et boire dans les jours qui suivent.

### 486- SIROP DE COQUELICOT

Avec 100 grammes de pétales secs, un litre d'eau bouillante et 1,5 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur les pétales et laisser infuser pendant 6 à 8 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire, au premier bouillon, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 487- Sirop à l'ancienne

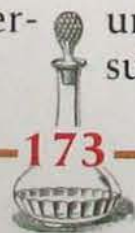
Remplir un large récipient de nombreux pétales de coquelicot, recouvrir avec de l'eau bouillante pour laisser infuser pendant 24 heures, porter cette infusion à ébullition et après refroidissement filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Pour un litre de jus, ajouter 1 kg de sucre en poudre et le jus d'un citron pour faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 488- Vin de coquelicot

Avec 2 grosses poignées de pétales de coquelicot, un litre de bon vin, un peu de gingembre en poudre, 2 cuillerées à soupe de miel liquide et un petit verre d'eau de vie. Faire macérer les pétales et le gingembre dans le vin pendant 15 jours à 3 semaines. Filtrer, ajouter le miel et l'eau de vie, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelques mois avant la dégustation.

### 489- Liqueur de coquelicot

Avec des pétales de coquelicot, un litre d'eau de vie, un peu de cannelle, un clou de girofle, 500 grammes de sucre et un verre d'eau. On fait macérer





les pétales de coquelicot avec les aromates dans l'eau de vie pendant un mois, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

#### 490- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de pétales de coquelicot, recouvrir avec de l'alcool à

90°. Ajouter un peu de gingembre en poudre pour laisser macérer pendant 3 semaines à un mois. Filtrer et ajouter à part égale un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans un litre d'eau pendant 10 minutes à ¼ d'heure. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois pour obtenir une liqueur de couleur ambrée qui va se bonifier avec le temps.



174

## 64. Coriandre

**C**'est une ombellifère qui pousse en touffe clairsemée à 50 cm de hauteur environ. La tige est très ramifiée, fine, comme fragile et de couleur vert clair, avec de petites feuilles découpées en filaments, comme le fenouil, dans la partie haute et, découpées, plus grandes avec des lobes larges et dentelés en bas de la plante. Les fleurs poussent en ombelles clairsemées, elles sont petites, de couleur blanche ou rose pâle et donnent à maturité des graines, petites, rondes, de couleur verte au début pour devenir brun clair ensuite. Ces graines, comme toute la plante dégagent une odeur de punaise, peu agréable quand elles sont vertes pour devenir très aromatique au séchage.



infuser pendant 10 minutes. Prendre comme boisson stimulante et digestive.

#### 492- Infusion amère

Avec 25 grammes de coriandre (graines), réglisse (racine), sauge (sommités) et 10 grammes d'absinthe (plante), en mélange séché, à raison d'une cuillerée à café pour une tasse d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre une heure avant les repas comme amer et digestif.

#### 493- VIN DE CORIANDRE

Avec 20 grammes de graines de coriandre, un litre de bon vin rouge, un petit verre d'eau de vie parfumée et du sucre à volonté. Faire macérer les graines dans le vin rouge pendant 2 jours. Filtrer, ajouter l'eau de vie et du sucre en poudre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 491- Infusion de graines de coriandre

Avec de 10 à 20 grammes de graines pour un litre d'eau bouillante. Laisser



175



#### 494- Vin des moines

Avec 10 grammes de graines de coriandre, 5 grammes de safran, 2 grammes de fleurs de pavot séchées, un litre de bon vin rouge, un verre d'eau de vie et du sucre en poudre. On fait macérer les plantes dans le vin pendant toute une nuit. Le lendemain on porte à ébullition la macération, on laisse refroidir pour filtrer et ajouter l'eau de vie et du sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois.

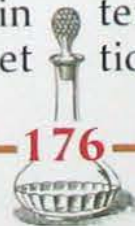
#### 495- Apéritif à la coriandre

Avec 15 grammes de coriandre (graines), 1 gramme d'anis et de cannelle, 1 morceau de bâton de vanille, une étoile de badiane, 1/2 litre d'eau de vie, 1 litre de vin blanc et 250 grammes de sucre en poudre. Faire macérer les plantes dans l'eau de vie pendant un mois. Filtrer, ajouter le vin et le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation.



#### 496- Apéritif du Trioulet

Avec 15 grammes de coriandre, 4 grammes d'anis vert, 2 clous de girofle un litre d'eau de vie, un litre de vin blanc, 400 à 500 grammes de sucre et



2 verres d'eau. Faire macérer les plantes dans l'eau de vie pendant un mois, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre mouillé avec l'eau dans le vin pendant 10 minutes, bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais quelques mois.

#### 497- Liqueur de coriandre

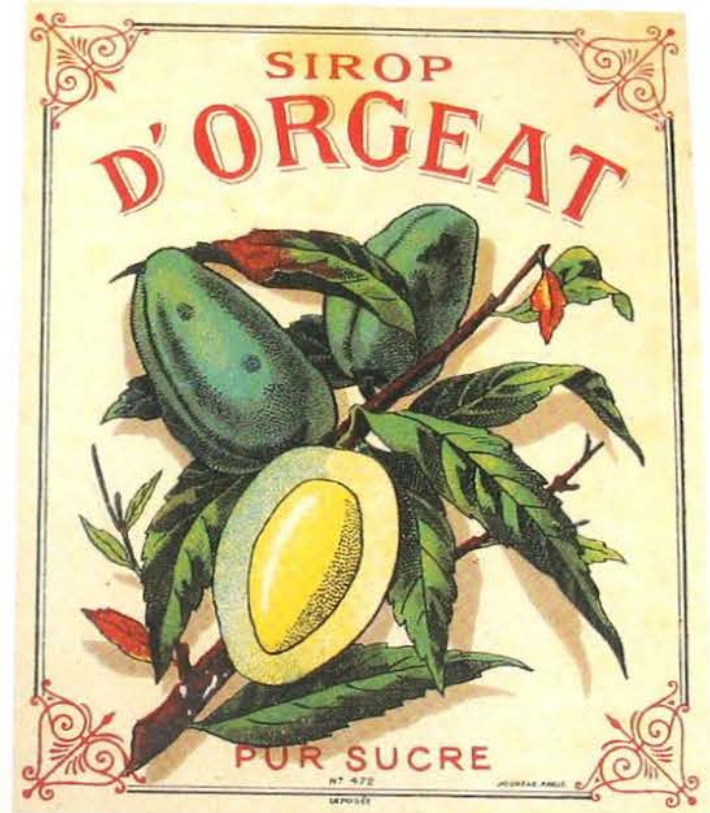
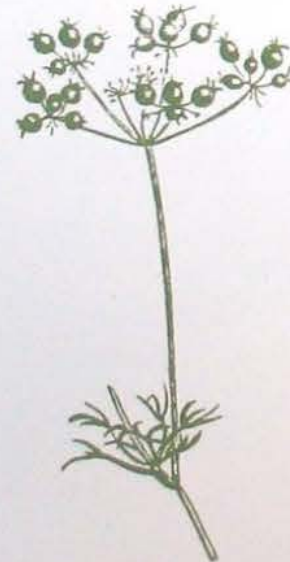
Avec 20 grammes de graines de coriandre, un peu de cannelle, 2 clous de girofle, un litre d'alcool à 90°, 750 à 800 grammes de sucre et un litre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant 15 jours à 3 semaines. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir.

#### 498- Vespéto

Avec 8 grammes de coriandre, 4 grammes d'angélique, 1 gramme de fenouil et d'anis, un citron, un litre d'eau de vie et 300 à 400 grammes de sucre. On fait macérer le zeste et le jus du citron avec les graines dans l'eau de vie pendant une semaine à 10 jours, ajouter alors le sucre et laisser faire pendant 2 jours, filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir avant la dégustation.

#### 499- Chartreuse verte

Avec un litre d'alcool à 90°, 10 grammes de coriandre, 5 grammes de tanaisie, 1 gramme de badiane et de safran, 2 feuilles de sauge, de mélisse et de menthe, un petit morceau de tige d'angélique 700 grammes de sucre en poudre et un litre à un litre et demi d'eau. Faire macérer les feuilles écrasées avec les graines de coriandre et d'anis concassées dans l'alcool pendant toute une nuit, ajouter la tanaisie et le safran et continuer la macération encore 6 heures. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant cuire à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir 2 à 3 mois au frais pour une bonne dégustation.





## 65. Cornouiller



tues, dures au toucher, lisses et velues. Les fleurs petites et de couleur jaune sont rassemblées en petites ombelles et donnent des fruits : la **cornouille** qui est ovale, de 1 cm de long, un peu comme une olive, mais de couleur rouge écarlate et de saveur acidulée et sucrée, ce qui en fait un des meilleurs fruits sauvages.

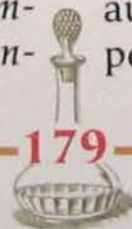
### 500- Jus de cornouille

Remplir un large récipient de cornouilles bien mûres, recouvrir avec de l'eau bouillante pour laisser infuser pendant 6 à 8 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Sucrez et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 501- Jus de cornouille à l'ancienne

Remplir une bassine à confiture avec des cornouilles très mûres, recouvrir d'eau de source et faire cuire à petit feu pendant 1/2 heure. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais ou stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

**E**n général c'est un arbuste de 4 à 5 mètres de hauteur qui peut atteindre 8 mètres dans de bonnes conditions. Le tronc est recouvert d'une écorce grise et jaunâtre, comme des écailles. Les nombreuses feuilles sont ovales, entières et poin-



## 502- SIROP DE CORNOUILLE OU CORNIAT

Avec 1 kg de jus de cornouille et 1 kg de sucre, bien mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 503- Vin de cornouille

Avec 5 kg de fruits, 1 kg de sucre, 8 litres d'eau et 10 cm<sup>3</sup> de levure de bière, écrasser les cornouilles bien mûres, les recouvrir avec l'eau bouillante et laisser fermenter pendant 10 jours. Filtrer, bien exprimer tout le jus et ajouter le sucre et la levure de bière pour continuer la fermentation 10 jours encore. Soutirer, filtrer une deuxième fois et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais.



du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelques temps avant la dégustation.

## 505- Liqueur de cornouille

Avec 1 kg de cornouilles très mûres, un litre d'eau de vie, un peu de cannelle, 500 grammes de sucre et un verre d'eau. On fait macérer les fruits dans l'eau de vie pendant 15 jours. Ajouter le sucre et la cannelle et continuer la macération encore 15 jours. Filtrer, bien exprimer tous le jus et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

## 506- Liqueur de Vaudenac

Avec 1 kg de cornouilles très mûres, un litre d'alcool à 90°, 2 grammes de cannelle en poudre, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire macérer les fruits avec la cannelle dans l'eau de vie pendant 1 mois, filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 3 mois environ avant la dégustation de cette liqueur peu ordinaire.



# 66. Cresson



**P**etite plante vivace, condimentaire de la famille des crucifères qui pousse au bord des eaux courantes avec une tige rameuse, penchée puis relevée aux extrémités des rameaux, souvent nageant sur l'eau et qui émet des rejets. Les petites feuilles sont ailées, entières et ovales, de couleur vert foncé, ce sont ces feuilles qui sont succulentes que l'on utilise pour leurs propriétés, car riches en vitamines : C, A et D et en oligo éléments. Les fleurs sont petites, de couleur blanche et poussent en petites grappes. Le cresson s'utilise toujours à l'état frais.

## 507- Infusion de feuilles

À raison de 30 à 50 grammes de feuilles de cresson fraîches pour un litre d'eau bouillante. À prendre comme tonique, dépuratif et apéritif.

## 508- Jus de cresson

Avec une grande quantité de feuilles de cresson qu'il faut hacher et écraser, on peut mouiller avec un verre d'eau et laisser infuser une heure, filtrer, bien exprimer tout le jus dans un linge propre, mettre en bouteilles pour





conserver au frais et boire légèrement sucré coupé de lait par exemple.

### 509- Sirop de cresson

Pour 100 grammes de jus de cresson, ajouter 200 grammes de sucre, faire cuire au bain-marie, à petit feu pendant 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 510- Vin de cresson

Avec 150 à 200 grammes de cresson haché, un litre de bon vin blanc et du sucre à volonté. On fait macérer le cresson dans le vin pendant quelques jours, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais avant la consommation de ce vin médicinal.



## 67. Cumin



**P**etite plante de la famille des ombellifères, souvent confondue avec le carvi, appelé : cumin des prés, qui pousse avec une tige fine et rameuse portant des feuilles petites et découpées comme des filaments. Les fleurs sont rassemblées en petites ombelles, de couleur blanche ou rose et donnent à maturité des graines aromatiques à saveur piquante.

### 511- Infusion de graines

Avec de 10 à 20 grammes de graines de cumin pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 3 à 4 tasses par jour comme stimulant et tonique.

### 512- Liqueur de cumin

Avec 25 grammes de graines, le zeste d'un citron, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et un litre d'eau. Faire macérer les graines et le zeste dans l'alcool pendant 15 jours, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

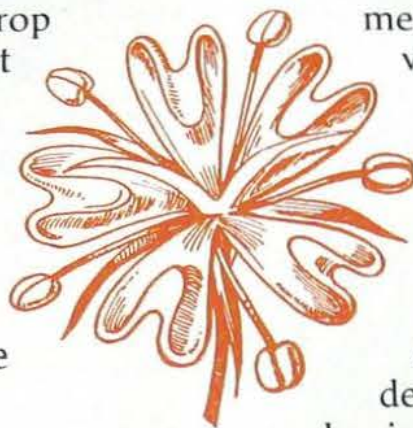
### 513- LIQUEUR DE NADINE

Avec 10 grammes de cumin, 5 grammes de coriandre et d'anis vert, le zeste d'un citron, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer les plantes dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



#### 514- Liqueur Péroline

Avec 10 grammes de cumin, un zeste de citron, une pincée de cannelle, 1/2 litre d'alcool à 90°, 750 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Placer les plantes dans un sachet en mousseline pour le plonger dans l'alcool pendant toute une journée. Retirer la mousseline avec les plantes alors que l'alcool s'est coloré en brun. Préparer un sirop avec le sucre et l'eau et mélanger 2/5 de volume de macération avec 3/5 de volume de sirop, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation de cette liqueur ambrée.



#### 515- Vespéto

Avec 50 grammes de cumin, 4 g de racine d'iris de Florence, 2 grammes de coriandre, de camomille et d'anis, un zeste de citron, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer les plantes dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, puis mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais.



184

#### 516- Liqueur chaude

Avec 20 grammes du mélange des plantes suivantes : cumin, carvi, coriandre et fenouil (en graines), 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et un verre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'eau de vie pendant 10 à 15 jours, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

#### 517- Liqueur miracle

Avec 5 grammes de graines de cumin, 2 grammes d'anis vert, 2 grammes de clous de girofle et 2 grammes de cannelle pour un litre d'eau de vie, plus 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'eau de vie pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger. Mettre en bouteilles pour laisser vieillir ou alors conserver la macération pour préparer le vin de longue vie.

#### 518- Vin de longue vie

Au bout d'un mois de macération précédente, ajouter un litre de bon vin blanc sec, le sirop obtenu en faisant fondre les 500 grammes de sucre dans le 1/2 litre d'eau, et un bâton de vanille, pour continuer la macération encore un mois. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir 2 à 3 mois avant de déguster cet apéritif parfumé, très apprécié au moyen âge.



185



## 68. Églantier



poussent en bouquets et sont de couleur rose ou blanche, elles donnent des fruits ovales, de couleur rouge appelés : **cynorhodons** ou encore : «gratte-cul» par les enfants. Ces fruits sont riches en vitamines : A1, B1, B2 et surtout C, et possèdent des propriétés médicinales importantes : antiseptiques, anti-grippales, astringentes, toniques... et restent très appréciés pour préparer des boissons et confitures.

### 519- Infusion de cynorhodons

Avec de 30 à 50 grammes de fruits écrasés pour un litre d'eau bouillante. Cuisson pendant 1/2 heure. Infusion à couvert 15 minutes. Prendre plusieurs fois par jour comme boisson stimulante et tonique.

### 520- Jus de cynorhodons

On ramasse les fruits après les premières gelées pour les placer dans un large récipient et les recouvrir d'eau bouillante. Laisser infuser pendant 2 à 3 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre, mettre en bouteilles et conserver au frais.

**D**e la famille des rosacées, c'est le rosier sauvage, encore appelé «rosier des chiens». Arbrisseau vivace qui peut monter à plusieurs mètres de hauteur. Il pousse avec une tige robuste et épineuse, de petites feuilles alternes, composées, de forme ovale et dentées. Les fleurs



186

### 521- SIROP DE CYNORHODONS

Avec 1 kg de sucre en poudre pour un litre de jus. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou alors stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

### 522- Vin d'églantier à l'ancienne

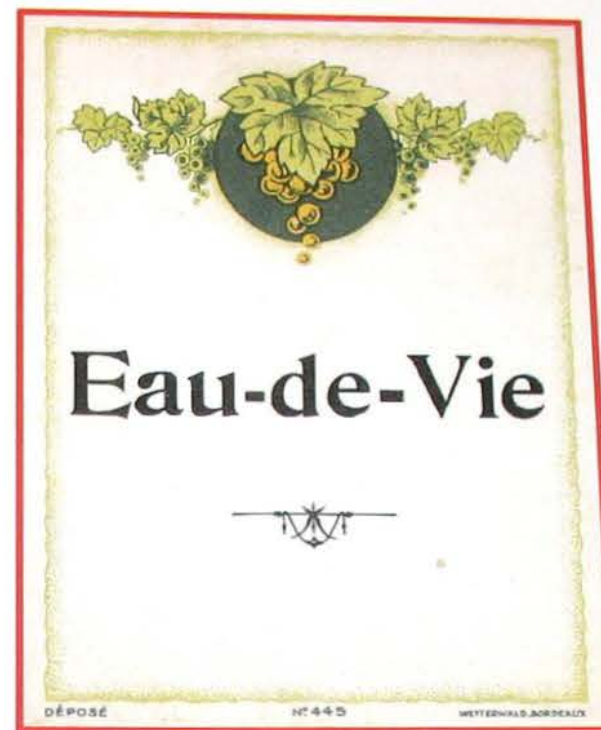
Avec 1 kg de baies, 2 litres d'eau et 1 kg de sucre. Écraser les baies pour les recouvrir avec le sucre et l'eau, laisser macérer pendant 6 mois au frais en remuant souvent surtout au début. Filtrer et mettre en bouteilles. Conserver au frais.

### 523- Liqueur de cynorhodons

Avec 1 kg de baies, un litre d'eau de vie, 250 à 300 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Écraser les baies pour les faire macérer dans l'eau de vie pendant 20 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, bien mélanger et filtrer encore pour éliminer tous les petits poils contenus dans les baies. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.



187

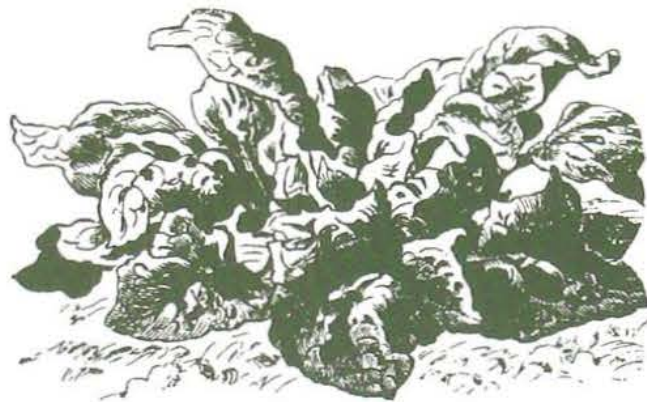


### 524- Églantine

Avec 1 kg de baies bien mûres, cueillies après les gelées, 1 litre d'alcool à 90°, 500 à 750 grammes de sucre et un litre d'eau. Faire macérer les baies écrasées dans l'alcool pendant 15 à 20 jours. Filtrer, ajouter le sirop, laisser faire 2 ou 3 jours pour filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir au frais 4 à 5 mois avant une dégustation très appréciée en hiver par exemple.

## 69. Épinard

**P**lante potagère qui pousse avec une rosette de grandes feuilles épaisses, tendres et gaufrées de couleur vert foncé. La tige centrale est rameuse. Elle porte des petites fleurs en bouquet qui vont donner les graines, uniquement sur les pieds femelles, que l'on fait sécher; cette tige peut atteindre un mètre de hauteur dans de bonnes conditions de culture.



### 525- Jus d'épinard

On récolte de belles et grandes feuilles d'épinard pour les hacher et bien les écraser dans un récipient large. On ajoute un verre d'eau bouillante et on laisse macérer pendant 1 heure, puis on filtre et on exprime tout le jus dans un linge propre pour mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 526- Vin d'épinard

Avec 300 grammes de jus d'épinard, un litre de vin rouge et un peu de sucre. On mélange le tout pour mettre en bouteilles et conserver au frais avant la consommation.

### 527- Vin d'épinard du Pavillon

Avec une bonne poignée de feuilles fraîches d'épinard, un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Écraser les

feuilles pour les faire macérer dans le vin pendant une heure, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire dans les jours qui suivent.



## 70. Épine-vinette



**C**'est un arbrisseau très épineux qui peut atteindre 3 mètres de hauteur, caractéristique avec ses épines à 3 pointes. Ses feuilles alternes, ovales et dentées sont disposées en bouquets situés au départ des épines. Les fleurs petites et de couleur jaune sont rassemblées en grappes pendantes. Les fruits sont des baies de couleur verte au début, pour devenir rouge vif à maturité, ils contiennent une pulpe qui a une saveur acidulée.

### 528- Infusion de baies

Avec de 30 à 50 grammes de baies bien mûres pour un litre d'eau bouillante. Sucre au miel et prendre plusieurs fois par jour comme boisson rafraîchissante et diurétique.

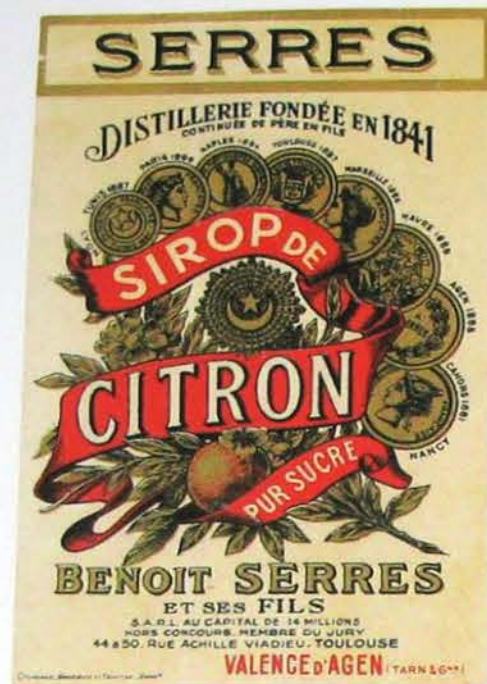
### 529- Jus d'épine-vinette

Placer dans un large récipient une grande quantité de baies bien mûres, pour les recouvrir d'eau bouillante. Laisser infuser de 1 à 2 heures, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 530- LIMONADE DE BAIES D'ÉPINE-VINETTE

Remplir une bouteille de baies bien mûres, recouvrir avec une bonne eau de source et laisser infuser en plein soleil pendant une journée. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent.





### 531- Sirop d'épine-vinette

Avec un litre de jus pour 1 kg de sucre. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 532- Sirop à l'ancienne

Avec 3 kg de baies bien mûres, un litre d'eau et du sucre en poudre. Écraser les baies, les recouvrir avec l'eau et

faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Filtrer et bien exprimer tout le jus. Pour 500 grammes de jus, prendre 750 à 800 grammes de sucre, mélanger et faire cuire encore à petit feu jusqu'à obtenir un sirop épais et parfumé. Vérifier et mettre en bouteilles pour conserver au frais ou stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

### 533- Hydromel d'épine-vinette

Avec 20 litres d'eau, 1 kg de baies et 1 kg de miel liquide. Mélanger le tout et laisser fermenter pendant un mois puis filtrer et soutirer pour obtenir un hydromel au goût aigret mais agréable à boire frais.

### 534- Vin de Berbérís

Avec 6 kg de baies, 2 kg de sucre et 7 à 8 litres d'eau. Écraser les baies, les recouvrir avec l'eau chaude et laisser fermenter pendant 2 jours, filtrer, bien exprimer tout le jus dans un linge propre, ajouter le sucre et continuer la fermentation pendant un mois. Soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais avant la consommation.



## 71. Estragon



**P**lante condimentaire qui est une armoise de la famille des composées et qui craint le gel. Elle pousse avec une tige ronde et ramifiée de couleur vert clair au sommet et brun à la base. Les feuilles sont étroites et lancéolées, de couleur vert vif et possèdent de minuscules glandes qui dégagent au toucher un parfum qualifié de doux-amer, poivré et légèrement anisé. Les fleurs sont blanches et poussent en capitules. La racine est touffue et émet des rejets.

### 535- Infusion de feuilles

Avec de 20 à 30 grammes pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes et prendre après les repas en cas d'indigestion et pour aider les estomacs paresseux.

### 536- Infusion en mélange

Avec 50 grammes d'estragon, 40 grammes de fenouil et 20 grammes d'angélique. Prendre une cuillerée à soupe par





tasse d'eau bouillante et laisser infuser 10 minutes pour soigner l'aérophagie.

### 537- Vin d'estragon

Avec 30 grammes de feuilles fraîches, un litre de bon vin blanc et du sucre à volonté. Faire macérer les feuilles dans le vin blanc pendant une semaine, filtrer et ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 538- Apéritif de Marie

Avec 30 grammes de feuilles d'estragon, une gousse de vanille, un litre de bon vin blanc, 1 petit verre d'alcool et du sucre. Elle fait macérer l'estragon et la vanille dans le vin blanc pendant une semaine, puis elle filtre pour ajouter l'alcool et le sucre et mettre en bouteilles pour laisser vieillir 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 539- LIQUEUR D'ESTRAGON

Avec 50 grammes d'estragon, 1 litre d'eau de vie, 300 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer la plante dans l'eau de vie pendant 2 mois, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec les 2 verres d'eau, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 540- Liqueur de Myriam

Avec 50 grammes de feuilles d'estragon fraîchement cueillies, une gousse de vanille, 1 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer la plante et la vanille dans l'alcool pendant 15 jours, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles avec un brin d'estragon pour la détermination de la liqueur. Laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

### 541- Liqueur à l'ancienne

Avec un litre d'alcool à 90°, 100 grammes de feuilles d'estragon, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les feuilles dans l'alcool quelques jours, dès que la macération prend la couleur vert foncé, filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir au frais.

### 542- Apéritif du Pavillon

Que l'on sert très frais avec une part de liqueur d'estragon à l'ancienne pour 4 parts de vin blanc sec, mélanger et ajouter des glaçons.



APÉRITIF A BASE DE VIN GÉNÉREUX



LES FILS D'ÉMILE RICARD - NÉGOCIANTS A FRONTIGNAN-HLT.

## 72. Eucalyptus

**A**rbre magnifique qui pousse très vite et qui a donné des spécimens géants de plus de 50 mètres de hauteur et de 5 mètres de diamètre. Le tronc est droit avec une écorce lisse. Les feuilles étroites, ovales ou rondes sont nombreuses, persistantes, épaisses et coriaces, pourvues de minuscules glandes qui dégagent un parfum très aromatique, à odeur pénétrante, qualifié de balsamique. Les fleurs, grandes, de couleur jaune ou blanche, poussent en grappes et dégagent aussi une odeur balsamique agréable. Les fruits sont des capsules sèches remplies de petites graines.

### 543- Infusion de feuilles

Avec de 10 à 20 grammes de feuilles sèches et écrasées pour 1 litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes à 1/4 d'heure. Prendre de 3 à 4 tasses par jour contre les affections des voies respiratoires.

### 544- Sirop d'eucalyptus

Avec 100 grammes de feuilles, 1 litre d'eau et du sucre en poudre. Verser l'eau bouillante sur les feuilles et laisser infuser pendant 12 heures, filtrer et

ajouter le sucre à raison de 180 grammes pour 100 grammes d'infusion. Faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 545- VIN À L'EUCALYPTUS

Avec 30 grammes de feuilles, un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. On fait macérer les feuilles froissées dans le vin rouge pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 546- Liqueur à l'eucalyptus

Faire macérer 30 à 40 grammes de feuilles sèches dans un litre d'alcool à 90° pendant quelques jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau, à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant 2 à 3 mois avant la dégustation.



## 73. Eupatoire

**B**elle plante qui pousse dans les lieux humides à une hauteur de 1,5 m, avec une tige épaisse, dressée, ronde, moelleuse et légèrement velue, de couleur rougeâtre et aromatique. Les feuilles sont opposées, pétiolées, dentées, allongées et en forme de fer de lance, divisées en 3 segments. Elles dégagent au toucher une légère odeur de pomme. Les fleurs sont petites, de couleur rose ou pourpre et sont rassemblées en grappes très denses à l'extrémité des rameaux et des tiges. Elles donnent des graines petites, minces à aigrettes et de couleur brune. La racine est épaisse, brune à chair blanche.

### 547- Infusion de feuilles

Avec de 30 à 60 grammes de feuilles sèches pour un litre d'eau bouillante. Infusion à couvert de 15 minutes. Prendre plusieurs fois dans la journée comme diurétique et apéritif.

### 548- Décoction de la racine

Avec 50 grammes de la racine coupée en tranches pour un litre d'eau.

Laisser cuire pendant une 1/2 heure pour réduire de moitié. Laxatif et stimulant.

### 549- Vin d'eupatoire

Avec 40 à 50 grammes de racine pour un litre de vin rouge et du sucre à volonté. Faire macérer la racine coupée en tranches fines dans le vin rouge pendant toute une nuit, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 550- Apéritif à l'eupatoire

Avec 60 grammes de la plante entière (feuilles et fleurs), un litre de bon vin rouge (vin de Bordeaux par exemple), une gousse de vanille, un petit verre d'eau de vie parfumée et 300 à 400 grammes de sucre. Faire macérer la plante et la vanille dans le vin pendant une semaine, filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais un bon mois avant la dégustation.



# 74. Fenouil



feuilles fines et découpées en lanières filiformes sont vertes et aromatiques. Les fleurs petites poussent en ombelles étalées, de couleur jaune, et donnent des graines allongées de couleur brun clair et parfumées à l'anis comme toute la plante.

## 551- Infusion de graines

Avec de 5 à 10 grammes de graines de fenouil pour un litre d'eau bouillante. Prendre une tasse à la fin des principaux repas comme stimulant de l'appareil digestif.

## 552- Infusion de racine sèche et broyée

Avec 30 grammes pour un litre d'eau bouillante. Infusion à couvert pendant 1/2 heure. Prendre 3 à 4 fois par jour comme diurétique.

## 553- Vin de fenouil

Avec 150 grammes de graines de fenouil, un litre de bon vin blanc et un peu de miel liquide. On fait macérer les graines dans le vin blanc pendant 10 à 12 jours, puis on filtre pour ajouter le

miel liquide et bien mélanger avant de mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 554- Apéritif anisé

Avec 50 grammes de graines de fenouil, 20 grammes de graines d'anis, un litre de bon vin rouge, 100 à 200 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie. Faire macérer tous les ingrédients pendant 10 jours, filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.

## 555- PASTIS PROVENÇAL

Avec 10 grammes de graines de fenouil, 5 grammes d'armoise, de réglisse et d'anis, un litre d'alcool à 90° et 10 morceaux de sucre. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant une semaine, filtrer, ajouter le peu de sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire l'été coupé d'eau avec des glaçons.

## 556- Fenouillette à l'ancienne

Remplir un bocal de fenouil avec un mélange de graines, feuilles et tiges

coupées en morceaux, recouvrir avec un litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant une semaine à 10 jours, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans un litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais un à deux mois avant la dégustation.

## 557- Liqueur de fenouil

Avec 15 grammes de graines de fenouil, 5 grammes de graines d'anis, un litre d'eau de vie, 250 grammes de sucre et un verre d'eau. On fait macérer les graines concassées dans l'eau de vie pendant une semaine, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir au frais pendant quelques mois.

## 558- Liqueur des trois semences

Avec 10 grammes des graines des plantes suivantes : fenouil, anis et angélique, un litre d'eau de vie et 500 grammes de sucre mouillé avec





2 verres d'eau. Faire macérer les graines dans l'eau de vie pendant 10 jours, ajouter le sucre mouillé avec les 2 verres d'eau et laisser macérer encore 2 jours, filtrer, mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir au frais.

#### 559- Liqueur des 4 graines

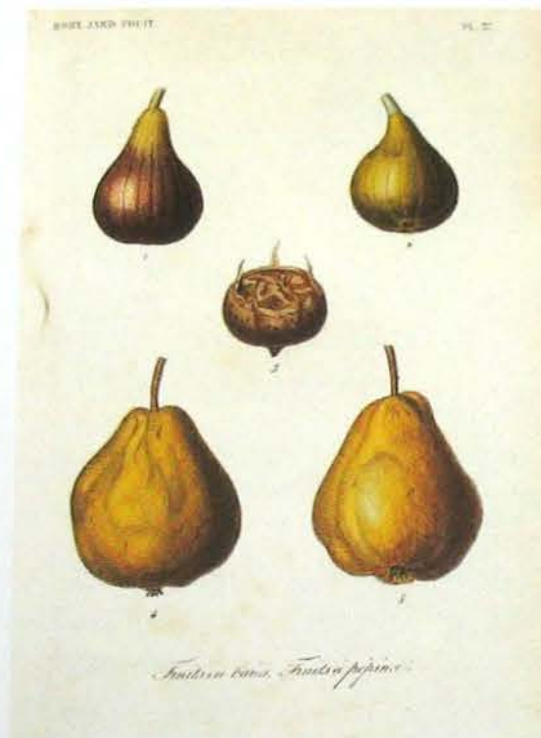
Avec 6 grammes de graines de : fenouil, angélique, coriandre et céleri, un litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre mouillé avec 1 ou 2 verres d'eau. Faire macérer les graines dans l'eau de vie pendant 15 jours, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, mélanger, mettre en bouteilles et laisser faire au frais.

#### 560- Ratafia des 7 graines

Avec 4 à 5 grammes des graines suivantes : fenouil, angélique, carvi, coriandre, aneth, anis et cumin, un litre d'eau de vie et 250 grammes de sucre. Concasser les graines pour les faire macérer dans l'eau de vie pendant un mois. Ajouter le sucre et laisser faire toute une nuit. Le lendemain, filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 4 à 5 mois avant la dégustation de cet élixir très apprécié le soir au coin du feu en hiver.



## 75. Figuier



**C**'est un arbrisseau qui se développe avec de nombreuses branches et un feuillage très touffu, pouvant atteindre la hauteur de 6 à 8 mètres. Le tronc et les branches sont robustes avec une écorce lisse et de couleur grise. Les feuilles sont grandes, persistantes et luisantes, simples et épaisses, de formes variables, à 3 ou 5 lobes, recouvertes de duvet. Elles sont

de couleur vert foncé. Les fleurs petites, poussent à l'aisselle des feuilles et le long des branches pour donner des fruits, les figues, piriformes et de couleur variable : violet, blanc, vert, avec des nuances de rouge, jaune ou bleu. Toute les parties de cet arbre contiennent un suc laiteux, ou latex, qui a été utilisé pour ses propriétés médicinales.



### 561- Décoction de figues sèches

Avec une poignée de figues sèches pour un litre d'eau, pendant 15 minutes. À prendre comme adoucissant et émoullient. (Peut se prendre aussi avec du lait.)

### 562- Infusion des feuilles

Avec 25 grammes de feuilles fraîches pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 fois par jour pour calmer la toux, la coqueluche...

### 563- SIROP DE FIGUES

Avec un litre de décoction et 750 grammes de sucre. Faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 564- Café de figues

En faisant une décoction de figues torréfiées. Très apprécié en Europe centrale et en Algérie.

### 565- Bière de figues

Avec 4 kg de figues sèches, 40 litres d'eau et des grains de genièvre. Faire

macérer le tout pendant une semaine dans un grand récipient de 50 litres, filtrer, soutirer et mettre en bouteilles bien bouchées pour laisser faire encore une semaine au frais avant de commencer la consommation.

### 566- Vin de figues à l'ancienne

Avec 1 kg de figues sèches, 10 baies de genièvre et 10 litres d'eau. Verser l'eau bouillante sur les figues et le genièvre écrasés et laisser fermenter pendant 15 jours. Filtrer, bien exprimer tout le jus dans un linge propre et

mettre en bouteilles pour continuer la fermentation encore un mois avant de commencer à déguster.

### 567- Apéritif à la figue

Avec un litre de bon vin rouge, 5 ou 6 figues sèches, 10 grammes d'amandes, 4 clous de girofle, une pincée de cannelle et de gingembre, 20 grammes de raisins secs et 150 grammes de sucre. Écraser les figues, les raisins et les amandes, ajouter les aromates et le sucre et recouvrir avec le vin rouge pour faire bouillir pendant 10 minutes.



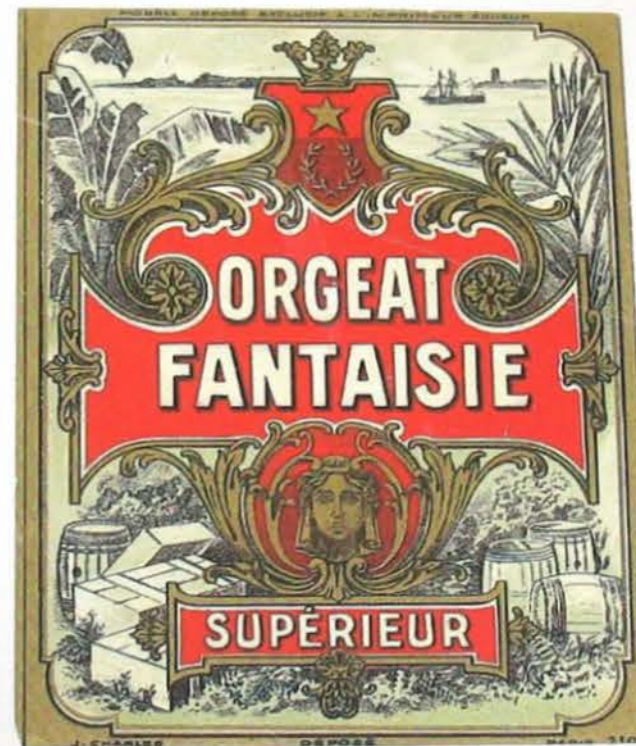
Laisser refroidir, filtrer, mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire le soir comme boisson chaude

### 568- Apéritif de Vaudenac

Avec un litre d'un bon vin rosé de Provence, 8 figues sèches, 1 amande, un petit verre d'eau de vie, un bâton de vanille, 200 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer les figues dans le vin pendant 10 jours, filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Bien mélanger pour ajouter l'eau de vie, la vanille et l'amande. Laisser faire pendant un mois encore, puis filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps.

### 569- Vin de Madère

Avec 100 grammes de figues sèches, 3 grammes de fleurs de sureau, 1 gramme de racine de rhubarbe, 2 litres de bon vin et de 100 à 200 grammes de sucre. Verser le vin bouillant sur les plantes écrasées, bien mélanger et laisser macérer pendant une heure. Filtrer, ajouter le sucre, plus ou moins suivant votre goût, mélanger encore et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant de déguster avec des glaçons.



## 76. Fraisier



**P**etite plante de la famille des rosacées, sauvage ou cultivée, qui pousse en touffe en émettant des stolons pour la multiplication. Les feuilles sont à 3 folioles plissées et dentées, parfois velues. Les tiges florales sont dressées et portent des fleurs, petites, de couleur blanche qui sont rassemblées en bouquets. Les fruits très connus : les fraises, sont charnus, sucrés et parfumés, de forme arrondie ou conique et de couleur rosé à rouge foncé à maturité. On utilise ces fruits et même les feuilles du fraisier sauvage.

### 570- Infusion de feuilles

Avec 10 grammes de feuilles sèches du fraisier sauvage pour un litre d'eau bouillante. Prendre comme diurétique et astringent.

### 571- Thé de feuilles

Avec une pincée de feuilles sèches de fraisier sauvage pour une tasse d'eau bouillante. Infusion 10 minutes, que l'on peut parfumer avec un peu de cannelle ou de vanille. Prendre plusieurs fois par jour comme diurétique et dépuratif.

### 572- Jus de fraises

Placer dans un large récipient une grande quantité de fraises bien mûres,

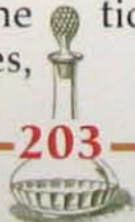
les écraser et recouvrir avec 2 verres d'eau bouillante. Mélanger et laisser faire pendant 1 à 2 heures, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

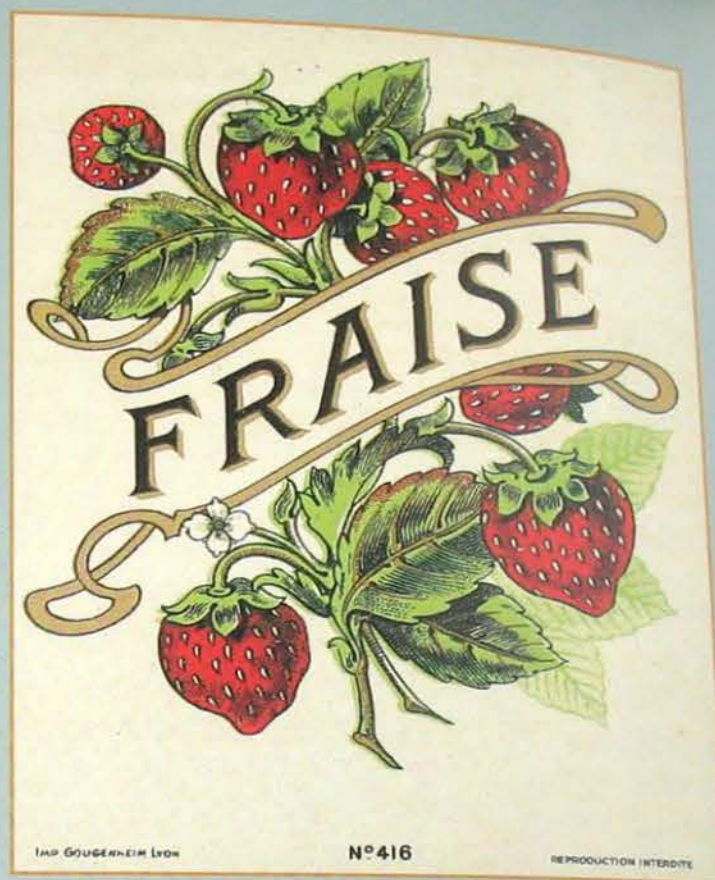
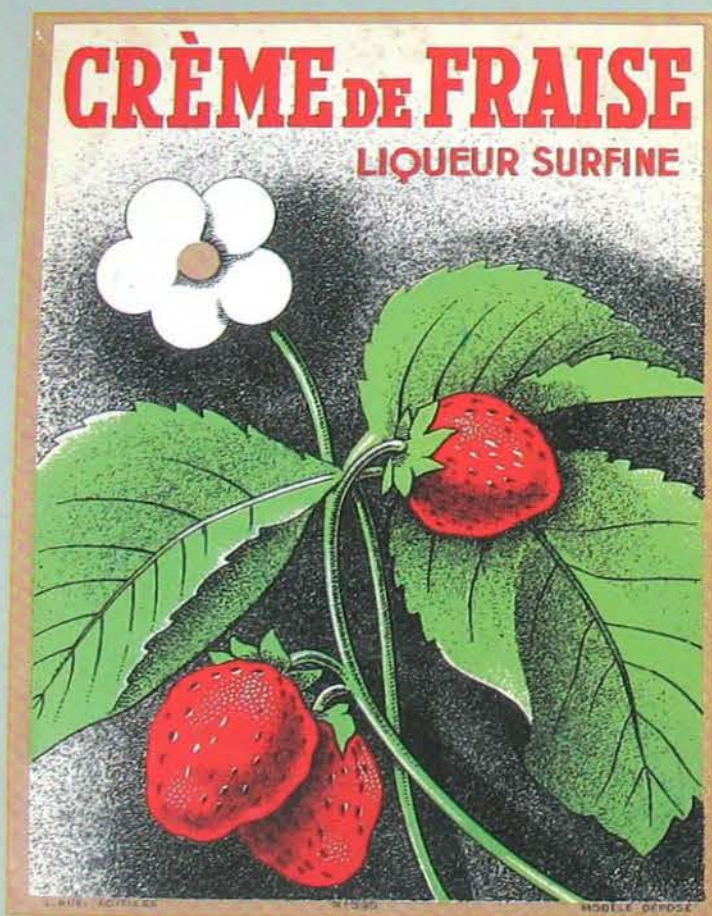
### 573- SIROP DE FRAISES

Avec un litre de jus de fraise et de 800 grammes à 1 kg de sucre en poudre. Bien mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et toujours conserver au frais ou alors stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

### 574- Liqueur de fraises

Avec 1 kg de fraises bien mûres, 500 grammes de sucre, 1 litre d'eau de vie, 1 clou de girofle et 1 verre d'eau. Faire macérer les fraises dans l'eau de vie pendant un mois. Écraser les fraises dans l'eau de vie. Ajouter le sucre, le clou de girofle et l'eau pour continuer la macération encore 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.





#### 575- Liqueur de Marie-Laure

Avec 500 grammes de fraises, 1/2 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire un sirop avec le sucre et l'eau que l'on verse bouillant sur les fraises légèrement écrasées. Bien mélanger et laisser refroidir, filtrer et exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter l'alcool et laisser macérer pendant une semaine. Filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour conserver au frais, et boire dans deux à trois mois.

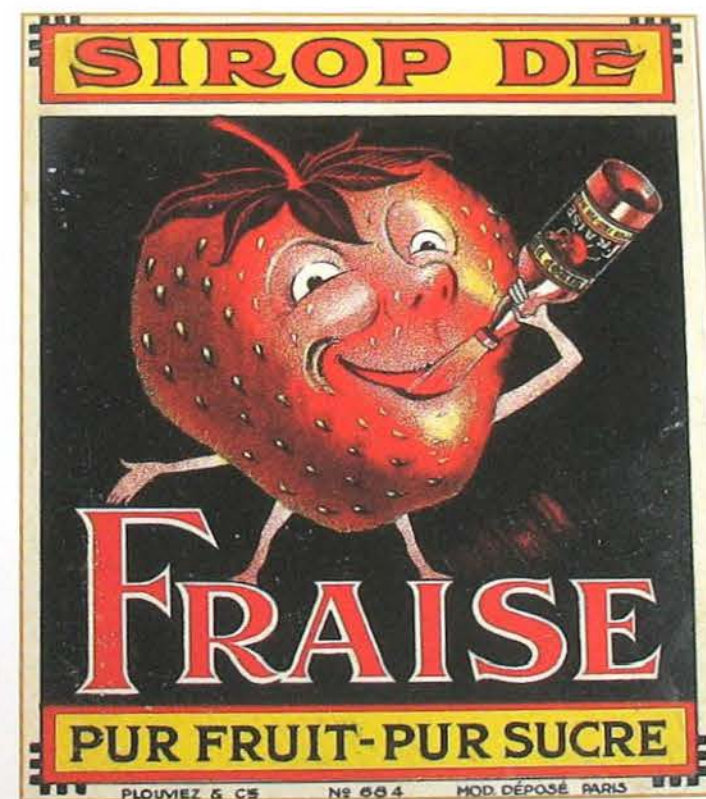
#### 576- Liqueur de Vaudenac

Placer 500 grammes de fraises bien mûres dans un bocal et recouvrir avec de l'alcool à 90° pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer et bien exprimer la macération, ajouter alors un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 300 à 400 grammes de sucre dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Compléter avec une gousse de vanille et mettre en bouteilles pour laisser vieillir un à deux mois au frais avant la dégustation.

#### 577- Liqueur de fraises des bois

Placer votre récolte de fraises des bois dans un bocal et recouvrir avec une bonne eau de vie. Laisser macérer

15 jours. Filtrer et bien exprimer tout le jus de la macération. Pour un litre, ajouter 300 grammes de sucre mouillé avec un verre d'eau, un peu de cannelle et de macis, mélanger et laisser faire encore 15 jours. Filtrer à nouveau, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster cette liqueur ambrée et parfumée.



# 77. Framboisier

**S**ous-arbrisseau de la famille des rosacées à tiges dressées, garnies de nombreux aiguillons, qui peuvent monter à 2 mètres de hauteur, avec des feuilles pennées et composées de 3 à 7 folioles, de forme ovale et pointue, légèrement dentées et duveteuses sur le dessous. Les fleurs blanches poussent en panicules espacées et donnent des fruits : les **framboises** qui sont des baies composées comme les mûres, de couleur rose, rouge ou pourpre, à saveur délicieuse et rafraîchissante.

## 578- Jus de framboises

Placer dans un large récipient une grande quantité de framboises bien mûres. Les écraser et recouvrir avec 2 verres d'eau bouillante, mélanger et laisser faire pendant une heure, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 579- Sirop de framboises

Avec 1 kg de sucre en poudre pour un litre de jus. Mélanger et porter à ébullition pendant 10 minutes. Vérifier la

consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

## 580- Sirop à l'ancienne

Avec 3 kg de framboises, 5 kg de sucre et 2 verres d'eau. Faire un sirop avec le sucre mouillé des 2 verres d'eau. Au premier bouillon, ajouter les framboises bien mûres et écrasées. Continuer la cuisson pendant 10 minutes. Filtrer, exprimer tout le sirop et mettre en bouteilles pour toujours conserver au frais.

## 581- Vin de framboises

Avec un litre de vin blanc sec, 500 grammes de framboises bien mûres et 1 kg de sucre en poudre. Écraser les framboises ou les mixer pour obtenir un coulis. Ajouter le vin blanc et laisser macérer pendant 24 heures au frais, filtrer et bien exprimer tout le jus de la macération dans un linge propre, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes, laisser refroidir et

mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 582- Vin de framboises de Jane

Avec un litre de bon vin blanc, 800 grammes de sucre en poudre et 400 grammes de framboises sauvages. Elle fait macérer les framboises dans le vin pendant 24 heures, puis elle filtre et exprime tout le vin dans un linge pour ajouter le sucre et porter à ébullition en faisant cuire environ 10 minutes à 1/4 d'heure. Elle filtre à nouveau et met en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant quelques temps.

## 583- LIQUEUR DE FRAMBOISES

Avec 500 grammes de framboises bien mûres, 1 litre d'eau de vie, 300 grammes de sucre et 1 verre d'eau. On fait macérer les framboises dans l'eau de vie pendant 15 jours, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau,

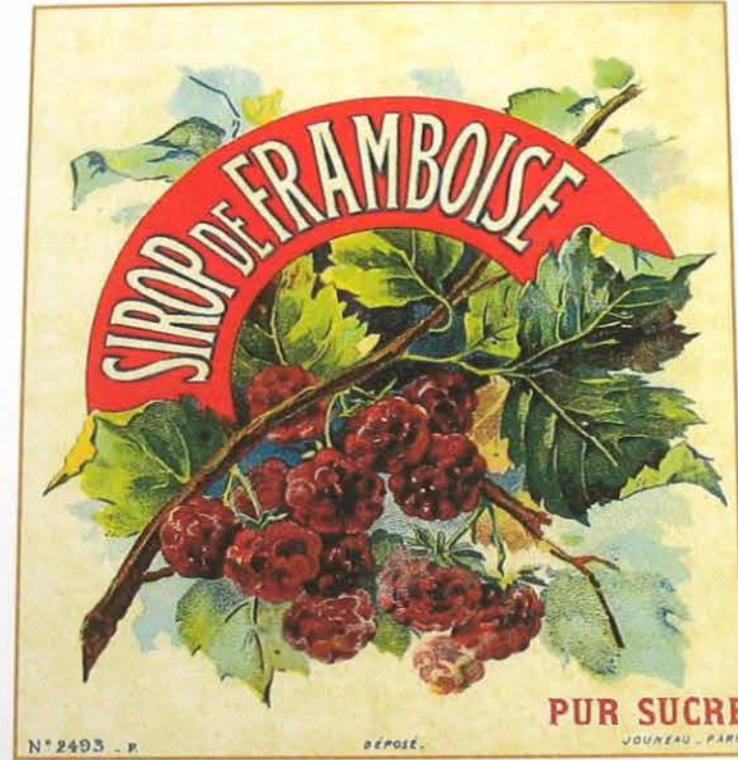
mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 584- Liqueur de Vaudenac

Avec 300 grammes de framboises sauvages, 200 grammes de framboises du jardin, 1 litre d'alcool à 90°, 500 à 750 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les framboises écrasées dans l'alcool pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant 2 à 3 mois avant la dégustation.

## 585- Marasquin

Avec beaucoup de framboises, un litre d'eau de vie, un verre de kirsch et du sucre à volonté. On fait toujours macérer les framboises dans l'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le kirsch et du sucre suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles et laisser





# Sirop de Framboise

PUR SUCRE



N° 763 DÉPOSÉ

VOUVEAU, PARIS

vieillir longtemps pour obtenir une liqueur ambrée, parfumée et délicieuse.

## 586- Ratafia de framboises à l'ancienne

Avec 1 kg de framboises, un litre d'eau de vie et du sucre à volonté. On fait macérer les framboises écrasées

pendant 15 jours dans l'eau de vie, on ajoute du sucre suivant notre goût (souvent de 200 à 400 grammes) pour laisser faire encore une semaine. Filtrer, exprimer, mettre en bouteilles et conserver au frais au moins 4 mois pour un résultat excellent.



208

## 78. Fraxinelle

**P**lante de montagne qui pousse en touffes avec des tiges dressées, simples et cylindriques, légèrement velues de un mètre de hauteur. Les feuilles sont petites, ovales et dentées comme celles du frêne, et possèdent sur leur bord des glandes minuscules et aromatiques qui dégagent au toucher un parfum d'orange et une essence qui peut s'enflammer facilement. Les fleurs, très décoratives, poussent en bouquets au sommet de la tige et sont de couleur mauve, blanche ou rose. La racine est blanche, épaisse et rameuse.

### 587- Infusion de la racine

Avec de 15 à 30 grammes de l'écorce de la racine sèche pour un litre d'eau bouillante, infusion 10 minutes. Prendre 3 tasses par jour contre la fièvre et les maux d'estomac

### 588- Infusion de feuilles sèches

Avec 30 grammes de feuilles sèches pour un litre d'eau bouillante. À

prendre pour soulager les douleurs rhumatismales.

### 589- Vin de fraxinelle

Avec 30 grammes de la racine, un litre de bon vin blanc et du sucre à volonté. Faire macérer l'écorce de la racine dans le vin pendant 10 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 590- Liqueur de fraxinelle

Avec 20 grammes de l'écorce de la racine, 10 grammes de feuilles de menthe, 1 litre d'alcool à 90°, 750 grammes de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer les plantes dans l'alcool pendant une semaine, filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.



209



## 79. Frêne

**A**rbre magnifique, qualifié d'ornemental, qui peut atteindre 30 mètres de hauteur avec un tronc droit et élevé, qui possède une écorce unie et de couleur cendrée. Les branches opposées portent des rameaux verdâtres qui se terminent par un gros bourgeon de couleur noire. Les feuilles sont caduques, opposées, composées de 9 à 15 folioles dentées. Les fleurs ne possèdent pas de pétales, elles sont petites et réunies en panicules. Les fruits sont des capsules coriaces prolongées par une aile étroite et longue. On utilise l'écorce, les feuilles, les fruits et la racine.

### 591- Infusion des feuilles

Avec 50 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. À prendre comme laxatif

### 592- Décoction de l'écorce

Avec de 20 à 60 grammes de l'écorce pour un litre d'eau. Prendre plusieurs fois par jour comme tonique et fébrifuge.

### 593- Infusion de graines

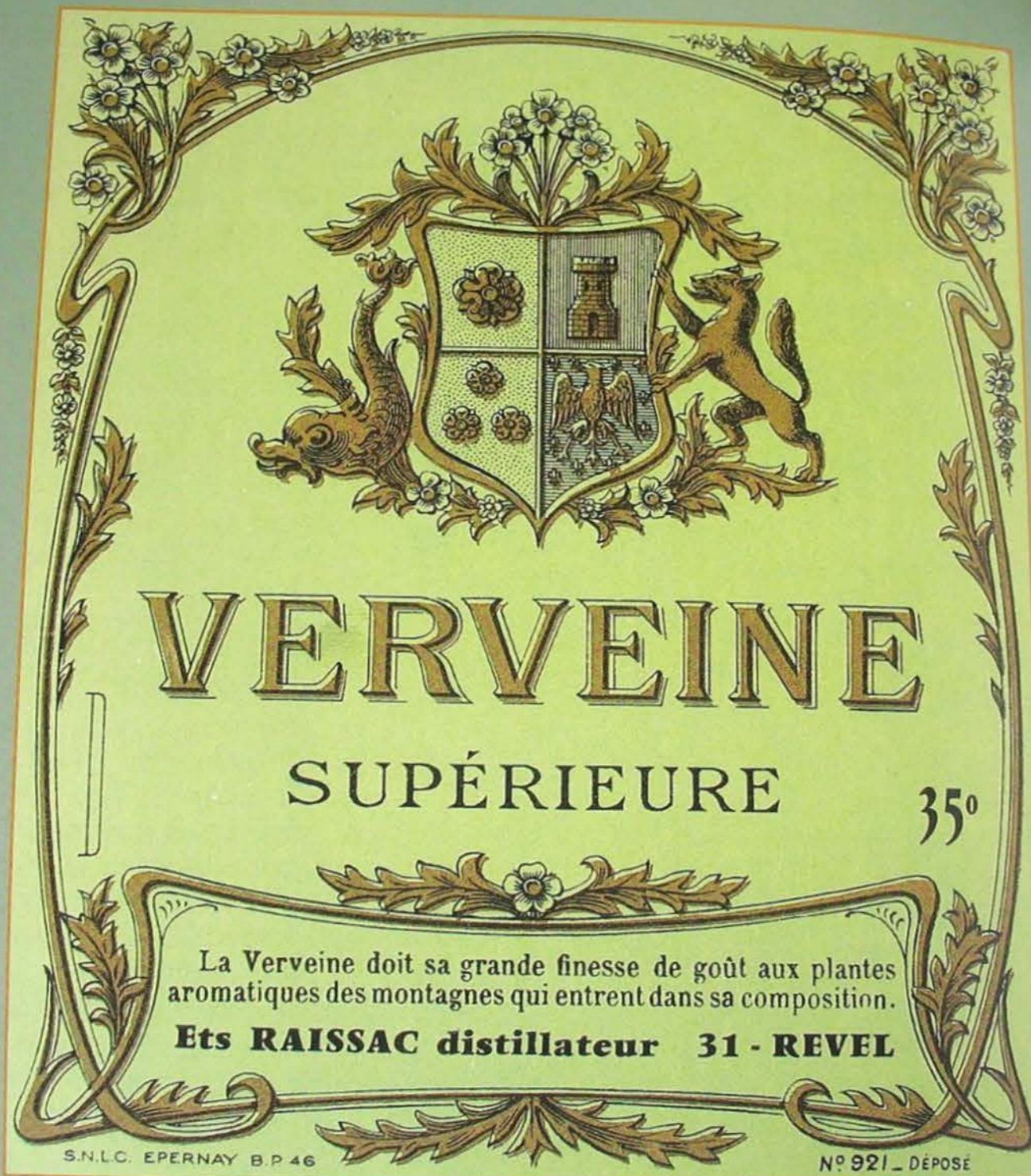
Avec de 10 à 30 grammes de graines pour un litre d'eau bouillante. Infusion à couvert 10 minutes. Tonique et diurétique

### 594- Infusion du Docteur Leclerc

Avec 100 grammes de feuilles de cassis, 50 grammes de feuilles de frêne et 50 grammes de sommités de reine des prés en mélange. Prendre une cuillerée à soupe pour une tasse d'eau bouillante. Contre les rhumatismes.

### 595- Vin de frêne (racine)

Avec 40 grammes de l'écorce de la racine, un litre de bon vin rouge, un petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Plonger l'écorce en morceaux dans le vin et porter à ébullition, filtrer, ajouter le sucre suivant votre goût et l'eau de vie, mettre en bouteilles et conserver au frais avant la dégustation.



**VERVEINE**  
**SUPÉRIEURE** 35°

La Verveine doit sa grande finesse de goût aux plantes aromatiques des montagnes qui entrent dans sa composition.  
**Ets RAISSAC distillateur 31 - REVEL**

S.N.L.C. EPERNAY B.P. 46 N° 921 - DÉPOSÉ



**QUINA ST-GEORGES**  
APÉRITIF NATUREL

BIEN FAIRE ET LAISSER DIRE

COMPOSÉ DE VINS GÉNÉREUX TRÈS VIEUX, D'EXCELLENT QUINQUINA ET KOLA. SON GOUT TRÈS AGREABLE LE CLASSE PARMI LES MEILLEURS APÉRITIFS.

**M. MUGNIER À THIERS**  
Maison fondée en 1856  
INVENTEUR ET SEUL FABRICANT

### 596- Vin de feuilles fraîches

Avec 10 grammes de feuilles fraîches de frêne, un litre de bon vin blanc et du sucre à volonté. Faire bouillir les feuilles dans le vin blanc pendant 1/4 d'heure, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.

### 597- Frenette

Pour un tonneau de 100 litres de capacité, il faut : 100 grammes de feuilles de frêne sèches, 150 grammes de chicorée, 60 grammes d'acide tartrique, 75 grammes de levure fraîche, 5 kg de sucre et de l'eau de source. Faire infuser d'une part les feuilles de frêne dans 2 litres d'eau bouillante, et d'autre part la chicorée dans 2 à 3 litres d'eau bouillante. Mélanger les 2 infusions et ajouter le sucre, l'acide tartrique et la levure. Bien agiter pour verser dans le tonneau et compléter avec de l'eau de source, tonneau plein. Laisser fermenter 15 jours tonneau ouvert. Commencer alors à soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais ou alors pour consommer au fur et à mesure des besoins.

## 80. Fruits rouges

**C**e sont tous les fruits que nous avons déjà détaillés ici mais qui sont souvent utilisés en mélange comme : les cerises, les fraises, les framboises, les groseilles pour les fruits rouges, auxquels il faut ajouter les mûres, les raisins, les cassis et parfois d'autres encore...

### 598- Jus de fruits rouges

Avec un mélange de fruits de saison comme : cerises, fraises, framboises et groseilles. Dénoyer les cerises et bien écraser tous les fruits dans un large récipient, recouvrir avec 2 verres d'eau bouillante, laisser infuser pendant une bonne heure, filtrer et exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 599- Sirop de fruits rouges

Avec un litre de jus de fruits pour 1 kg de sucre en poudre. Mélanger et faire cuire à petit feu. Au premier bouillon, écumer, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en

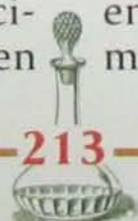
bouteilles et conserver au frais, ou stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

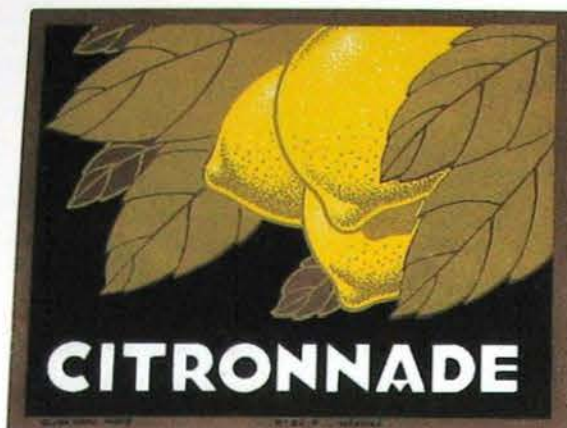
### 600- Limonade rose

Avec un litre d'eau, 200 grammes de sucre, 250 grammes de jus de fruits rouges et le jus de 3 citrons. Mélanger le tout et laisser infuser pendant 2 journées au frais. Filtrer et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais et servir dans les jours suivants dans des grands verres avec des glaçons.

### 601- SANGRIA

Avec un litre de vin rouge, un verre d'eau de vie bien parfumée, un peu de sucre et de cannelle et des fruits : fraises, framboises, groseilles, raisins, cassis et même, poires, pêches, figues... plus 1 citron et une orange. Placer dans un large récipient le vin, le sucre, la cannelle, l'eau de vie et le jus de l'orange et du citron. Ajouter tous les fruits coupés en morceaux et laisser macérer environ 1/2 heure. Bien mélanger au moment de servir très frais.



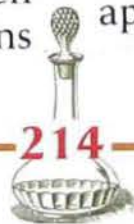


### 602- Apéritif aux fruits rouges

Avec un litre de bon vin blanc sec, 500 à 600 grammes de fruits en mélange (fraises, framboises, groseilles, cassis...), 1 kg de sucre et un petit verre d'eau de vie parfumée. Écraser tous les fruits, ajouter le vin blanc pour laisser macérer pendant 24 heures au frais. Filtrer et bien exprimer tout le jus de la macération dans un linge propre, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 minutes. Laisser refroidir, ajouter l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.

### 603- Liqueur de fruits

Avec 500 grammes de fruits en mélange de votre choix, quelques grains



de coriandre, une gousse de vanille, 1 litre d'eau de vie, 300 à 400 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Écraser tous les fruits dans un large récipient, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau et laisser macérer pendant toute une nuit. Filtrer, bien exprimer tout le jus, ajouter l'eau de vie et les aromates, coriandre et vanille, pour laisser faire encore pendant une semaine. Filtrer une seconde fois et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais un à deux mois avant la dégustation.

### 604- Ratafia aux 4 fruits

Avec 1 kg de cerises, 1 kg de framboises, 1 kg de groseilles et 1/2 kg de mûres, un litre d'eau de vie, 200 grammes de sucre et un bâton de cannelle. Dénoyer les cerises et écraser tous les fruits, ajouter les noyaux concassés, mélanger, arroser avec un verre d'eau bouillante et laisser macérer pendant 2 journées. Filtrer et bien exprimer tout le jus. Ajouter l'eau de vie et le bâton de cannelle, puis le sucre pour continuer la macération encore 40 jours. Filtrer à nouveau, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pour obtenir un élixir coloré, parfumé et très apprécié.

## 81. Fruits secs

**C**e sont les fruits de l'automne : noix, amandes... et tous les fruits que l'on peut faire sécher comme : les figues, les abricots, les pruneaux, les raisins, les pommes... qui sont utilisées ici en mélange

### 605- Vin d'automne

Avec 1 kg de fruits secs en mélange (raisins, abricots, pruneaux, figues et pommes), 1 kg de sucre, 20 grammes d'acide tartrique, 15 grammes de levure de bière, 3 grammes de tanin et 20 litres d'eau. Jeter sur les fruits en mélange 10 litres d'eau bouillante, bien mélanger et laisser macérer pendant 4 heures. Compléter alors avec les 10 litres d'eau restant et continuer la macération encore 3 heures. Filtrer et exprimer tout le jus, ajouter le sucre, la levure et l'acide tartrique pour laisser fermenter pendant 20 jours à 1 mois, quand la fermentation est terminée. Commencer à soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais.

### 606- APÉRITIF MARIE-LAURE

Avec un litre de bon vin rouge



(Bordeaux par exemple), 5 figues sèches, 100 grammes d'amandes, 100 grammes de raisins secs, 2 clous de girofle, un peu de cannelle et de gingembre, et 150 à 200 grammes de sucre. Écraser les figues et les raisins, concasser les amandes et mélanger à tous les autres ingrédients pour faire bouillir pendant 10 minutes. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire en apéritif avec des glaçons ou en boisson d'hiver, chaude.

### 607- Vin chaud scandinave

Avec un litre de bon vin rouge, 3 ou 4 figues sèches, 2 clous de girofle, une pincée de cannelle, le zeste d'une orange, un peu de gingembre, 75 grammes de raisins secs, 75 grammes d'amandes, 150 à 200 grammes de sucre et 2 petits verres de cognac. Porter à ébullition le vin rouge avec les figues coupées en morceaux, les clous de girofle, la cannelle, le gingembre, le zeste d'orange et le sucre, laisser cuire 5 à 10 minutes. Filtrer, ajouter le cognac, les amandes et les raisins et servir très chaud.

## 82. Gaillet

**L**e gaillet jaune ou gaillet vrai est une petite plante commune appelée caille-lait qui pousse en touffes de 50 cm de hauteur avec de nombreuses tiges à section carrée, rameuses et légèrement velues à la base. Les petites feuilles sont linéaires, étroites, à bord rougeâtre et réunies par 8 à 12 sur le même point de la tige. Les fleurs, petites et de couleur jaune sont réunies en grappes fournies et moussues. Très aromatiques, elles dégagent une odeur de miel et possèdent la particularité de faire cailler le lait. On utilise les sommités fleuries que l'on fait sécher.

### 608- Infusion de gaillet

Avec de 30 à 50 grammes de la plante sèche pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 fois par jour dans les cas de maux de tête.

### 609- LIMONADE DE GAILLET

Remplir une bouteille de fleurs de gaillet jaune et recouvrir d'eau de source, laisser infuser toute une journée en plein soleil, filtrer, ajouter un peu de sucre suivant votre goût et du jus de

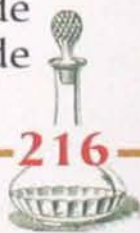
citron, mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser comme boisson désaltérante.

### 610- Vin de gaillet

Avec 50 grammes de sommités fleuries sèches, un litre de bon vin rouge et 200 à 300 grammes de sucre. On fait macérer la plante dans le vin rouge pendant une semaine, puis on filtre pour ajouter le sucre, plus ou moins suivant le goût de chacun, mélanger, mettre en bouteilles et laisser faire au frais quelques temps avant la dégustation de ce vin apéritif original.

### 611- Apéritif parfumé au gaillet

Placer une poignée de sommités fleuries de gaillet dans une bouteille d'un bon vin blanc muscat. Laisser macérer une semaine, filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire en apéritif avec un goût de miel très apprécié.



## 83. Génépi

**C'**est une armoise naine qui pousse en altitude et même sur les glaciers. Plante vivace, peu élevée, avec des petites feuilles découpées, rassemblées sur la tige courte, comme en épi, de couleur vert argenté. Les petites fleurs poussent en bouquets au sommet de la tige, de couleur blanche ou foncé suivant les variétés et même jaune vif pour le génépi des glaciers. Toute la plante dégage une odeur qualifiée d'exquise par les montagnards, le parfum étant plus fin que celui de l'absinthe ou de l'armoise commune et la saveur aromatique est douce et amère.

### 612- Infusion de génépi

Avec de 20 à 40 grammes de sommités fleuries pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes, sucrer au miel et prendre plusieurs fois par jour comme tonique et stimulant. Contre le rhume et la grippe.

### 613- Vin de génépi

Avec 10 grammes de la plante sèche pour un litre de bon vin blanc sec et un peu de miel liquide. Faire macérer le

génépi dans le vin blanc pendant toute une nuit, filtrer, ajouter du miel liquide suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 614- Apéritif des Cours

Porter à ébullition un litre de vin blanc sec avec 30 grammes de génépi, une étoile de badiane ou anis étoilé et de 100 à 200 grammes de sucre suivant votre goût. Au premier bouillon retirer du feu, laisser refroidir et filtrer pour mettre en bouteilles et conserver au frais quelque temps avant la dégustation.

### 615- LIQUEUR DE GÉNÉPI À L'ANCIENNE

Avec 40 brins de génépi, 40 morceaux de sucre et un litre d'eau de vie. Laisser macérer le tout pendant 40 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 616- Liqueur du berger

Faire macérer pendant 15 à 20 jours 15 grammes de la plante sèche de génépi



sèche et concassée dans un litre d'une bonne eau de vie. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre 580 grammes de sucre dans 325 grammes d'eau bouillante. Mettre en bouteilles et bien boucher pour laisser vieillir plusieurs mois.

#### 617- Liqueur de montagne

Avec 20 grammes de génépi, 5 grammes des plantes suivantes : achillée millefeuille, cerfeuil musqué, tanaïsie et menthe, un litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer les plantes dans l'alcool pendant 15 jours, puis filtrer la macération pour ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau



218

pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser toujours vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.

#### 618- Liqueur de Madame Paul

Avec 4 grammes de génépi, 2 grammes de menthe poivrée, 1 gramme d'anis vert, d'angélique et de muscade, de 0,20 gramme de noix de myrrhe, le tout à clou de girofle et de safran, macérer dans un litre d'alcool à 90° pendant 8 à 10 jours en agitant de temps en temps. Ajouter alors un sirop obtenu en faisant fondre 600 grammes de sucre dans 1 litre d'eau. Laisser faire encore toute une journée, filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir une année sur l'autre dans l'idéal.

## 84. Genévrier



jaunes, donnent des fruits qui sont des baies très aromatiques, de couleur verte d'abord puis de plus en plus bleu-noir intense. Ces baies sont riches en composants : sucre, résine et acides, et d'un goût qualifié d'épicé, poivré, fort, douceâtre et âcre.

#### 619- Infusion de baies

Avec de 15 à 30 grammes de baies concassées pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre une tasse avant les repas comme tonique et fortifiant.

#### 620- Thé de genièvre

Faire infuser des jeunes pousses de genévrier séchées dans un litre d'eau bouillante. À prendre comme tonique et stimulant.

#### 621- Genevrette

Avec 4 litres d'eau, 500 grammes de baies de genièvre bien mûres, 250 g de sucre, 2 clous de girofle, 2 grammes de cannelle et 1 litre d'eau de vie. Faire bouillir les baies dans l'eau et laisser réduire de moitié, filtrer, ajouter le

C'est un arbuste aux feuilles piquantes qui peut prendre différentes formes suivant sa situation, de simple buisson étalé à un arbre élancé aux contours réguliers atteignant 3 à 5 mètres de hauteur. Les feuilles sont des aiguilles piquantes de couleur vert argenté. Les fleurs petites et

219

sucré et les aromates. Mélanger et faire bouillir à nouveau pour une nouvelle réduction de moitié. Filtrer, bien exprimer dans un linge propre, ajouter l'eau de vie, mettre en bouteilles environ 2 litres de genevrette pour conserver au frais.

### 622- Genevrette à l'ancienne

Avec 15 kg de pommes et de baies de genièvre, 50 litres d'eau et 1 kg de miel liquide. Faire bouillir 5 kg de pommes écrasées dans 5 litres d'eau, verser dans un tonneau de 100 litres, ajouter le reste des pommes, le genièvre et le miel, compléter avec l'eau restante pour laisser fermenter pendant une semaine, tonneau fermé pendant les 2 premiers jours. Commencer à soutirer cette genevrette pétillante pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent. On peut ajouter de l'eau dans le tonneau après avoir soutiré la moitié du volume de genevrette pour continuer une fermentation.

### 623- Vin de genévrier

Avec 30 grammes de baies concassées, 10 grammes de jeunes rameaux hachés, un litre de vin blanc et 60 à 100 grammes de sucre roux. On fait macé-

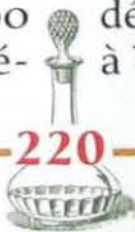
rer les baies et les rameaux dans le vin blanc pendant 5 à 6 jours. Filtrer, ajouter le sucre, plus ou moins suivant votre goût. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 624- VIN DES GRIVES

Avec un litre de bon vin blanc, une poignée de baies de genièvre saisies par le gel, un petit verre d'eau de vie et un peu de sucre en poudre. Faire chauffer à petit feu pendant 10 minutes les baies dans le vin blanc puis laisser macérer pendant une semaine. Filtrer, ajouter l'eau de vie et du sucre suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelque temps avant la dégustation.

### 625- Vin du plateau de Valensole

Avec un litre de bon vin rouge, 40 baies de genièvre bien mûres, un petit verre d'eau de vie parfumée, une pincée de cannelle et du sucre à volonté. Concasser les baies, ajouter la cannelle et recouvrir avec le vin pour porter à ébullition pendant 3 minutes. Ajouter l'eau de vie et du sucre, mélanger et laisser refroidir. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais et déguster en plein hiver chez Geneviève, à Valensole.



### 626- Vin de montagne

Avec une poignée de baies bien mûres, un litre de vin blanc, 100 grammes de sucre, une gousse de vanille et un petit verre d'eau de vie parfumée. Faire macérer les baies écrasées dans le vin pendant 3 jours, ajouter l'alcool, le sucre et la vanille, continuer la macération encore 2 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 627- Eau de genièvre

Avec un litre d'eau de vie, une grosse poignée de baies bien mûres, 400 g de



sucré et 1/2 litre d'eau. On fait macérer les baies dans l'eau de

vie pendant 40 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 à 15 minutes. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

### 628- Liqueur de Edouard B.

Avec des baies de genièvre vertes et mûres (un verre de chaque), un litre d'eau de vie et 1/2 kg de sucre.

Faire macérer les baies dans l'eau de vie pendant un mois en agitant souvent. Filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire avec Edouard sous les combles du doyenné en plein hiver.

### 629- Liqueur de la Grande Ourse

Avec 60 grammes de baies saisies par les gelées, 10 grammes de cannelle, 1 gramme de girofle, d'anis et de coriandre, 2 litres d'eau de vie, 500 grammes



de sucre et un verre d'eau. Faire macérer dans l'eau de vie les baies et les aromates pendant un mois. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois.

### 630- Ratafia de genièvre

Avec 1 litre d'eau de vie, 1/2 litre d'eau, 1/4 de litre de baies et 1/4 de kg de sucre. Faire macérer les baies dans l'eau de vie pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

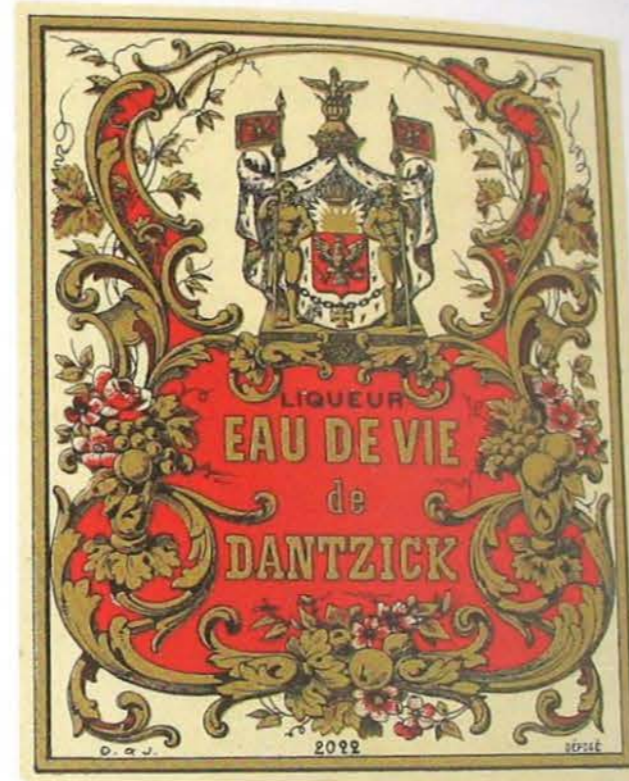
### 631- Ratafia du pays de Forcalquier

Avec 180 grammes de baies de genièvre, 4 grammes d'anis vert, 2 grammes de cannelle, 2 litres d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer dans l'eau de vie le genièvre, l'anis et la cannelle pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, mélanger, mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais.

### 632- Hypocras au genièvre

Faire infuser, pendant 24 heures, 30 grammes de baies de genièvre concas-

sées avec 75 grammes de miel liquide, un bâton de vanille et 45 grammes d'alcool dans un litre de vin (rouge ou blanc). Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster plus tard cette boisson du Moyen Âge à base de miel.



## 85. Gentiane

**L**a gentiane jaune est une plante qui pousse en altitude, en terrain frais et qui peut atteindre la hauteur de 2 mètres. La tige est épaisse, dressée et cylindrique. Les grandes feuilles sont larges, ovales, lisses et aiguës, souvent en forme de cuvette. Les nombreuses fleurs, grandes et de couleur jaune, possèdent 5 à 6 pétales étroits et étalés en étoile et sont rassemblées en verticilles à l'aisselle des feuilles. La racine est épaisse, charnue, rugueuse, de couleur brune et jaunâtre à l'intérieur; elle est amère, tonique et apéritive.

### 633- Macération à froid de la racine

Avec de 10 à 20 grammes de la racine concassée pour un litre d'eau. Laisser macérer 3 ou 4 heures, filtrer et prendre avant les repas comme tonique et fébrifuge.

### 634- Sirop de gentiane

Avec 100 grammes de la racine, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Verser l'eau bouillante sur la racine hachée pour laisser infuser toute la nuit. Filtrer, ajou-

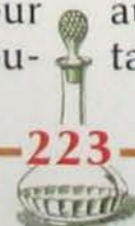
ter le sucre et faire cuire à petit feu jusqu'à ébullition. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 635- VIN DE GENTIANE

Avec 30 à 40 grammes de racine, un litre de bon vin blanc et du sucre à volonté. Faire macérer la racine séchée et râpée dans le vin blanc pendant 15 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 636- Vin de Bernadette S.

Avec 20 grammes de la racine, un litre de bon vin blanc, un petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Recouvrir la racine concassée avec l'eau de vie et laisser macérer pendant 24 heures. Ajouter le vin blanc et continuer la macération encore 10 jours, filtrer, ajouter du sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps avant la dégustation.







### 637- Apéritif de la Grande Ourse

Avec 10 grammes de la racine, un litre de bon vin rouge, 150 à 200 grammes de sucre et un verre d'eau de vie. Concasser la racine, ajouter le vin rouge et porter à ébullition, puis laisser macérer pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais deux à trois mois avant la dégustation.



### 638- Apéritif Julie F.

Avec 10 grammes de la racine, un litre de bon vin blanc, 30 morceaux de sucre et le zeste d'un citron. Elle fait macérer la racine concassée avec le zeste de citron dans le vin blanc pendant 4 à 5 jours, puis elle filtre, ajoute le sucre pour laisser reposer une nuit et filtrer une seconde fois avant de mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster dans trois mois.

### 639- Apéritif Elie. F.

Avec 30 grammes de racine de gentiane, 10 grammes d'absinthe, 5 grammes d'écorce d'orange, un litre de vin blanc et du sucre à volonté. Elle fait macérer les plantes dans le vin blanc pendant 4 jours, elle filtre pour ajouter du sucre, souvent 250 grammes, mélange et met en bouteilles pour laisser vieillir au frais deux à trois mois.

### 640- Apéritif Justine. F.

Avec un litre de vin rouge, une cuillerée à soupe de poudre de racine de gentiane, 5 grammes de ményanthe, une écorce d'orange, 2 grammes de macis et du sucre. Elle fait macérer les plantes dans le vin pendant 15 jours, puis elle filtre, ajoute du sucre, mélange pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais deux mois avant la dégustation.

641- Vin  
Avec  
de rac  
d'écor  
citron  
vanill  
musc  
res  
fum  
mé  
en  
et  
e

### 641- Vin de montagne

Avec un litre de vin rosé, 10 grammes de racine de gentiane, 10 grammes d'écorce d'orange amère, 1 zeste de citron, une gousse de vanille, 1 gramme de muscade, 2 petits verres d'eau de vie parfumée et 100 grammes de sucre. On fait macérer tous les ingrédients dans le vin et l'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 642- Vin du Lautaret

Avec 50 grammes de racine de gentiane, 10 g de raisins secs, 5 grammes de cacao torréfié, 1 gramme de cannelle et de fleurs de sureau, un grand verre d'alcool à 90°, un litre de vin blanc et du sucre à volonté. Faire macérer les plantes et les aromates dans le vin et l'alcool pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger, mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois.

### 643- Liqueur de gentiane

Avec 100 grammes de la racine, un litre d'eau de vie, 400 à 500 grammes de sucre. Faire macérer la racine concassée dans l'eau de vie pendant une semaine, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec un verre d'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir toujours au frais avant la dégustation.



### 644- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal avec des morceaux de racine de gentiane, recouvrir avec de l'alcool à 90° pour laisser macérer pendant

une semaine. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau, pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



### 645- Apéritif minute

On peut à chaque instant préparer un apéritif pour des invités surprise, en ajoutant un verre de cette liqueur de gentiane à une bouteille de bon vin blanc. Sucrez si nécessaire et servir très frais.

### 646- Élixir alpin

Avec un litre d'eau de vie, un litre de bon vin blanc, 30 grammes de racine de

gentiane, 20 grammes de sommités de petite centaurée et du sucre. On fait macérer les plantes dans l'eau de vie pendant 2 à 3 jours. Ajouter le vin et du sucre suivant votre goût et continuer la macération encore 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir de longs mois au frais avant la dégustation (en général on prépare cet élixir pour l'année suivante).



## 86. Germandrée

**P**etite plante vivace de la famille des labiées qui pousse en touffes courtes (de 10 à 30 cm) dans les lieux arides et rocaillieux. Les tiges, nombreuses sont grêles, couchées et légèrement velues avec des feuilles petites dentées et découpées comme la feuille du chêne, d'où son nom de germandrée petit-chêne. Les fleurs poussent en épis, de couleur pourpre, toute la plante renferme une huile et un principe amer d'où ses propriétés toniques et stimulantes.

### 647- Infusion de feuilles

Avec de 30 à 60 grammes de feuilles sèches pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour contre le rhume et la fièvre.

### 648- Vin de germandrée petit-chêne

Avec 50 grammes de la plante entière fraîche ou 25 grammes de la plante séchée, un litre de vin rouge et du sucre à volonté. Faire macérer pendant une semaine la plante dans le vin, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



### 649- Vin du Pavillon

Avec 40 grammes de sommités fleuries de germandrée petit-chêne, un litre de bon vin rouge et du sucre. Verser le vin sur la plante et porter à ébullition. Couvrir et laisser infuser pendant 15 minutes, filtrer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir un moment avant la dégustation.



# 87. Gingembre



blent à des tubercules renflés, irréguliers, épais et charnus, très aromatiques, à odeur camphrée et à saveur épicée, piquante et poivrée, très tonique. On dit que la chaleur qu'il procure dans le corps humain est de longue durée (beaucoup plus que celle produite par les autres épices).

## 650- Sirop de gingembre

Avec 200 grammes de la racine, 1 kg de sucre, un peu de cannelle et 1 litre d'eau. Faire macérer la racine coupée en morceaux dans l'eau pendant toute la nuit. Ajouter le sucre et la cannelle et faire cuire à petit feu pendant une heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 651- Bière de gingembre

Placer des racines de gingembre dans un large récipient, ajouter du sucre et du jus de citron, recouvrir avec de l'eau en grande quantité et faire bouillir pendant 1 heure. Verser dans un tonneau et



laisser fermenter une semaine. Commencer à soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais avant la consommation.

## 652- VIN DE GINGEMBRE

Avec 5 grammes de gingembre, un clou de girofle, un litre de vin rouge, un petit verre d'eau de vie et du sucre en poudre. Concasser le gingembre et le clou de girofle pour faire macérer dans le mélange vin et eau de vie pendant 5 à 6 jours. Filtrer, ajouter le sucre, plus ou moins suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais de deux à trois mois.

## 653- Vin des îles

Avec 10 grammes de gingembre, un zeste d'orange amère, un peu de cannelle, thym, anis vert et vanille, 120 grammes de sucre et 1 litre de vin blanc. On fait macérer les plantes et les aromates dans le vin pendant un mois. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour essayer de conserver au frais car ce vin se boit facilement et réchauffe le corps et l'esprit surtout si, comme aux îles, on ajoute un petit verre de rhum au moment de mettre en bouteilles.

## 654- Liqueur de gingembre

Avec 60 grammes de gingembre, une pincée de cannelle, un litre d'eau de vie et 400 à 500 grammes de sucre. On fait macérer le gingembre et la cannelle dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec un verre d'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelque temps.

## 655- Liqueur de Vaudenac

Avec 100 grammes de gingembre, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Hacher le gingembre en morceaux pour le faire macérer dans l'alcool pendant une semaine en remuant tous les jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant de déguster.



## 88. Giroflier

**C**'est un arbre qui ne pousse que dans certaines îles à une hauteur de 10 à 15 mètres, en forme de pyramide. Les feuilles sont entières et luisantes, un peu comme celles du laurier, et garnies de minuscules glandes qui dégagent une forte odeur aromatique. C'est le bouton floral que l'on cueille lorsqu'il prend une jolie couleur rose et avant l'épanouissement de la fleur pour le faire sécher et ainsi obtenir le **clou de girofle** que nous connaissons avec sa forte odeur aromatique et sa saveur âcre et épicée.

### 656- Liqueur de girofle

Avec 50 clous de girofle, 2 grammes de cannelle, un litre d'eau de vie, du sucre à volonté et 1 verre d'eau. Faire macérer les clous de girofle et la cannelle dans l'eau de vie pendant 4 jours, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 657- Ratafia de girofle

Avec 25 grammes de clous de girofle et de cannelle, 1 litre d'eau de vie, 1 litre de vin rouge, 1 kg de sucre et 2 verres d'eau. Laisser infuser pendant 4 jours dans l'eau la girofle et la cannelle.

Ajouter le vin et le sucre, donner un bouillon, filtrer, laisser refroidir pour ajouter l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

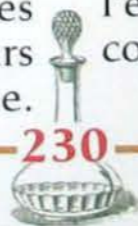
### 658- Liqueur des îles

Avec 2 litres d'eau de vie, 1/4 de litre de lait, 4 g de vanille, 4 clous de girofle, 2 g de macis, 0,5 g de safran, le zeste d'un citron et du sucre à volonté. On fait macérer tous les ingrédients dans l'eau de vie pendant une semaine, puis on filtre pour ajouter du sucre (en moyenne de 500 grammes à 1 kg), bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir quelques mois avant de déguster.

### 659- Liqueur Caroline

Avec 1 litre d'eau de vie, 2 zestes d'orange, 10 clous de girofle, un peu de myrrhe, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer les aromates dans l'eau de vie pendant une semaine, filtrer. Ajouter un sirop épais obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et conserver 2 à 3 mois au frais.

# RHUM VIEUX



## 89. Grenadier

**C**'est un arbrisseau qui peut atteindre 4 m de hauteur. Les branches sont irrégulières et légèrement épineuses. Les feuilles entières poussent en petits bouquets, elles sont minces, luisantes et bordées de rouge. Les fleurs grandes et de couleur rouge écarlate donnent des fruits globuleux, assez gros (parfois 10 cm de diamètre), de couleur brun rouge : les **grenades** dont la pulpe est rouge et acidulée et remplie de graines.



### 661- Sirop de grenades

Ajouter à 1 litre de jus de grenades 1,5 kg de sucre en poudre et le jus d'un citron. Faire cuire à petit feu pendant 10 minutes, puis à feu vif pendant 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire avec de l'eau glacée en été.

### 662- Grenadine

Pour une vraie grenadine, comme en Espagne, il faut toujours respecter

les proportions de 4 parts de jus de grenades pour 7 parts de sucre. Bien mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier le sirop et filtrer avant de mettre en bouteilles pour boire très frais avec de la glace et de l'eau.

### 660- Jus de grenades

Écraser au pilon les grenades bien mûres, recouvrir avec 2 verres d'eau et laisser faire toute la nuit. Le lendemain, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre, mettre en bouteilles et conserver au frais.



## 90. Groseillier

**C**'est un arbrisseau cultivé dans les jardins qui pousse en touffes de 1 à 2 mètres de hauteur avec des tiges rameuses, légèrement épineuses. Les feuilles sont alternes, découpées en 3 ou 5 lobes de forme ronde ou ovale. Les fleurs petites sont de couleur jaune, verdâtre ou rosé, rassemblées en grappes elles donnent des fruits : les **groseilles**, qui sont des baies, petites, globuleuses et charnues, de couleur rouge, à saveur douce et un peu acidulée.

### 663- Jus de groseilles

Récolter des groseilles bien mûres, les écraser dans un large récipient et arroser avec 2 verres d'eau pour laisser faire pendant toute une nuit. Le lendemain, filtrer et exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter 50 grammes de sucre par litre, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais ou stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

### 664- SIROP DE GROSEILLES

Avec 1 kg de jus et 2 kg de sucre. Mélanger et porter à ébullition pendant

10 minutes, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Laisser refroidir, mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 665- Sirop composé

Avec 2 kg de groseilles, 500 grammes de framboises et de cerises, du sucre en poudre. Écraser tous les fruits, ajouter 2 verres d'eau et laisser reposer une nuit au frais. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Pour 500 grammes de jus, ajouter 750 grammes de sucre et porter à ébullition pendant 10 minutes, vérifier la consistance du sirop. Laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 666- Vin de groseilles

Avec 500 grammes de groseilles, 2 grammes de cannelle, 1 litre de bon vin rouge, 1 petit verre d'eau de vie et de 2 à 300 grammes de sucre. Écraser les groseilles pour les faire macérer avec la cannelle dans le vin pendant 15 jours. Ajouter le sucre et l'eau de vie et conti-



nuer la macération encore une semaine. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais quelques temps avant la dégustation.

### 667- Apéritif de Marcel

Remplir un bocal de groseilles bien mûres, recouvrir avec une bouteille de vin blanc bouillant et laisser faire toute la nuit. Le lendemain filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, un petit verre d'eau de vie parfumée et mettre en bouteilles pour conserver au frais avant de boire dans deux ou trois mois.

### 668- Liqueur de groseilles

Avec 1 kg de groseilles, 1 litre d'eau de vie et 250 à 300 grammes de sucre. On fait macérer les groseilles dans l'eau de vie pendant 15 jours à 3 semaines. Filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster.

### 669- Liqueur de Vaudenac

Avec 1 kg de groseilles, 1/2 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer les groseilles écrasées dans l'alcool pendant un mois. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir deux à trois mois avant la dégustation.



### 670- Liqueur groseille cassis

Remplir un grand bocal de groseilles et de cassis mélangés (500 grammes de chaque), recouvrir avec un litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre 750 grammes à 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster.



## 91. Guimauve

**P**lante voisine de la mauve qui pousse dans les lieux humides avec des tiges droites de 1 mètre à 1,5 mètre de hauteur. Les feuilles sont découpées en 3 à 5 lobes; elles sont molles et veloutées et de couleur vert blanchâtre. Les fleurs, grandes de 3 à 5 cm, sont de couleur rose pâle. La racine longue et pivotante est blanche et contient un mucilage qui est très doux.

### 671- Infusion des feuilles et fleurs

Avec 10 grammes en mélange pour un litre d'eau bouillante.

### 672- Décoction de la racine

Avec 30 grammes de la racine pour un litre d'eau bouillante. Infusion à couvert pendant 10 minutes.

*Dans les deux cas, sucrer au miel et prendre plusieurs fois par jour contre la bronchite et la toux.*

### 673- Infusion composée

Avec en mélange des feuilles, des fleurs et de la racine en morceaux, 30 g pour un litre d'eau bouillante. Infusion



10 minutes. Prendre plusieurs fois par jour pour calmer les irritations et les inflammations.

### 674- Sirop de guimauve

Avec 75 grammes de la racine, 1/2 litre d'eau et 1 kg de sucre. Bien laver et tronçonner la racine en petits morceaux. Recouvrir avec l'eau bouillante et laisser infuser pendant 24 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou stériliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.



## 92. Houblon

**P**lante vivace et grimpante qui pousse avec de longues tiges dures et sarmenteuses qui se renouvellent chaque année. Les feuilles sont dentées, composées de 3 à 5 lobes et les fleurs sont en forme de cône avec des écailles ovales et de couleur jaune doré. Elles dégagent une odeur forte et agréable et une saveur amère persistante. On les utilise en grandes quantités pour faire de la bière.

de fleurs de violettes, 30 grammes de cônes de fleurs de houblon et 20 g de fleurs de sureau, pendant 10 minutes. Filtrer, ajouter 2 kg de cassonade, 1/4 de litre de vinaigre, 6 grammes de levure de bière et 40 litres d'eau, le tout dans un tonneau. Bien mélanger et laisser fermenter pendant 15 jours environ. Filtrer et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais.



### 675- Infusion de cônes de houblon

Avec une poignée de cônes pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes.

Prendre entre les repas comme tonique et digestif, et contre l'insomnie.

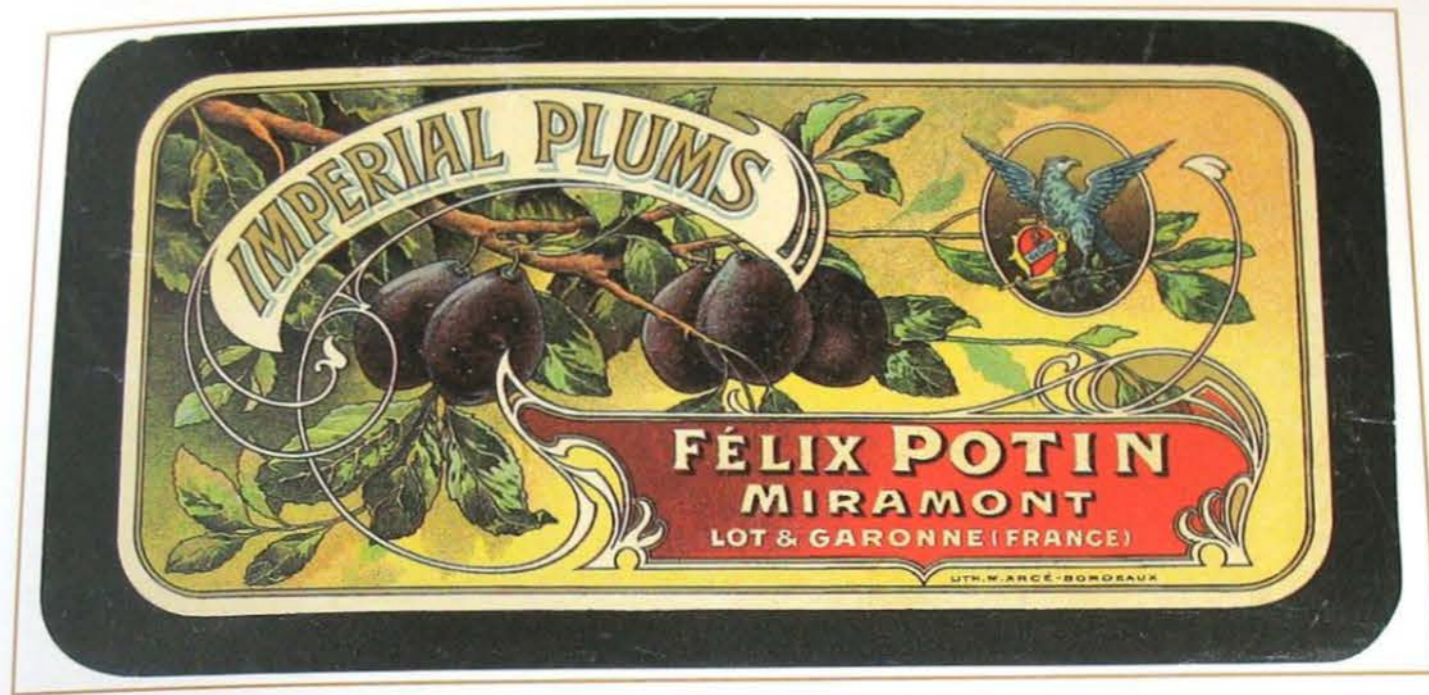
### 676- Bière de ménage

Faire bouillir dans 10 litres d'eau 30 g

houblon, 50 grammes de coriandre et de chicorée en grains. Ajouter 50 grammes de levure de bière, 1 kg de sucre et 20 litres d'eau, bien mélanger et laisser fermenter pendant 15 jours.

### 677- Bière de Jean-Marie

On fait bouillir pendant une heure dans 30 litres d'eau 100 grammes de



Filtrer et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver encore au frais.

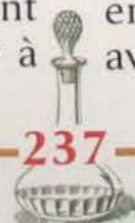
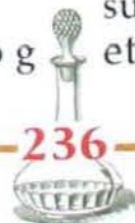
### 678- Bière de campagne

Avec 50 litres d'eau froide, 2 kg de miel, 50 grammes de cônes de houblon, 20 grammes de racine de gentiane concassée, 15 grammes de fleurs de sureau et 25 grammes de levure de bière. Mélanger le tout et laisser fermenter dans un grand tonneau pendant quelques jours. On peut commencer à

soutirer au bout d'une semaine pour mettre en bouteilles ou pour consommer tout de suite.

### 679- VIN DE MADÈRE

Avec 10 litres de vin blanc, 50 grammes de sucre et de miel, 2 petits verres d'alcool et une poignée de fleurs de houblon. On fait macérer le tout pendant une semaine. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais avant de déguster.



## 93. Houx

**C**'est un arbuste de 2 mètres de hauteur en moyenne (mais il existe des spécimens beaucoup plus grands, ils sont rares), toujours vert, avec un tronc droit qui donne naissance à des rameaux lisses et d'une jolie couleur verte. Les feuilles persistantes sont coriaces et luisantes et bordées d'épines fortes et longues. Les fleurs petites et blanches sont nombreuses et donnent des fruits qui sont de petites baies rondes, de couleur rouge vif, mais qui sont toxiques. Il faut faire attention: seules les feuilles sont utilisées ici.

### 680- Décoction de feuilles de houx

Avec une poignée de feuilles pour un litre d'eau. On jette les feuilles dans l'eau froide et on porte à ébullition pour une réduction de moitié. Filtrer et boire dans la journée comme tonique et sudorifique, et contre la fièvre.

### 681- Vin de feuilles

Avec 50 grammes de feuilles, 1 litre de vin blanc et 400 à 500 grammes de sucre. Écraser les feuilles pour les faire macérer dans le vin blanc pendant une

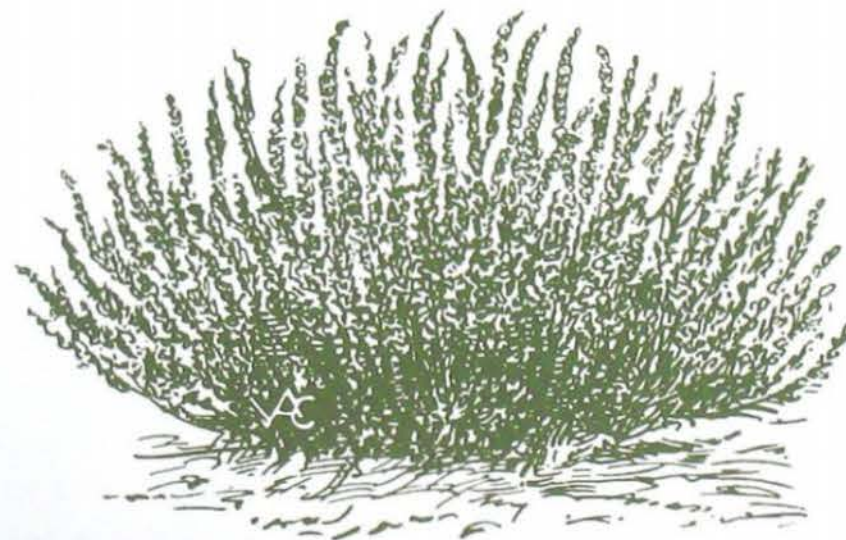
semaine. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 682- Vin d'Olivier

Avec 40 grammes de feuilles hachées, 1 litre de vin blanc, 1 petit verre d'eau de vie parfumée et du sucre à volonté. Verser l'eau de vie sur les feuilles et laisser faire pendant 24 heures en remuant souvent, ajouter le vin et continuer la macération encore 4 à 5 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



## 94. Hysope



**C**'est une plante aromatique de la famille des labiées qui pousse en formant un buisson qui peut atteindre la hauteur de 60 cm avec de nombreuses tiges dressées et ligneuses, de section carrée. Les feuilles sont petites, étroites, de forme ovale et de couleur vert grisâtre. Les petites fleurs, de couleur bleu soutenu à violet, sont rassemblées en épis terminaux sur la tige. Toute la plante dégage un parfum agréable. Sa saveur est chaude, piquante et amère pour certains.

### 683- Infusion de sommités fleuries

Avec de 10 à 20 grammes pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. Prendre 2 à 3 tasses par jour. Sucre au miel pour calmer les affections respiratoires.

### 684- Infusion de labiées

Pour adoucir l'amertume de l'hysope, on peut utiliser un mélange des plantes suivantes : romarin, thym et hysope.





### 685- Limonade à l'hysope

Remplir une bouteille de sommités fleuries et recouvrir avec une bonne eau de source. Ajouter le jus d'un citron et laisser macérer en plein soleil pendant 1 à 2 heures. Filtrer, ajouter du sucre ou du miel, mélanger et conserver au frais pour se désaltérer en été.

### 686- Sirop d'hysope

Avec 1 litre de limonade ou d'infusion. Ajouter 1 kg de sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais

### 687- Vin à l'hysope

Avec 50 grammes de feuilles et de fleurs, un litre de bon vin rouge, un bâton de réglisse et du miel liquide. On fait macérer la plante et le bâton de réglisse dans le vin rouge pendant un mois. Filtrer, ajouter du miel liquide, plus ou moins suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 688- Apéritif à l'hysope

Avec 40 grammes de la plante entière, un litre de bon vin rouge, un peu de cannelle et du sucre à volonté. Jeter la

plante et la cannelle dans le vin bouillant, couvrir et laisser infuser toute une nuit. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes, laisser refroidir, filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour conserver au frais et laisser vieillir 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 689- Apéritif Frédérique M.

Avec un litre de vin blanc, un petit verre d'eau de vie parfumée, 40 grammes des plantes suivantes en mélange : hysope, angélique, menthe et thym, une pincée de cannelle et un peu de miel liquide. Elle fait macérer les plantes dans le vin blanc pendant un mois, elle ajoute alors à la macération la cannelle et un peu de miel liquide pour laisser faire encore une semaine. C'est le moment de filtrer et de mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

### 690- LIQUEUR À L'HYSOPE

Avec 50 g de sommités fleuries, un litre d'eau de vie, 350 à 500 grammes de sucre et un bâton de cannelle. Faire macérer l'hysope et la cannelle dans l'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 691- Liqueur de Vaudenac

Avec 20 grammes d'hysope, 10 grammes d'angélique et de menthe, 5 grammes de thym et de sarriette, un litre d'alcool à 90°, 800 grammes de sucre et un litre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant 15 jours à 3 semaines. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais deux à trois mois avant de déguster.

### 692- Eau miraculeuse

Avec 10 grammes des plantes suivantes : hysope, angélique, romarin, marjolaine, absinthe, menthe, thym et sauge, que l'on fait macérer dans un litre d'eau de vie en plein soleil pendant 15 jours. Filtrer, ajouter un peu de sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais et boire dans deux ou trois mois entre amis, comme on le faisait déjà au Moyen Âge.

### 693- Eau vulnéraire

On fait macérer un mélange des plantes suivantes : hysope, basilic, mélisse, menthe, sauge, absinthe, lavande, angélique, génépi, fenouil, marjolaine, roma-

rin, rue, sarriette, thym, serpolet..., en totalité ou en partie, dans un litre d'alcool à 90° pendant 10 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu avec 350 à 400 grammes de sucre et un litre d'eau, bien mélanger. Mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir quelques mois pour obtenir une liqueur verte et parfumée comme la Provence.

### 694- Sinanthérine

Avec 20 grammes d'hysope et d'estragon, un litre d'eau de vie et du sucre à volonté. Macération des plantes dans l'eau de vie pendant 3 semaines. Filtrer, ajouter le sirop, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir six mois au frais.

### 695- Chartreuse verte

Avec 60 grammes d'hysope, 60 grammes d'angélique, 50 grammes de mélisse, de menthe et de fleur d'orange, 45 grammes de cerfeuil musqué et 9 g de macis, que l'on fait macérer pendant 10 jours dans un litre d'eau de vie. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, et, comme au Moyen Âge, une infusion d'épinards hachés pour donner une jolie teinte verte. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais.



## 95. Iris

**L'**iris commun, ou iris germanique, est une plante sauvage qui pousse dans les terrains secs avec une tige droite et cylindrique de 60 cm de hauteur, entourée par de longues feuilles planes, pointues et épaisses, de couleur vert clair. Les fleurs sont grandes, avec de longs pétales de couleur bleu violet, veinés de bleu, dont 2 retombent sur la tige avec leur partie médiane garnie de poils jaunes. Ces fleurs sont rassemblées par 2 à 6 au sommet de la tige, mais c'est la racine ou rhizome que l'on utilise. Il est épais, noueux et charnu, et dégage, après dessiccation, une odeur de violette.



### 696- Infusion de la racine

Avec 40 g de la racine concassée pour un litre d'eau bouillante. Laisser refroidir et prendre 2 à 3 tasses par jour, sucrer au miel, comme diurétique.

### 697- Décoction de la racine

Faire bouillir pendant 10 minutes 30 g de la racine dans un litre d'eau,

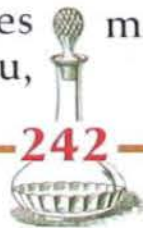
puis laisser infuser 20 minutes. Prendre 3 fois par jour pour calmer les nausées.

### 698- Vin de la racine

Avec 100 g de racine, un bon litre de vin rouge et du sucre ou du miel à volonté. On fait macérer la racine concassée dans le vin rouge pendant 24 heures. Filtrer, ajouter le sucre ou le miel, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 699- Eau d'or

Avec 3 g de chaque plante ou aromate suivant : cannelle, anis, genièvre, muscade, racine d'iris, romarin, cardamome, 1 zeste de citron, 2 zestes d'orange, un litre d'alcool à 90°, 500 g de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer toutes les plantes et aromates dans l'alcool pendant 2 à 3 semaines, filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Mélanger et toujours laisser vieillir pour déguster plusieurs mois après.



## 96. Jasmin

de 7 folioles opposées, plus une terminale de 5 à 6 cm de longueur, sont ovales, lancéolées et coriaces, de couleur vert clair. Les petites fleurs sont tubulées, en forme de cloche et rassemblées en grappes, très parfumées. C'est la nuit ou juste après la cueillette que leur odeur, toujours appréciée, est la plus forte.

### 700- Infusion de fleurs

Avec une poignée de fleurs de jasmin pour un litre d'eau bouillante. Prendre le soir, de 1 à 2 tasses contre le rhume, la toux et l'angine.

### 701- Thé de fleurs de jasmin

Avec une pincée de fleurs pour une tasse d'eau bouillante. Laisser infuser à couvert pendant 4 à 5 minutes et, comme au Japon, déposer dans la tasse, au moment de servir, 2 fleurs de jasmin.

### 702- Thé Himalaya

On présente sur la table une théière pleine de thé au jasmin, un litre d'eau chaude dans un pot et des morceaux de gingembre confit. On place les morceaux de gingembre dans les tasses des



**C'**est une jolie plante grimpante qui peut atteindre la hauteur de 10 mètres et un rayonnement de plus de 3 mètres avec des rameaux de couleur verte, très effilés qui s'accrochent facilement sur les treillages des jardins. Les feuilles, composées





invités que l'on remplit à demi de thé au jasmin; l'eau chaude restant à disposition pour que chacun puisse obtenir un thé de la force désirée.

### 703- Thé Everest

Avec un verre de thé au jasmin, 1 litre d'eau, un peu de sirop de sucre, des tranches de fruits (pommes en général), 1 zeste de citron et des feuilles de menthe (pour 10 verres environ). Allonger le thé avec l'eau et servir dans un grand verre avec des glaçons par dessus une tranche de pomme, un morceau du zeste de citron, une feuille de menthe et un peu de sirop de sucre.

### 704- Thé sherpa

Avec pour 10 verres : un verre de thé, 1 litre d'eau, une bouteille de bon vin



rouge de bordeaux, des zestes de citron et du sucre. On remplit le tiers du verre de vin rouge, on ajoute du sucre, un zeste de citron et on complète avec un tiers de thé brûlant. Bien mélanger et boire d'un seul coup (on peut allonger avec de l'eau).

### 705- Sirop concentré de fleurs de jasmin

Avec 150 grammes de fleurs, 1,5 kg de sucre et 1,5 litre d'eau. On laisse macérer pendant toute une nuit les fleurs dans 1 litre d'eau. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre, ajouter alors le sucre et le reste d'eau pour faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 706- Sirop de jasmin à l'ancienne

Faire cuire à petit feu 2 poignées de fleurs de jasmin dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes pour amener à ébullition. Au premier bouillon, couvrir pour laisser infuser. Quand l'infusion est froide, filtrer et bien exprimer tout le jus. Ajouter alors un poids égal de sucre et faire cuire à nouveau pour obtenir un sirop épais et parfumé. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou sté-

riliser pendant 1/2 heure pour une longue conservation.

### 707- Vin au jasmin

Avec un litre d'un bon vin blanc, 100 grammes de fleurs de jasmin, un petit verre d'eau de vie parfumée et du sucre à volonté. Faire macérer les fleurs dans le vin pendant 15 jours, filtrer, ajouter le sucre et l'alcool, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 708- Liqueur de jasmin

Avec 150 grammes de fleurs, 1/2 litre d'eau de vie, 1/2 litre d'eau et 250 grammes de sucre. Préparer un sirop avec le sucre et l'eau. Au premier bouillon ajouter les fleurs, attendre le deuxième bouillon pour arrêter le feu et couvrir pour laisser infuser pendant 20 minutes, filtrer, ajouter l'eau de vie. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pendant au moins un mois avant la dégustation.

### 709- Liqueur de Vaudenac

Placer dans un bocal 2 bonnes poignées de fleurs de jasmin. Recouvrir avec de l'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 15 jours, filtrer et exprimer tout l'alcool parfumé, préparer alors un sirop en faisant fondre du sucre dans le même poids d'eau. La



## Sirop de Framboise

PUR SUCRE



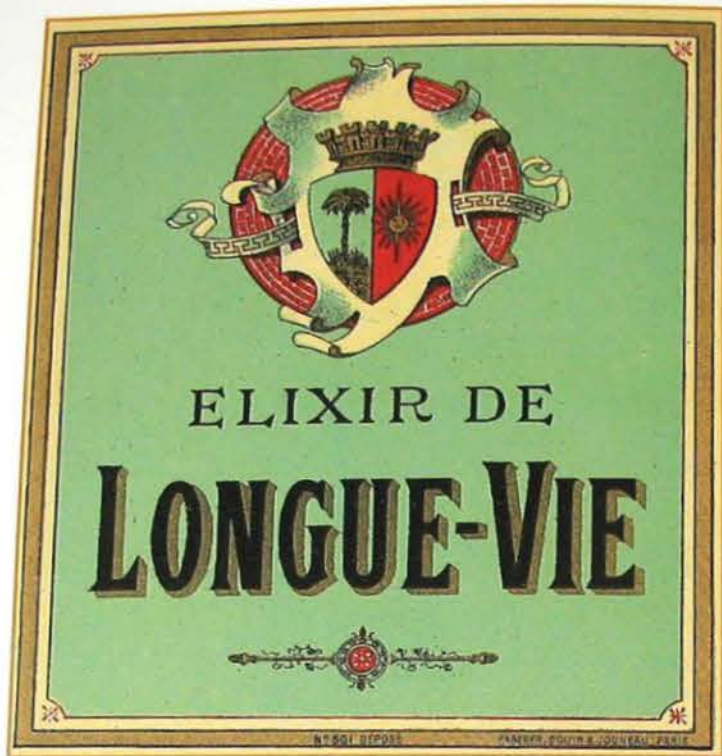
liqueur s'obtient en mélangeant le même volume d'alcool parfumé et de sirop. Mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais.

### 710- Apéritif au jasmin

On ajoute un verre de liqueur de jasmin dans une bouteille de bon vin blanc sec et du sucre, plus ou moins suivant le goût de chacun, pour laisser faire au frais pendant 3 semaines à 1 mois avant de servir très frais.

### 711- RATAFIA DE JASMIN (RECETTE DE 1900)

Avec 1 litre d'eau, 500 grammes de sucre, 200 grammes de fleurs de jasmin et 1 litre d'une bonne eau de vie. Faire un sirop avec le sucre et l'eau. Au pre-



mier bouillon, jeter les fleurs de jasmin, arrêter le feu et couvrir pour laisser infuser pendant 1/4 d'heure. Laisser refroidir pour ajouter l'eau de vie et laisser macérer le tout pendant 3 semaines à 1 mois. Filtrer, mettre en bouteilles et faire vieillir au frais encore un mois avant de commencer la dégustation.

### 712- Liqueur de la nuit

Avec 50 grammes de chaque fleur suivante : pétales de rose, fleur d'orange et jasmin (cueillies pendant la nuit), un litre d'alcool à 90°, 10 grammes de zeste de citron, 5 grammes de cannelle, 2 grammes d'iris, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Placer dans un bocal les pétales de fleurs et les aromates et recouvrir avec l'alcool pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, laisser faire pendant une semaine. Filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser encore vieillir au frais avant de déguster cette liqueur au parfum très subtil.

### 713- Mille-fleurs

Au fur et à mesure de la floraison on place dans un grand bocal des couches de fleurs (jasmin, rose, œillet, violette, verveine...) alternées avec des couches de sucre, puis on recouvre avec une bonne eau de vie pour laisser macérer pendant 10 à 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et si possible laisser vieillir quelques mois avant la dégustation. (On peut conserver les fleurs de la macération pour ensuite les confire au sucre par exemple.)



## 97. Kolaïer

C'est un arbre qui pousse en Afrique avec une croissance lente, qui peut atteindre la hauteur de 15 mètres au bout de plusieurs années. Les feuilles sont grandes, entières et ressemblent à des feuilles de laurier. Les petites fleurs poussent en grappes et donnent des fruits bosselés qui contiennent de 5 à 10 graines de couleur blanche ou rose : c'est la **noix de kola** que l'on fait sécher pour ensuite utiliser comme stimulant et tonique, car elle contient de la caféine.

### 714- Vin de noix de kola

Avec 25 grammes de noix, un litre de bon vin blanc muscat (Frontignan par exemple) et du sucre à volonté. Faire macérer pendant 10 jours la noix écrasée dans le vin blanc. Filtrer et bien exprimer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 715- Vin de kola

Avec 100 grammes de noix, 5 grammes de vanille, un litre de vin rouge, 200 grammes de sucre, 100 g de glycérine et



un verre d'alcool. Écraser les noix, couper la vanille en morceaux, ajouter la glycérine, l'alcool, le sucre et le vin et laisser macérer l'ensemble pendant 10 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



## 98. Lait

**C**'est le lait de vache que tout le monde connaît, liquide blanc, très riche en graisses, en protéines, en lactose, en vitamines et en sels minéraux, que l'on utilise ici.

### 716- Lait de poule

Battre un jaune d'œuf avec un peu d'eau tiède, ajouter du lait chaud sucré, mélanger et aromatiser avec de l'eau de fleur d'oranger ou de sirop de vanille.

### 717- Lait australien

Avec 1 cuillerée à soupe de lait, 1 de miel, 1/2 pamplemousse, 4 oranges et 1 citron. Presser les fruits pour obtenir le jus, ajouter le lait et le miel. Secouer énergiquement pour faire mousser, ajouter le double d'eau. Secouer encore et servir aussitôt avec de la glace.

### 718- Lait mexicain

Avec 2 cuillerées à soupe de lait, 2 de miel, 3 de café. À mélanger à froid. Ajouter des glaçons, secouer énergiquement et servir en saupoudrant de cacao en poudre.

### 719- Liqueur de lait

Dans un litre de lait sucré à votre convenance, ajouter un verre d'eau de

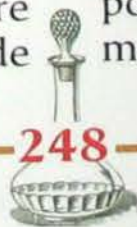
vie, un bâton de vanille et un citron coupé en 4. Laisser macérer pendant 45 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 720- Liqueur blanche

Avec 1/2 litre de lait, 1/2 litre d'eau de vie parfumée, 1 gousse de vanille et 1 citron. Couper le citron en rondelles et la gousse de vanille en morceaux, ajouter le lait et l'eau de vie pour laisser macérer pendant 15 à 20 jours en remuant tous les jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 721- Opaline

Avec 1 litre de lait, 1 litre d'alcool à 90°, 500 g de sucre, 2 verres d'eau, 1 citron et 1 gousse de vanille. Faire macérer avec l'alcool le lait, le citron coupé en rondelles et la vanille pendant 1 mois. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais deux à trois mois avant de déguster.



## 99. Lamier blanc

**C**'est une plante vivace qui ressemble à l'ortie, avec une tige carrée, rigide, velue et creuse. Les feuilles sont urticantes, de forme ovale, dentées et pointues, légèrement velues elles sont de couleur vert franc, comme l'ortie. Les fleurs, groupées en bouquets à l'aisselle des feuilles sont petites, de couleur blanc jaunâtre et tachetées de vert et donnent des fruits à akènes. Toute la plante a une odeur de miel et sa saveur est amère.

### 722- Infusion de fleurs

Avec 20 grammes de fleurs sèches pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 3 tasses par jour comme diurétique et dépuratif.

### 723- Thé de fleurs fraîches

À boire comme tisane de printemps dépurative après les excès de l'hiver. Sucre au miel.



# 100. Laurier

**L**e laurier sauce, appelé encore laurier noble ou laurier d'Apollon, est un arbuste robuste, toujours vert qui peut atteindre la hauteur de 10 mètres. Le feuillage est persistant avec des feuilles allongées et pointues, rigides, luisantes et cassantes, à forte odeur aromatique. Les fleurs petites et de couleur blanc jaunâtre sont rassemblées par 4 ou 6 en petites ombelles à l'aisselle des feuilles et donnent à maturité des fruits qui sont des baies qui ressemblent à de petites olives de couleur noir bleuâtre. Toute la plante est aromatique avec une saveur chaude, amère et âcre pour certains.

## 724- Infusion de feuilles

Avec 10 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 3 tasses par jour contre la grippe et la bronchite.

## 725- Tisane composée

Avec 20 grammes de feuilles de laurier et 40 grammes d'écorce sèche d'orange pour un litre d'eau bouillante. Infusion 1/4 d'heure. Sucre au miel et

prendre plusieurs fois par jour contre les affections des voies respiratoires.

## 726- Vin de laurier

Avec 50 grammes de la plante entière (feuilles et baies), un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Faire macérer la plante dans le vin rouge pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais

## 727- Vin de campagne

Avec 30 grammes de baies de laurier et de genièvre, un litre de vin blanc, un petit verre d'eau de vie et du sucre. On fait macérer les baies dans le vin blanc pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelque temps avant la dégustation.

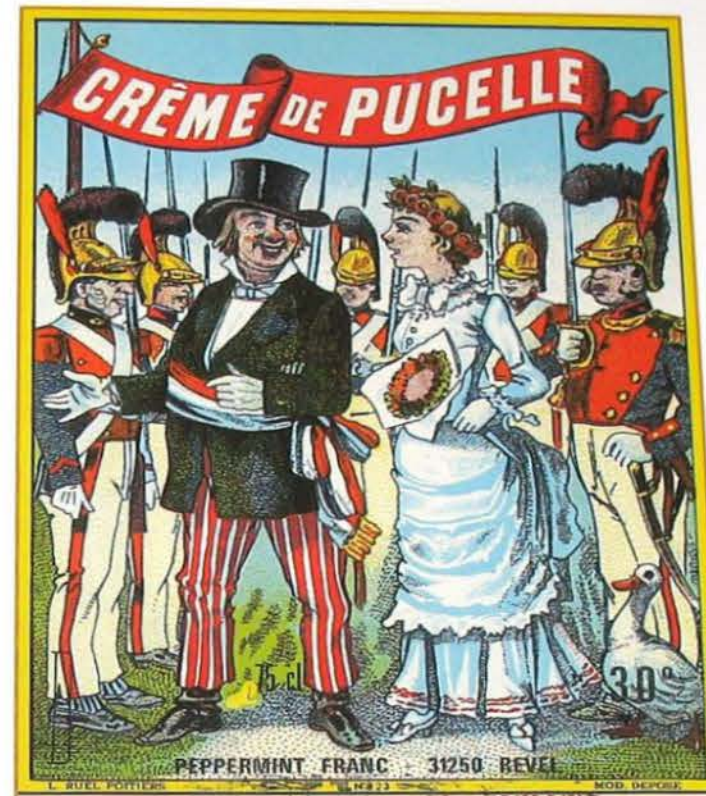
## 728- Liqueur au laurier

Avec 100 grammes de baies de laurier, 4 grammes de muscade, 1 clou de

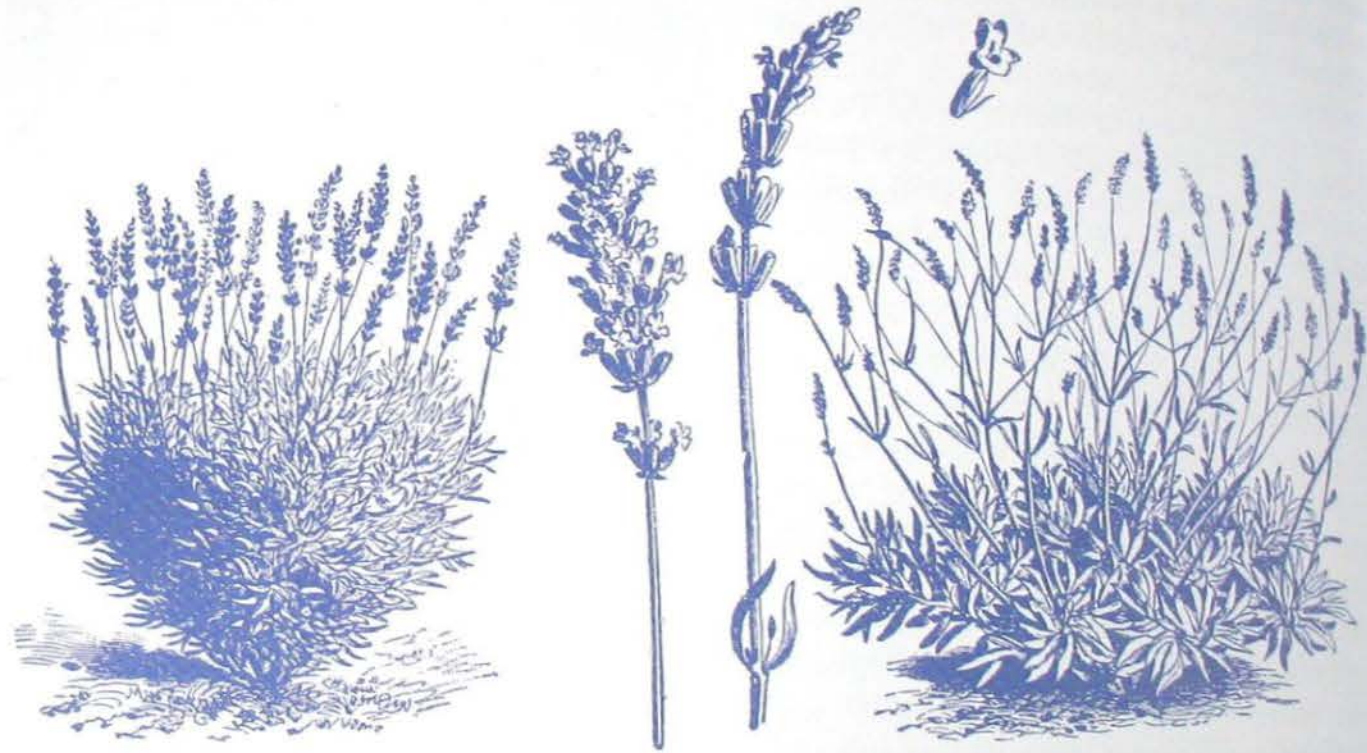
girofle, 1 litre d'eau de vie, 750 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire chauffer au bain-marie l'eau de vie avec les baies et les aromates (muscade et girofle), pour une diminution de moitié du volume (environ 20 minutes). Laisser refroidir, filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais de deux à trois mois avant de déguster.

## 729- Liqueur de Vaudenac

Avec 50 g de baies de laurier, une poignée de feuilles de laurier, 15 g de baies de genièvre, 1 clou de girofle, un litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer le laurier, genièvre et girofle dans l'alcool pendant une semaine à 10 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger et mettre en bouteilles pour encore laisser vieillir plusieurs mois avant la dégustation.



# 101. Lavande



**P**lante à parfum, vivace, de la famille des labiées, la lavande pousse en touffes pouvant atteindre plus de 60 cm de hauteur avec des tiges hautes et ligneuses et de nombreux rameaux de l'an-

née qui sont allongés et nus dans la partie moyenne. C'est sur la partie inférieure que poussent les feuilles, en position opposées, entières, allongées et pointues, à bord roulé en dessous et de couleur légèrement blan-



châtre au début pour devenir vert grisâtre ensuite. Les fleurs apparaissent au sommet de la tige; elles sont petites et groupées en épis de couleur bleu-violet. Toute la plante dégage une odeur caractéristique, forte, pénétrante et agréable. Sa saveur est chaude, légèrement amère.

## 730- Infusion de fleurs

Avec 10 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 3 à 4 tasses par jour entre les repas contre les troubles de l'appareil digestif et respiratoire.

## 731- Infusion concentrée

À raison de 50 grammes de fleurs par litre d'eau bouillante, prendre plusieurs fois par jour contre la fièvre et la grippe pour suer et uriner abondamment.

## 732- Tisane des 5 fleurs

Avec 10 grammes de lavande, 5 grammes des fleurs suivantes : souci, bourrache, genêt et pensée, pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 tasses par jour contre la fièvre, comme la précédente.

## 733- Tisane lavande tilleul

Avec 10 grammes de fleurs de lavande et de tilleul pour un litre d'eau

bouillante. Prendre le soir au coucher pour lutter contre l'insomnie.

## 734- Limonade à la lavande

On place une poignée de sommités fleuries dans une bouteille que l'on remplit d'eau pour laisser infuser en plein soleil pendant 2 à 3 heures. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et conserver au frais pour donner en boisson désaltérante l'été par exemple.

## 735- SIROP DE LAVANDE

Avec 1 litre de limonade ou d'infusion et 1 kg de sucre. Faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à ¼ d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.

## 736- Apéritif à la lavande

Avec une poignée de fleurs de lavande, 1 litre de bon vin blanc, du sucre à volonté ou du miel liquide. Faire macérer la lavande dans le vin blanc pendant une semaine, filtrer, ajouter le sucre ou le miel. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.





### 737- Liqueur à la lavande

Avec 1 litre d'eau de vie, un bol de fleurs de lavande, 400 à 500 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Faire macérer les fleurs dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelque temps avant de déguster.

### 738- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de fleurs de lavande, recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° et laisser macérer pendant 4 jours. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 500 grammes de sucre dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger,

mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir au frais.

### 739- Apéritif rapide

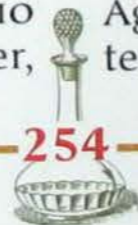
En ajoutant un verre de liqueur de lavande à 1 litre de bon vin blanc sec. Sucre à volonté et servir très frais avec des glaçons.

### 740- Liqueur d'émeraude

Avec un mélange des plantes suivantes : angélique, absinthe, calament, laurier, rue, sauge, romarin, thym et lavande. À faire macérer pendant une semaine dans un litre d'alcool à 90°, puis filtrer, ajouter un sirop (500 à 600 grammes de sucre et 1 litre d'eau) pour mettre en bouteilles et faire vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 741- Eau vulnéraire

Avec 10 grammes des plantes suivantes : absinthe, angélique, basilic, fenouil, génépi, hysope, lavande, marjolaine, mélilot, mélisse, menthe, romarin, sarriette, sauge, serpolet, thym... À faire macérer en totalité ou en partie dans un litre d'alcool à 90° pendant une semaine, puis suivre la recette précédente pour obtenir, comme au Moyen Âge, un élixir qu'il faut garder longtemps au frais avant la dégustation.



## 102. Lichen

**P**lante qui tient à la fois de l'algue et du champignon, ce lichen d'Islande pousse dans les bois et les prairies humides en petites touffes serrées et entrelacées de 10 cm de hauteur au maximum. Il ressemble à de la mousse avec son aspect rabougri, de couleur gris blanchâtre et rougeâtre, avec des fruits en écusson de couleur pourpre.

### 742- Décoction de lichen

Avec de 15 à 30 grammes de la plante pour un litre d'eau ou de lait. Réduction des 2/3. Sucre au miel et prendre 3 tasses par jour contre la coqueluche.

### 743- Sirop de lichen

Avec 600 grammes de lichen et 1 kg de sucre. Laver le lichen à grande eau et le faire cuire dans 2 litres d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure pour amener à ébullition. Filtrer, ajouter le sucre et reprendre la cuisson à petit feu pendant encore 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour consommer dans les jours qui suivent, ou stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.





# 103. Lierre



## 744- Infusion de lierre terrestre

Avec 10 à 20 grammes de sommités pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. À prendre contre la toux.

## 745- Décoction de lierre

Avec 10 grammes de la plante pour un litre d'eau ou de lait. Porter à ébullition puis laisser infuser à couvert pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Sucre au miel et prendre plusieurs fois par jour contre la toux et les problèmes respiratoires.

## 746- Sirop de lierre

Avec 1 litre d'infusion de feuilles et de fleurs et 1 kg de sucre. Faire cuire à petit feu au bain-marie pendant au moins 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

**L**e lierre terrestre, qui n'a rien à voir avec le lierre commun qui s'accroche aux arbres et aux vieux murs, est une plante vivace de la famille des labiées qui possède une tige à section carrée, rampante et couchée, poilue et rugueuse, possédant des nœuds qui s'enracinent pour donner de petites tiges de 30 cm de hauteur avec des feuilles petites, arrondies et en forme de cœur à la base, de couleur verte, parfois rougeâtre. Les fleurs, petites, de couleur violacée sont réunies par 2 ou 3 à l'aisselle des feuilles. Toute la plante dégage une odeur forte; sa saveur est amère.



HORS CONCOURS, MEMBRE DU JURY  
PARIS 1889

# LIQUEURS CUSENIER

40 MÉDAILLES D'OR & D'ARGENT  
6 GRANDS DIPLOMES D'HONNEUR

E. CUSENIER & Co  
COGNAC

PRUNELLE

ABSINTHE  
CUSENIER

CRÈME  
DE CACAO EXTRA

CURAÇAO CUSENIER  
EXTRA SEC

CRÈME DE MENTHE GLACIALE

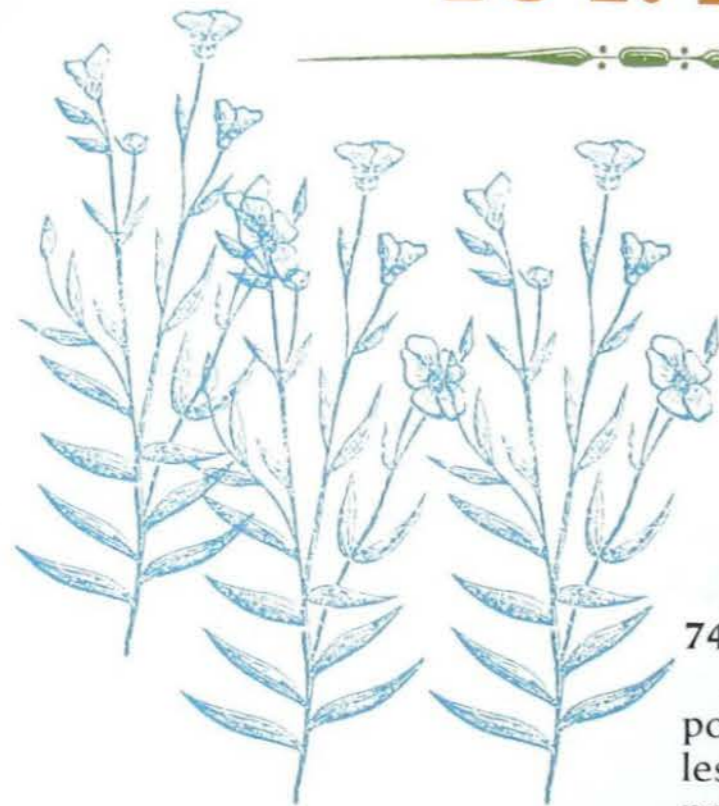
Merisette

PARIS 226 Boulevard Voltaire  
CHARENTON Quai de Bercy prolongé 4  
ORNANS  
MARSEILLE 71 Avenue du Prado

COGNAC Chateau du Solencon  
MULHOUSE (Alsace)  
BRUXELLES 37 Rue de Russie  
BIENOS-AIRES

## USINES

## 104. Lin



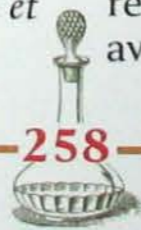
### 747- Infusion des graines

Avec de 10 à 20 grammes de graines pour un litre d'eau bouillante. Placer les graines dans un sachet en mousseline pour éviter l'épaississement de l'infusion. Laisser infuser cinq minutes et prendre 3 à 4 tasses par jour contre les affections des voies respiratoires.

### 748- Infusion composée

Avec 15 grammes de graines de lin et 8 grammes de racine de réglisse pour un litre d'eau bouillante. Laisser macérer 2 heures à couvert, filtrer et prendre avec du miel.

**C**'est une plante vivace cultivée en grand pour le textile et pour l'huile de sa graine. La tige est droite, dressée et lisse, longue de 60 cm, ramifiée, avec des feuilles étroites et lancéolées et des fleurs isolées de couleur bleue qui donnent un fruit à capsule globuleuse qui contient des graines brillantes, lisses et plates. On les utilise pour leurs propriétés émoullientes, adoucissantes et apéritives.



## 105. Livèche



### 750- Infusion de graines

Avec de 10 à 15 grammes de graines pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 tasses par jour contre les rhumatismes et la digestion difficile.

### 751- Vin de livèche

Avec un litre de vin blanc sec, 2 morceaux de tige de livèche et du sucre à volonté.

Tronçonner la tige de livèche pour la faire macérer dans le vin blanc pendant toute une nuit. Le lendemain, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 752- Apéritif de Laurent

Avec un litre de vin blanc, un mélange de tiges de livèche, d'angélique et d'anis vert en petite quantité (environ 10 à 15 grammes de chaque), un petit

**P**lante vivace de la famille des ombellifères qui pousse en touffes fournies et puissantes de plus de 2 mètres de hauteur parfois. Elle est appelée aussi : ache de montagne, céleri perpétuel ou encore angélique à feuilles d'ache. Les tiges sont droites, rondes, creuses, cannelées et ramifiées avec de grandes feuilles découpées et dentées, à 2 ou 3 folioles. Les petites fleurs de couleur jaune verdâtre sont rassemblées en ombelles terminales et donnent des graines étroites et striées, de couleur brune, très aromatiques. La racine est un rhizome charnu et épais. Toute la plante a une odeur forte et aromatique, sa saveur est particulière, âcre pour certains, avec des propriétés toniques et carminatives.

### 749- Infusion de feuilles et de tiges

Avec de 15 à 20 grammes d'un mélange de feuilles écrasées et de tiges tronçonnées pour un litre d'eau bouillante.





verre d'eau de vie parfumée, 2 grammes de cannelle et du sucre à volonté. Il fait macérer les plantes et la cannelle dans le vin blanc pendant 2 à 3 jours, puis il filtre pour ajouter l'eau de vie et du sucre (250 grammes en moyenne), après avoir mélangé. Il met en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques temps avant de déguster.

### 753- LIQUEUR DE LIVÈCHE

Avec 30 grammes de graines de livèche, 5 grammes de coriandre et 1 clou de girofle, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer les graines et les aromates dans l'eau de vie pendant 2 jours, filtrer et ajouter le sucre mouillé avec les 2 verres d'eau. Bien mélanger et

mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais.

### 754- Liqueur de Vaudenac

Avec un litre d'alcool à 90°, une poignée de graines de livèche, quelques tiges tronçonnées, un peu de cannelle, 1 clou de girofle, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer la livèche et les aromates dans l'alcool pendant toute une nuit. Le lendemain on filtre pour ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger, mettre en bouteilles pour laisser vieillir plusieurs mois au frais avant la dégustation.

### 755- Liqueur de montagne

Avec 20 grammes de graines de livèche, 10 grammes de sommités fleuries de tanaïs, 10 grammes d'achillée millefeuille, 1 litre d'eau de vie, 2 clous de girofle, 500 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Faire macérer les plantes et les clous de girofle dans l'eau de vie pendant 2 à 3 jours. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser toujours vieillir au frais pendant 4 à 5 mois avant de déguster cette liqueur parfumée à la flore alpine.



## 106. Magnolia

**A**rbuste magnifique, acclimaté dans les jardins, remarquable par la beauté de son feuillage et de ses fleurs, qui pousse avec un tronc droit et uni, et se termine par une cime conique, à quelques mètres de hauteur. Les feuilles entières, grandes et luisantes, ressemblent à celles du laurier. Les grandes fleurs de 20 cm de diamètre sont solitaires à l'extrémité des branches, très blanches. Elles dégagent une odeur agréable et suave, et donnent des fruits qui sont des cônes de 10 cm de long. On utilise ces fleurs pour parfumer des boissons.

### 756- Vin de fleurs de magnolia

Avec une poignée de pétales de fleurs, 1 litre de vin blanc, 1 bâton de vanille et du sucre à volonté. Faire macérer les pétales dans le vin blanc avec la vanille pendant 10 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 757- Apéritif des îles

Avec une grosse poignée de pétales de fleurs de magnolia, 1/2 litre d'eau de

vie, 1/2 litre de bon vin rouge, 1 bâton de vanille et 300 grammes de sucre. Hacher les pétales, couper la vanille en morceaux, recouvrir avec l'eau de vie et le vin rouge pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et bien exprimer toute la macération dans un linge propre, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant 2 à 3 mois avant de déguster.

### 758- Liqueur de magnolia

Avec toujours une poignée de pétales de fleurs, un litre d'eau de vie, un bâton de vanille et 400 grammes de sucre mouillé avec un verre d'eau. Écraser les pétales et mélanger tous les ingrédients pour laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer, bien exprimer la macération et mettre en bouteilles pour un vieillissement de quelques mois.

### 759- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de pétales de fleurs de magnolia, ajouter un bâton de vanille et recouvrir avec 1/2 litre d'al-



cool à 90° pour laisser macérer pendant 10 journées. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre 800 grammes de sucre dans 1 litre d'eau (à petit feu pendant 1/4 d'heure). Bien

mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire dans 3 à 4 mois comme liqueur parfumée et digestive.



## 107. Maïs

C'est une graminée, plante annuelle, alimentaire, cultivée en grand dans le monde entier, qui pousse avec une tige robuste, dressée et pleine à plus de 2 mètres de hauteur. Les feuilles larges et rugueuses entourent la tige et les fleurs sont bien distinctes : les fleurs mâles poussent en épi terminal très aéré et les fleurs femelles donnent un épi appelé **maïs**, gros, cylindrique et solitaire à l'aisselle des feuilles, qui est prolongé par une touffe de stigmates chevelus que l'on utilise ici.



### 760- Infusion de stigmates de maïs

Avec une poignée de stigmates secs pour un litre d'eau bouillante. Faire infuser à couvert pendant 10 minutes et prendre 3 à 4 tasses par jour comme diurétique.

### 761- Décoction de stigmates

Avec 30 grammes pour un litre d'eau. À faire bouillir pendant 1/4 d'heure. À prendre comme diurétique puissant.

### 762- Vin de maïs

Remplir un large récipient avec des tiges de maïs tronçonnées, recouvrir avec de l'eau pour laisser macérer pendant plusieurs jours. Ajouter un peu de sucre et commencer à soutirer en filtrant pour mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent.



# 108. Mandarinier

**A**rbre cultivé dans le bassin méditerranéen qui possède des racines fortes et un tronc droit garni d'une écorce grise avec de nombreux rameaux étalés. Les feuilles nombreuses sont petites, étroites, allongées, légèrement dentées et garnies de glandes qui dégagent une odeur agréable. Leur couleur est un joli vert luisant. Les fleurs poussent en bouquets terminaux, elles sont de couleur blanche et donnent des fruits qui sont de grosses baies, de forme sphérique, aplatie aux extrémités et creusée au sommet : c'est la **mandarine** qui a une pulpe juteuse, divisée en quartiers, de couleur jaune orangé à rouge et qui est très parfumée.

## 763- Infusion de feuilles et de fleurs

Avec 20 grammes d'un mélange feuilles fleurs pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. Prendre une tasse le soir au coucher pour favoriser le sommeil.

## 764- Jus de mandarines

Il suffit de presser les fruits pour bien exprimer tout le jus et pour obtenir un

jus très parfumé et d'écraser également la peau de la mandarine au mixer par exemple à raison de 1 fruit sur 5 ou 6.

## 765- Sirop de mandarines

Avec 800 grammes de sucre pour un litre de jus de mandarine. Faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire rapidement dans les jours qui suivent.

## 766- Sirop de mandarines à l'ancienne

Avec 10 mandarines, 2 verres d'eau et 400 grammes de sucre. Éplucher les mandarines et exprimer tout le jus. Préparer un sirop en faisant fondre à feu vif pendant 5 minutes le sucre dans l'eau, mélanger le sirop, le jus et ajouter quelques zestes de mandarines, laisser refroidir. Filtrer, mettre en bouteilles pour consommer rapidement.



767- Vin de mandarines  
Avec 1 litre de jus de mandarine, 150 à 200 grammes de sucre, 1 verre d'eau et 1 gramme de levure de bière. Mélanger le tout pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais pour commencer à boire une semaine après.

## 768- Apéritif à la mandarine

Avec un litre de bon vin rouge, 5 mandarines, 25 morceaux de sucre et un petit verre d'eau de vie. Éplucher et couper en morceaux les mandarines pour les faire macérer avec leurs zestes dans le vin rouge pendant 15 jours. Filtrer et bien exprimer tout le jus de la macération. Ajouter le sucre et l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais pendant 15 jours avant de déguster.

## 769- Liqueur de mandarine

Avec 6 mandarines, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1/2 litre

d'eau. Éplucher les mandarines pour conserver les zestes que l'on coupe en morceaux pour faire macérer dans l'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, allongé du jus des mandarines, mélanger, mettre en bouteilles et conserver au frais quelques temps avant la dégustation.

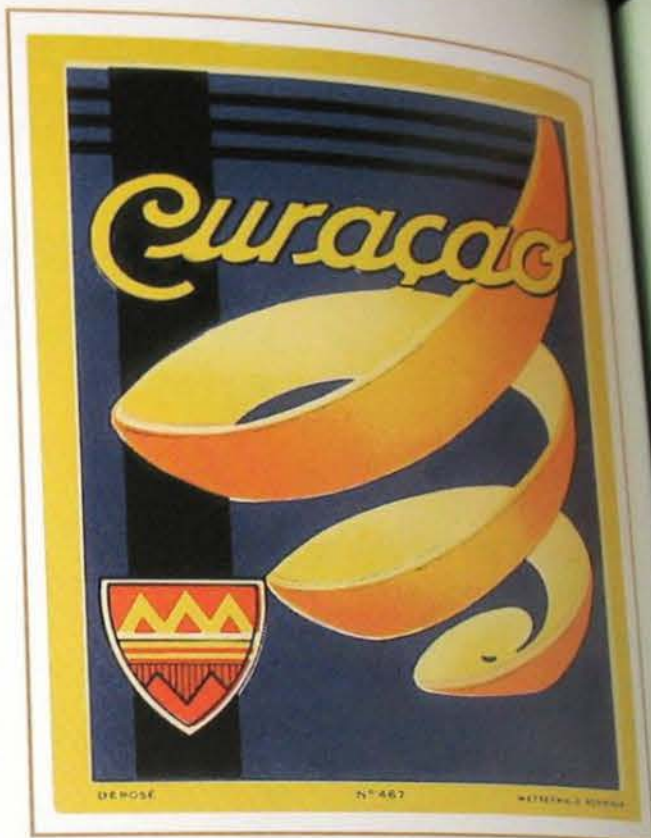
## 770- Liqueur andalouse

Avec 12 mandarines, 1/2 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1/2 litre d'eau. Éplucher les mandarines pour faire macérer les zestes dans l'alcool pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir 2 à 3 mois avant la dégustation. (Certaines Andalouses préfèrent ajouter un ou deux verres de jus de mandarine au moment de mettre en bouteilles pour adoucir la liqueur.)



## 771- MANDARINETTE

On remplit un bocal avec de l'écorce séchée de mandarine que l'on recouvre d'un litre d'eau de vie pour laisser macérer pendant 2 mois, puis on filtre pour ajouter le sirop obtenu avec 700 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Après avoir bien mélangé, on met en bouteilles pour laisser encore vieillir quelques mois.



# 109. Marrube blanc



**P**lante vivace avec des tiges dressées de 80 cm de hauteur, ramifiées et couvertes d'un duvet blanchâtre. Les feuilles sont ovales, rugueuses, crénelées et de couleur vert cendré virant au blanc sur le dessous. Les fleurs petites et nombreuses, de couleur blanche, sont rassemblées en bouquets à l'aisselle des feuilles. Toute la plante dégage une odeur particulière, qualifiée d'aromatique, légèrement musquée et forte. Sa saveur est chaude, amère et un peu âcre.

## 772- Infusion de sommités fleuries

Avec 10 grammes de sommités pour un litre d'eau bouillante, prendre 2 à 3 tasses par jour contre la toux et la bronchite.

## 773- Sirop de marrube

Avec 10 à 20 grammes de sommités fleuries, 1/2 litre d'eau et 1 kg de sucre. Plonger la plante dans l'eau bouillante et laisser infuser à couvert jusqu'à refroidissement complet, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour consommer dans les jours qui suivent ou stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.

## 774- Vin de marrube blanc

Avec 50 grammes de sommités fleuries sèches, un litre de bon vin blanc et 200 grammes de miel liquide. Faire macérer la plante dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer,



ajouter le miel, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 775- Vin de campagne

Avec 30 grammes de feuilles et de fleurs sèches de marrube, un litre de vin rouge, un petit verre d'eau de vie parfumée et du sucre à volonté. Verser le vin rouge bouillant sur la plante et laisser macérer à couvert pendant toute la nuit. Le lendemain, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 776- Vin tonique

Avec 50 grammes de la plante entière sèche, 1 litre d'eau de vie, 100 à 200 grammes de sucre et 1 litre de vin blanc sec. Faire macérer la plante dans l'eau de vie pendant 24 heures, ajouter alors le sucre et le vin blanc et laisser faire pendant 10 jours encore. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelque temps avant de déguster.

## 777- Liqueur de marrube

Avec une poignée de la plante entière sèche, 1 litre d'eau de vie, 2 verres de miel liquide et 1 verre d'eau. Faire macérer la plante dans l'eau de vie pendant 5 à 6 jours, ajouter le sirop obtenu

en mélangeant à chaud l'eau et le miel pour laisser faire encore 2 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.



## 778- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de la plante sèche de marrube blanc (feuilles et fleurs), recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° et laisser macérer pendant une semaine. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

## 779- Apéritif minute

Mélanger un verre de cette liqueur à une bonne bouteille de vin blanc pour servir très frais avec des glaçons.



# 110. Mauve

**P**lante vivace, commune dans les lieux incultes, la mauve pousse avec une tige dressée et ramifiée de 60 cm de hauteur. Les feuilles sont découpées en 5 à 7 lobes, longuement pétiolées, molles et de couleur verte à vert clair. Les grandes fleurs possèdent 5 pétales très découpés, de couleur rose à rose blanchâtre, veinés de rouge. Les fruits sont composés de plusieurs capsules. Toute la plante est utilisée, comme pour la guimauve.

## 780- Infusion de feuilles et de fleurs

Avec de 10 à 15 grammes de la plante pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre de 4 à 5 tasses par jour comme émollient, calmant et laxatif.

## 781- Décoction de la plante entière

Avec 40 grammes de la plante dans un litre d'eau. Faire bouillir 20 minutes,

puis infuser à couvert 10 minutes. Prendre contre la constipation.

## 782- Infusion dans le lait

À boire le soir contre les affections des voies respiratoires avec 10 g de plante pour 100 g de lait.

## 783- Vin de mauve

Avec 50 grammes de fleurs de mauve, un litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Faire macérer les fleurs dans le vin pendant 10 jours, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



# 111. Mélilot

**L**e mélilot officinal est une plante annuelle de la famille des légumineuses qui pousse avec une tige ronde, dressée, cannelée et ramifiée, de couleur verte à rougeâtre. Les feuilles sont petites, avec 3 folioles et dentées au sommet. Les petites fleurs jaunes sont rassemblées en grappes allongées et fines et donnent des gousses qui renferment des petites graines. Toute la plante est aromatique et les fleurs ont une odeur de miel qui s'accroît à la dessiccation.

## 784- Infusion de feuilles et de fleurs

Avec de 10 à 20 g de la plante sèche pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. Prendre de 2 à 3 tasses par jour comme somnifère.

## 785- Vin de mélilot

Avec 100 g de fleurs sèches, 1 litre de bon vin blanc sec et du sucre à volonté. Faire macérer les fleurs dans le vin pendant une semaine, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 786- Liqueur de mélilot

Avec de 100 à 150 grammes de la plante sèche (feuilles et fleurs), 1 litre d'eau de vie, 250 g de miel liquide et 1 verre d'eau. Faire macérer la plante dans l'eau de vie pendant une semaine, filtrer, ajouter le miel fondu dans le verre d'eau chaude. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant quelque temps avant la dégustation.

## 787- Liqueur de Vaudenac

Avec 1 litre d'alcool à 90°, de la plante sèche de mélilot, une pincée de cannelle, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer la plante (avec beaucoup de fleurs) et la cannelle dans l'alcool pendant une semaine à 10 jours, puis on filtre pour ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant de déguster.





# 112. Mélisse



saillantes, de couleur vert foncé dessus et plus pâle dessous. Les petites fleurs blanches poussent en verticilles à l'aisselle des feuilles et deviennent jaune ou bleu pâle à maturité pour donner de petites graines de couleur brun foncé. Toute la plante dégage une forte odeur citronnée avec une saveur chaude et légèrement amère.

## 788- Infusion de mélisse

Avec de 20 à 30 g de feuilles pour un litre d'eau bouillante, prendre 3 à 4 tasses par jour en cas de surmenage, pour retrouver calme et sommeil.

## 789- Infusion mélisse-angélique

Avec 20 g de feuilles en mélange pour un litre d'eau bouillante. Prendre dans la journée pour soulager les maux de tête et les indigestions.

## 790- Sirop de mélisse

Avec 250 g de sommités fleuries de mélisse, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire une infusion concentrée avec la plante dans 1 litre d'eau bouillante pendant 1/4 d'heure. Filtrer, ajouter le sucre



**L**a mélisse ou **citronnelle** est une plante vivace de la grande famille des labiées qui pousse près des lieux habités avec une tige dressée velue et ramifiée à section carrée qui peut atteindre la hauteur de 80 cm. Les feuilles sont grandes, ovales, pointues, velues et gaufrées avec des nervures

et faire cuire à petit feu pendant encore 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour consommer dans les jours qui suivent, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

## 791- Vin de feuilles de mélisse

Avec 60 g de feuilles sèches, 1 litre de bon vin blanc et du sucre à volonté. Faire macérer la plante dans le vin blanc pendant 2 à 3 jours, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 792- Apéritif à la mélisse

Plonger 20 g de feuilles de mélisse fraîche dans un litre de vin blanc puis porter à ébullition pendant 3 minutes, laisser refroidir, filtrer, ajouter du sucre ou du miel liquide. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelque temps avant la dégustation.

## 793- LIQUEUR DE MÉLISSE

Avec 100 g de feuilles, 1 litre d'eau de vie, 400 g de sucre et 1/2 litre d'eau. On fait macérer les feuilles dans l'eau de

vie en plein soleil pendant une semaine à 10 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 794- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de feuilles de mélisse, ajouter quelques feuilles d'angélique et de menthe pour recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° et laisser macérer pendant une semaine. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir de 2 à 3 mois avant la dégustation.

## 795- Liqueur des moines

Avec 64 g de mélisse et d'hysope, 32 g d'angélique, 16 g de cannelle, 4 g de safran et de macis, 1 litre d'alcool à 90°, 100 g de miel, 400 g de sucre et 3/4 de litre d'eau. Faire macérer toutes les plantes dans l'alcool pendant une semaine, filtrer, ajouter le sirop préparé avec le miel, le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.



### 796- Eau de mélisse

Avec 50 g de feuilles de mélisse, 15 g de zeste de citron, de muscade et de coriandre, 5 g de cannelle et de girofle, 1 litre d'eau de vie, 400 à 500 g de sucre et 2 verres d'eau. On fait toujours macérer les plantes dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer ajouter le sucre mouillé avec l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

### 797- Liqueur de Rovesti

Avec 50 g de feuilles de mélisse fraîche, 60 g de feuilles d'absinthe fraîche, 1 litre d'eau de vie, 320 g de sucre et 180 g d'eau. Macération des plantes dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer, ajouter 500 g de sirop obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire au frais quelques mois.

### 798- Liqueur des carmes

Avec 180 g de mélisse en fleurs, 30 g de zestes de citron, 15 g de cannelle, girofle et muscade, 10 grammes de coriandre et de racine d'angélique, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer toutes les plantes et aromates dans l'alcool pendant 4 à 5

jours, filtrer, ajouter le sirop, mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir plusieurs mois au frais.

### 799- Chartreuse jaune

Avec un litre d'alcool à 90°, 6 g de mélisse et d'hysope, 4 g d'angélique, de coriandre et de safran, 2 g de cannelle, 300 g de sucre et 1 litre d'eau. Concasser le safran, la cannelle et la coriandre, ajouter les plantes hachées et recouvrir avec l'alcool pour laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

### 800- Chartreuse de Marie-Laure

Elle fait macérer, dans un litre d'alcool à 90°, un mélange des plantes suivantes : mélisse 20 g, menthe et angélique, 10 g, hysope et fenouil 5 g, plus quelques aromates : cannelle, coriandre, girofle et safran, pendant une semaine, puis elle filtre pour ajouter le sirop obtenu avec 800 g de sucre et 1 litre d'eau. Enfin elle mélange pour mettre en bouteilles et faire vieillir cette chartreuse moderne qui va devenir verte et parfumée au bout de quelques mois.



## 113. Menthe

**P**lante vivace de la famille des labiées qui se présente sous la forme de plusieurs variétés : menthe des jardins, verte, pouliot, aquatique, poivrée, sylvestre... qui pousse en touffe avec une tige droite, ramifiée vers le haut, de section carrée, de couleur verte à rougeâtre. Les feuilles sont petites, opposées, ovales rondes ou pointues, découpées et de couleur vert foncé dessus et plus pâle dessous ; les petites fleurs, blanches, roses ou violacées poussent en épis serrés et légèrement coniques ou en petits bouquets à l'extrémité des rameaux ou à l'aisselle des feuilles. Toute la plante dégage un parfum délicat très connu, avec une odeur forte et poivrée pour certains, et une saveur agréable.



### 801- Infusion de feuilles

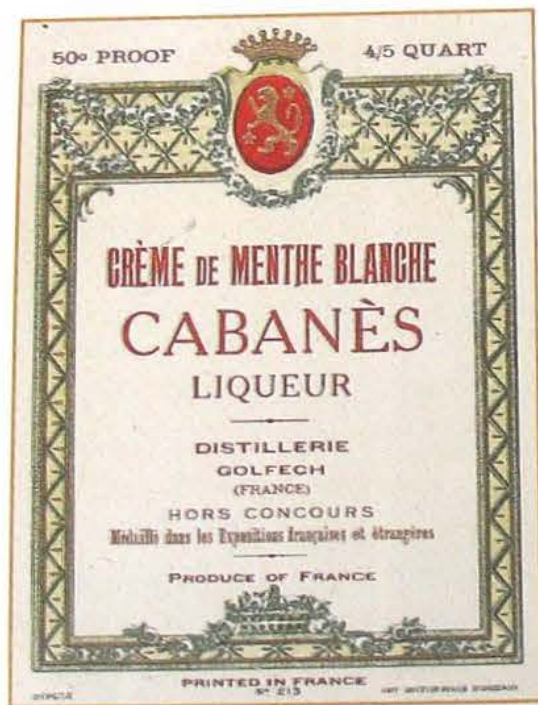
Avec de 10 à 20 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour comme tonique et stimulant.

### 802- Thé à la menthe

Faire infuser du thé vert très fort avec quelques feuilles de menthe verte. Placer 1 ou 2 morceaux de sucre dans la tasse et verser le thé en plusieurs fois. Se boit brûlant d'un seul coup, comme en Afrique du Nord.

### 803- Limonade de menthe

Remplir une bouteille de menthe (feuilles et fleurs), recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant une 1/2 journée. Filtrer, ajou-



ter un peu de sucre et servir comme rafraîchissant avec de la glace en plein été.

#### 804- Sirop de menthe

Avec 1 litre d'infusion ou de limonade et 1 kg de sucre. Faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, sinon reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent, ou stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.

#### 805- Sirop à l'ancienne

Avec 100 grammes de feuilles de menthe fraîche, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Hacher les feuilles pour les recouvrir avec l'eau bouillante. Laisser infuser à couvert pendant toute une nuit, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu jusqu'à ébullition. Vérifier la consistance du sirop, mettre en bouteilles et toujours conserver au frais.

#### 806- Vin à la menthe

Mélanger 1 litre d'infusion de menthe avec 1/2 litre de vin blanc. Sucrez suivant votre goût et servir très frais avec de la glace.



807- Apéritif à la menthe  
Avec 20 grammes de menthe fraîche, 1 litre de bon vin rouge, 1 petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Porter à ébullition le vin rouge avec la menthe pendant 4 à 5 minutes, laisser refroidir, ajouter le sucre et l'eau de vie. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelque temps avant la dégustation.

#### 807- Apéritif à la menthe

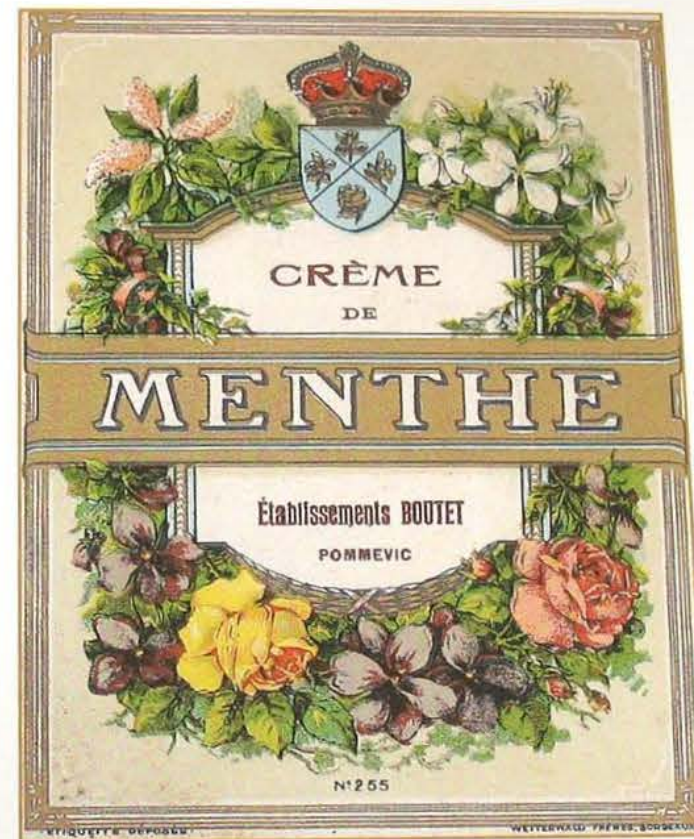
Avec 20 grammes de menthe fraîche, 1 litre de bon vin rouge, 1 petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Porter à ébullition le vin rouge avec la menthe pendant 4 à 5 minutes, laisser refroidir, ajouter le sucre et l'eau de vie. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelque temps avant la dégustation.

#### 808- Liqueur de menthe

Avec 100 grammes de menthe (feuilles et fleurs), 1 litre d'eau de vie, 750 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer la plante dans l'eau de vie pendant 2 mois, filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 809- Liqueur de Vaudenac

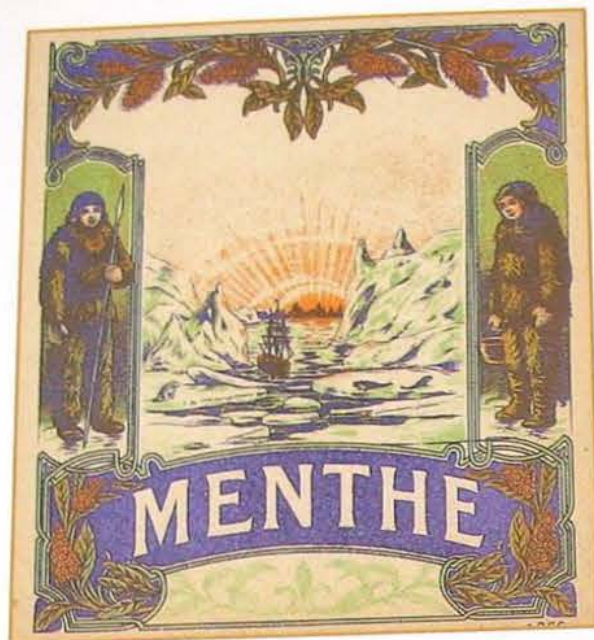
Remplir un bocal de feuilles de menthe fraîche, recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau, pendant 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant deux à trois mois avant la dégustation.



#### 810- Digestif à l'ancienne

Avec une grosse botte de menthe fraîche, 1 kg de sucre, 1 litre d'eau de vie et 2 grammes de cannelle, cueillir la menthe au petit matin, « à la fraîche » et l'écraser dans un mortier, ajouter la cannelle et l'eau de vie pour laisser macérer pendant 24 heures, filtrer et exprimer toute la macération dans un





linge propre. Ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 minutes. Laisser refroidir et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais pendant quelques mois. On peut ajouter quelques gouttes d'essence de menthe pour corser ce digestif, comme dans l'ancien temps.

#### 811- Liqueur des moines

On fait macérer pendant une semaine, dans un litre d'alcool à 90°, un mélange des plantes suivantes : menthe, badiane et angélique, 2 grammes, plus : tanaïsie, fenouil et safran, 1 gramme. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre 750 grammes de sucre dans 1 litre d'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quatre à cinq mois avant de déguster.

#### 812- CRÈME DE MENTHE

Faire macérer 15 grammes de menthe verte dans un litre d'eau de vie pendant 10 jours. Filtrer. Ajouter 200 grammes de sucre et 15 gouttes d'essence de menthe poivrée, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir plusieurs mois au frais et obtenir une boisson forte, crémeuse et parfumée.



# 114. Ménéyanthe

**L**e ményanthe, ou trèfle d'eau, est une plante vivace aquatique qui pousse à partir d'une souche courte, épaisse et charnue, rampante dans la vase ou flottante sur l'eau, avec une tige épaisse et des feuilles engainantes, de forme ovale, pétiolées et découpées en 3 folioles. Les fleurs en corolle, à forme d'entonnoir sont rassemblées en grappes de couleur rose ou blanche et donnent des fruits qui sont des capsules globuleuses contenant des petites graines ovales.

## 813- Infusion de feuilles

Avec de 30 à 50 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 tasses par jour pour stimuler l'appétit.

## 814- Vin de ményanthe

Avec 30 grammes de feuilles sèches, un litre de vin rouge et du sucre à volonté. Faire macérer les feuilles dans le vin pendant 10 jours, filtrer et ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 815- Vin à l'ancienne

On verse un litre de vin rouge bouillant sur 10 à 15 grammes de feuilles de ményanthe. Couvrir et laisser infuser pendant 1/2 heure. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour toujours conserver au frais.

## 816- Vin amer de 1900

Avec 100 grammes de ményanthe, 50 grammes de petite centaurée, 30 grammes de chardon béni, 1 litre de vin rouge et du sucre à volonté. Macération des plantes dans le vin pendant 24 heures. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire au frais quelques mois avant la consommation de ce vin apéritif, amer et parfumé.

## 817- Bière parfumée

Faire macérer 30 grammes de feuilles de ményanthe dans un litre de bière pendant 1 à 2 jours. Filtrer pour boire aussitôt très frais.



# 115. Miel

**C'**est le produit sucré et parfumé élaboré par les abeilles à partir du nectar des fleurs qu'on utilise pour remplacer le sucre ou pour parfumer certaines boissons.

## 818- Sirop au miel

Faire bouillir pendant 10 minutes 200 grammes de miel dans un litre d'eau. Filtrer, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, sinon reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 819- Sirop à l'ancienne

Avec 2 pommes, 10 figes sèches, 30 grammes de bourgeons de sapin, un citron et un peu de thym, 1 litre d'eau et 400 grammes de miel. On fait cuire à

petit feu, pendant 1/2 heure dans l'eau, les pommes coupées en morceaux, le citron coupé en tranches, les figes, les bourgeons de sapin et le thym, puis on filtre pour ajouter le miel. Bien mélanger à chaud, laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 820- Hydromel du plateau

Avec 5 litres d'eau, 1,5 kg de miel, 5 grammes de fleurs de sureau séchées, et 1,5 gramme d'acide tartrique. On place le miel, les fleurs de sureau et l'acide dans un sachet en

mousseline pour le faire tremper dans l'eau et laisser fermenter un mois au chaud, puis au frais, récipient couvert avec un linge pendant 4 mois. Filtrer, soutirer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.





### 821- Hydromel du Pavillon

Avec un litre de vin rouge, 2 litres d'eau, 1 kg de miel, un peu de cannelle et de vanille. Préparer un sirop en faisant cuire le miel dans l'eau pendant 1/4 d'heure, ajouter le vin rouge, la cannelle et la vanille en poudre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir un bon mois avant de consommer.

### 822- VIN FORTIFIANT

Avec un litre de vin blanc sec, 10 grammes de coriandre et une cuillerée à soupe de miel. Faire bouillir la coriandre dans 1/4 de litre de vin, puis couvrir et laisser infuser 24 heures. Filtrer, ajouter le miel et le reste de vin. Faire cuire à petit feu pour une réduction de moitié. Mettre en bouteilles et laisser vieillir un mois avant la dégustation.

### 823- Liqueur de miel

Avec 1 kg de miel, 1 litre d'alcool à 90°, 1 gousse de vanille et 1 litre d'eau. Préparer un sirop avec le miel et l'eau en faisant cuire le mélange à petit feu pendant 1/4 d'heure. Ajouter l'alcool et la vanille pour laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et toujours faire vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster.



282



## 116. Millepertuis



de 60 cm. Les petites feuilles sont ovales, avec de très petites glandes contenant un suc rouge et très parfumé, de couleur vert foncé; elles sont bordées de noir. Les fleurs en étoile à 5 pétales, de couleur jaune à doré, sont groupées en panicules au sommet de la tige et des rameaux, et donnent un fruit qui est une capsule ovale. Toute la plante dégage une odeur aromatique, résineuse et balsamique, rappelant l'encens. La saveur est amère et légèrement salée.

### 824- Infusion de sommités

Avec de 15 à 20 grammes de sommités fleuries sèches pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 3 à 4 tasses par jour contre l'asthme

### 825- Vin de millepertuis

Avec 30 à 40 grammes de la plante sèche, un litre de vin rouge, un zeste de citron et du sucre à volonté. Faire macérer la plante dans le vin avec le zeste de citron pendant 10 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

**P**lante vivace appelée encore *herbe de la Saint-Jean* ou *herbe à mille trous*, qui pousse avec des tiges raides, droites, rameuses et anguleuses de couleur vert rougeâtre, pouvant atteindre la hauteur



283

### 826- LIQUEUR DE MILLEPERTUIS

Avec 20 grammes de feuilles, un citron, un litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer dans l'eau de vie les feuilles et le citron coupé en rondelles pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelque temps.



### 827- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de millepertuis (feuilles et fleurs). Recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre, à petit feu, 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes. Mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir 2 à 3 mois au frais avant la dégustation.

### 828- Ratafia de millepertuis

Avec 150 grammes de fleurs, quelques feuilles, un citron, 1 litre d'eau de vie et du sucre à volonté. Faire macé-



284

rer la plante dans l'eau de vie pendant 15 jours en plein soleil. Filtrer et bien exprimer toute la macération dans un linge propre. Ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour encore laisser vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.

### 829- Ratafia de 1900

On ramasse 50 fleurs fraîches de millepertuis le jour de la Saint-Jean pour les faire macérer avec 100 grammes de sucre dans 1 litre d'eau de vie pendant 15 jours, en plein soleil. Puis on filtre et on exprime au maximum la macération pour mettre en bouteilles et laisser vieillir longtemps ce ratafia qui va prendre une jolie couleur orangée.



## 117. Monarde

**P**lante vivace de la grande famille des labiées qui pousse en touffes de plus de 1 mètre de hauteur avec un étalement de 60 cm. Les tiges sont dressées, striées et velues, de couleur verte, marquée de rouge au départ des feuilles. Les grandes feuilles lancéolées sont de couleur vert sombre, veiné de rouge, avec une odeur caractéristique d'eau de Cologne! Les fleurs sont grandes et se présentent sous la forme de pompons ébouriffés de couleur rouge écarlate; toute la plante dégage une odeur suave et pénétrante, sa saveur rappelant un peu celle de la menthe

### 830- Infusion de feuilles

Avec de 10 à 20 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 3 à 4 tasses par jour comme tonique et stimulant.

### 831- Lait à la monarde

Verser un litre de lait bouillant sur 40 à 50 grammes de feuilles. Couvrir pour laisser infuser 10 minutes. Filtrer et sucrer au miel pour servir comme boisson chaude parfumée.

### 832- Thé à la monarde

Il suffit d'ajouter quelques feuilles de monarde dans un bon thé de Chine pour le parfumer et obtenir le fameux Earl Grey d'Angleterre.

### 833- Thé de monarde

On fait infuser une poignée de la plante entière (feuilles et fleurs) dans un litre d'eau bouillante. Filtrer, sucrer à volonté et servir très chaud.

### 834- Thé de Caroline

Elle fait un mélange de monarde, menthe et zestes d'orange pour obtenir un thé coloré, parfumé et très apprécié par ses amis.

### 835- Vin à la monarde

Avec 40 grammes de la plante entière, un litre de vin rouge, du sucre à volonté et un petit verre d'eau de vie parfumée. Faire macérer la plante dans le vin pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



285

## 118. Mûrier

**L**e mûrier noir est un arbre très décoratif qui peut atteindre la hauteur de 10 mètres avec un tronc droit et court, et des branches épaisses. Les grandes feuilles sont ovales, dentées et lobées, toujours épaisses et poilues. Les fleurs très petites sont de couleur jaunâtre et poussent en épis serrés à l'aisselle des feuilles pour donner des fruits qui sont des baies composées, de forme ovale, un peu comme la mûre, le fruit de la ronce. Ces baies roses, rouges et acides au début vont devenir à maturité noires et sucrées avec un goût agréable.



lant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour consommer dans les jours suivants, ou stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.

### 838- Infusion de feuilles

Avec 60 g de feuilles pour un litre d'eau bouillante.

Infusion 10 minutes. Prendre 2 à 3 tasses par jour comme fébrifuge;

### 836- Jus de fruits du mûrier

Écraser une grande quantité de baies bien mûres dans un large récipient. Mouiller avec 2 verres d'eau chaude et laisser faire pendant une heure. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 837- SIROP DE MÛRES

Pour 1 litre de jus il faut 2 kg de sucre, mélanger et faire cuire à petit feu pen-



## 119. Muscadier

**L**e muscadier est un bel arbre touffu, toujours vert qui pousse dans les îles du Pacifique avec de grandes feuilles lancéolées, persistantes et luisantes. Les fleurs, différentes sur les sujets mâles et femelles, poussent en grappes pour donner un fruit qui ressemble à l'abricot et qui va s'ouvrir à maturité pour libérer un noyau très dur, de couleur rouge vif : c'est la **noix de muscade**. Elle est recouverte d'une enveloppe très aromatique que l'on récupère pour donner la fleur de muscade ou macis, tandis que la noix est mise à sécher pour être utilisée ensuite avec sa saveur âcre et brûlante.

### 840- Vin de muscade

Avec 15 grammes de noix de muscade en poudre, 4 grammes de cannelle, 1 gramme de macis, 3 clous de girofle, 1 litre de vin blanc sec, 80 à 100 grammes de sucre et un petit verre d'alcool. On fait macérer les plantes et les aromates dans l'alcool pendant 2 jours, puis on ajoute le vin et le sucre pour prolonger la macération encore une journée. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster.



### 841- Liqueur de muscade

Avec 20 grammes de muscade, 2 clous de girofle, un peu de macis, 1 litre d'eau de vie et 250 grammes de sucre. Faire macérer les aromates dans l'eau de vie pendant toute une journée, ajouter le sucre et laisser faire encore une nuit. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais de deux à trois mois.

### 842- Liqueur de Satrapase

Avec 1 litre d'eau de vie, 2 verres de lait, 4 grammes de vanille, 2 grammes de muscade et de macis, 1/2 gramme de safran, un citron et deux clous de girofle, avec du sucre à volonté. Mélanger tous les ingrédients pour laisser macérer pendant 2 à 3 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir plusieurs mois.





# 120. Myrte



et portent des feuilles petites, luisantes et coriaces, de couleur vert foncé, qui possèdent des glandes aromatiques libérant au toucher une odeur d'orange. Les petites fleurs blanches à étamines jaunes sont solitaires et donnent un fruit qui est une baie ovoïde de couleur noir bleuté, à saveur résineuse, forte et agréable, qui a remplacé un moment le poivre en Afrique du Nord.

## 843- Infusion de feuilles

Avec 150 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre de 2 à 3 tasses par jour contre les affections des voies respiratoires.

## 844- Sirop de myrte

Avec 80 grammes de feuilles, 1 litre d'eau et 1,8 kg de sucre. Faire une longue infusion de 6 heures avec les feuilles et l'eau. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.



**A**rbuste à feuilles persistantes qui pousse dans le maquis du bassin méditerranéen. Très rustique, on a trouvé des spécimens de 5 mètres de hauteur datant de 300 ans. Les tiges sont rameuses

## 845- Vin de Corse

Remplir de baies bien mûres un grand récipient (tonneau de 50 litres!). Recouvrir avec une grande quantité d'eau pour laisser fermenter pendant quelques jours. Ajouter alors du miel, bien mélanger et laisser faire encore 2 à 3 jours. Filtrer et commencer à soutirer pour mettre en bouteilles et boire très frais dans les jours qui suivent.

## 846- Vin de myrte

Avec 100 grammes de la plante entière (feuilles et fleurs), un litre de vin blanc, un peu de girofle et de vanille, un citron, un petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Couper le citron en tranches, ajouter tous les ingrédients pour laisser macérer pendant un bon mois. Filtrer, mettre en bouteilles et faire vieillir au frais quelques mois avant de déguster.

## 847- Vin de Guy, du Cap corse

Il fait macérer 50 grammes de la plante, feuilles et fruits, avec le zeste d'un citron dans 1 litre d'eau de vie parfumée pendant 10 à 12 jours, puis il filtre pour ajouter 200 grammes de miel liquide et, après avoir bien mélangé, il met en bouteilles pour garder au frais et servir dans 6 mois en apéritif avec de la glace.

## 848- Liqueur de myrte

Avec 100 grammes de la plante entière, un litre d'eau de vie, une pincée de cannelle et de vanille en poudre et du sucre à volonté. Faire macérer la plante, la cannelle et la vanille dans l'eau de vie pendant 3 semaines à 1 mois. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec 2 verres d'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

## 849- LIQUEUR DE VAUDENAC

Faire macérer dans 1 litre d'alcool à 90° une poignée de la plante avec deux clous de girofle et une pincée de vanille pendant 3 semaines. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 1/4 d'heure. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pendant 4 à 5 mois avant de déguster une liqueur qui a le goût du maquis corse.



**EAU DE VIE** DE VIN

**S. CHOROT FILS**  
GRENOBLE MOIRANS (ISÈRE)

IMP. DOUGENHEIM. LYON

## 121. Myrtille

**D**e son vrai nom *airelle myrtille*, elle pousse en colonies importantes dans les bois et les massifs siliceux. C'est un arbrisseau qui forme un buisson de 50 à 60 cm de hauteur. Les rameaux, toujours verts, portent des feuilles ovales et pointues d'un joli vert vif. Les fleurs de couleur blanche, verdâtre ou parfois rosée donnent de jolis fruits qui sont des baies de couleur bleu foncé à presque noir, très recherchés.

### 850- Infusion de feuilles

Avec 50 grammes de feuilles sèches pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 2 à 3 tasses par jour contre le diabète.

### 851- Infusion alpine

Avec 30 grammes des feuilles sèches de myrtille et fraisier sauvage, pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 3 à 4 tasses par jour toujours contre le diabète.

### 852- Décoction de baies sèches

À raison de 50 à 100 grammes de baies sèches pour un litre d'eau, faire bouillir 10 minutes, puis infusion à couvert encore 10 minutes. Prendre plu-

sieurs fois par jour, contre la diarrhée chez les enfants et le diabète chez les adultes.

### 853- Jus de myrtilles

Récolter de nombreuses baies mûres pour les placer dans un large récipient. Bien tasser et ajouter 2 verres d'eau chaude. Mélanger et écraser le tout par la méthode de votre choix (à la main, au pilon, au moulin à légumes), puis filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent.

### 854- SIROP DE MYRTILLES

Avec 1 kg de sucre pour 2 litres de jus. Bien mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Écumer et vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.





### 855- Sirop à l'ancienne

Avec 1 volume de jus, 1,5 volume de sucre et le jus d'un citron. Bien mélanger et faire cuire jusqu'à ébullition (environ 1/4 d'heure), vérifier la consistance du sirop assez épais, sinon reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et stériliser pendant 20 minutes pour s'assurer d'une longue conservation.

### 856- Vin de myrtilles

Fouler une grande quantité de baies bien mûres, comme on le fait avec les raisins, ajouter de l'eau pour recouvrir largement la pulpe obtenue et laisser fermenter pendant 2 mois. Soutirer et

filtrer pour mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 857- Vin à la myrtille

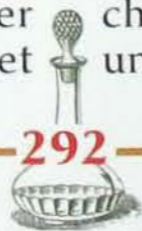
Avec 500 grammes de myrtilles et un litre de bon vin rouge. Faire cuire les myrtilles avec 2 verres d'eau, à petit feu pendant 1/4 d'heure, ajouter le vin et continuer la cuisson encore 1/4 d'heure, laisser refroidir, filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 858- Apéritif de Marianne

Avec 1 litre de vin blanc sec, 500 grammes de myrtilles, 2 clous de girofle, une pincée de cannelle et 100 grammes de miel. Écraser les myrtilles, ajouter les aromates et recouvrir avec le vin blanc pour laisser macérer pendant une semaine. Filtrer et bien exprimer toute la macération dans un linge propre. Ajouter le miel liquide, mélanger et laisser reposer une journée. Filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour conserver au frais pendant 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 859- Liqueur de myrtilles

Avec 500 grammes de myrtilles fraîchement cueillies, 1 litre d'eau de vie, un peu de cannelle, 300 grammes de



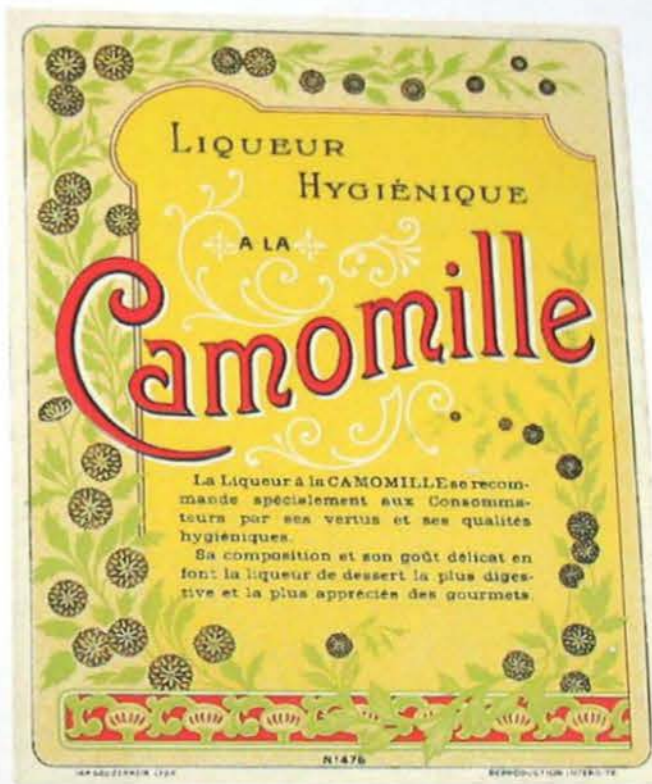
sucre et 2 verres d'eau. Écraser grossièrement les myrtilles et les laisser macérer avec la cannelle dans l'eau de vie pendant un mois. Filtrer et bien exprimer la macération. Ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles une liqueur excellente qui se bonifie avec le temps.

### 860- Liqueur montagnarde

Avec 2 kg de myrtilles fraîches, 1 kg de sucre, 2 citrons, 1 litre d'eau et 1 litre d'alcool à 90°. Placer dans un large récipient les myrtilles, le sucre et le jus des 2 citrons, mélanger et laisser macérer pendant 3 à 4 jours. Ajouter l'eau et faire cuire à petit feu jusqu'à ébullition (environ 1/4 d'heure), laisser refroidir, filtrer et bien exprimer tout le jus pour ajouter l'alcool. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.

### 861- Ratafia de myrtilles

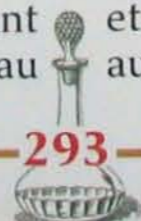
Avec 1 kg de myrtilles, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Laver et bien égoutter les myrtilles, les écraser avec un pilon pour les placer dans un bocal et les faire macérer avec l'alcool pendant 2 bons mois. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau



pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles et laisser faire le temps, au frais, pour déguster dans six mois.

### 862- Myrtille-Drink

Avec 3 verres de jus de myrtille, 2 verres de jus de pamplemousse et d'ananas, une cuillerée de miel liquide et de la glace. Mélanger le tout et battre au moment de servir.



## 122. Néflier

C'est un arbuste épineux de 3 mètres de hauteur en moyenne avec des rameaux velus qui portent des grandes feuilles allongées et pointues, légèrement dentées et comme gaufrées, de couleur vert mat sur le dessus et vert grisâtre dessous. Les fleurs sont grandes, solitaires à l'extrémité des rameaux et de couleur blanche. Elles donnent des petits fruits, les **nèfles**, charnus et globuleux, qui conservent les sépales de la fleur à leur sommet et qui contiennent 5 noyaux. Ce fruit est peu apprécié mais utilisable ici.

### 863- Sirop de nèfles.

Avec 1 kg de nèfles blettes, 1/2 litre d'eau et 800 grammes de sucre. Écraser grossièrement les nèfles pour les faire cuire dans l'eau pendant 1/4 d'heure. Filtrer et bien exprimer le jus dans un linge propre, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant encore 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent.



### 864- Vin de nèfles à l'ancienne

Avec 7 kg de nèfles, 3,5 kg de poires, 2 kg de sucre, 20 cm<sup>3</sup> de levure de bière et 10 litres d'eau. Écraser les nèfles et les poires, ajouter 5 litres d'eau bouillante et laisser fermenter pendant 2 jours, compléter avec les 5 litres d'eau restant et continuer la fermentation encore une journée. Filtrer et bien exprimer tout le jus. Ajouter la levure et le sucre, mélanger pour laisser fermenter 20 jours. Laisser alors reposer 3 jours avant de commencer à soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais.

### 865- Apéritif à la nèfle

Avec un litre de vin blanc, 12 nèfles, un petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Piquer les nèfles avec une aiguille pour les faire macérer dans le vin pendant une semaine. Ajouter le sirop obtenu avec le sucre et un verre d'eau (200 grammes en moyenne) et l'eau de vie et continuer la macération pendant 45 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelque temps avant de déguster.

### 866- Liqueur de nèfles

Avec 1 kg de nèfles, 1 litre d'eau de vie, un citron, 500 g de sucre et 2 verres d'eau. Écraser les nèfles, râper le zeste du citron pour faire macérer dans l'eau

de vie pendant 1 mois. Filtrer, bien exprimer toute la macération et ajouter le sirop obtenu avec le sucre mouillé des deux verres d'eau, mélanger. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

LA GAÏÉTÉ PAR LE RAISIN

# TUTU

JUS DE RAISINS  
SANS ALCOOL

BOISSON RAFRAÏCHISSANTE  
TRÈS AGRÉABLE

CONSOMMABLE TOUS LES  
JOURS, ET A TOUTE HEURE

SERVIR GLACÉ

**Benoît SERRES** \*  
Distillateur - Confiseur  
VALENCE-D'AGEN (Tarn-et-Garonne)



## 123. Noisetier

**L**e noisetier, encore appelé **coudrier**, est un arbrisseau commun des haies et des taillis qui peut atteindre la hauteur de 4 mètres, avec de nombreuses branches droites et rameuses à écorce lisse, grise, tachetée de jaune. Les jeunes tiges dressées sont rougeâtres. Les feuilles sont arrondies ou ovales, en forme de cœur à la base, dentées et légèrement poilues. Les fleurs mâles poussent en chatons jaunâtres qui pendent et les fleurs femelles en épis verdâtres, pour donner des bourgeons et des fruits en coques : les noisettes, qui sont réunies par 1 à 4, globuleuses, ovoïdes, contenant une amande comestible à saveur agréable

### 867- Infusion de feuilles

Avec 20 grammes de feuilles de noisetier pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour comme dépuratif.

### 868- Décoction de l'écorce

Avec de 10 à 20 grammes d'écorce pour un litre d'eau. Faire bouillir 1/4 d'heure puis infuser à couvert 10 minutes. Prendre comme astringent et fébrifuge.

### 869- Liqueur de noisettes

Avec 500 grammes de noisettes, 1 litre d'alcool à 90°, 1 gousse de vanille, 800 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Faire griller les noisettes pour les broyer grossièrement. Ajouter le sucre et recouvrir avec l'eau bouillante. Après refroidissement, compléter avec l'alcool et la vanille en morceaux, mélanger et laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 870- Liqueur de campagne

Avec 30 noisettes, 1 litre d'eau de vie, un peu de cannelle, 400 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer dans l'eau de vie pendant un mois les noisettes écrasées et la cannelle. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais plusieurs mois avant la dégustation.



296

## 124. Noyer

**C**'est un arbre magnifique de 10 à 20 mètres de hauteur qui possède des feuilles et des fruits riches en tanin avec un parfum envahissant et très remarquable qui se dégage au toucher. Les applications sont nombreuses et variées. On utilise surtout les jeunes feuilles et les fruits dont la caractéristique est de posséder une enveloppe verte appelée **brou**, qui va se dessécher à maturité pour tomber et découvrir la noix.

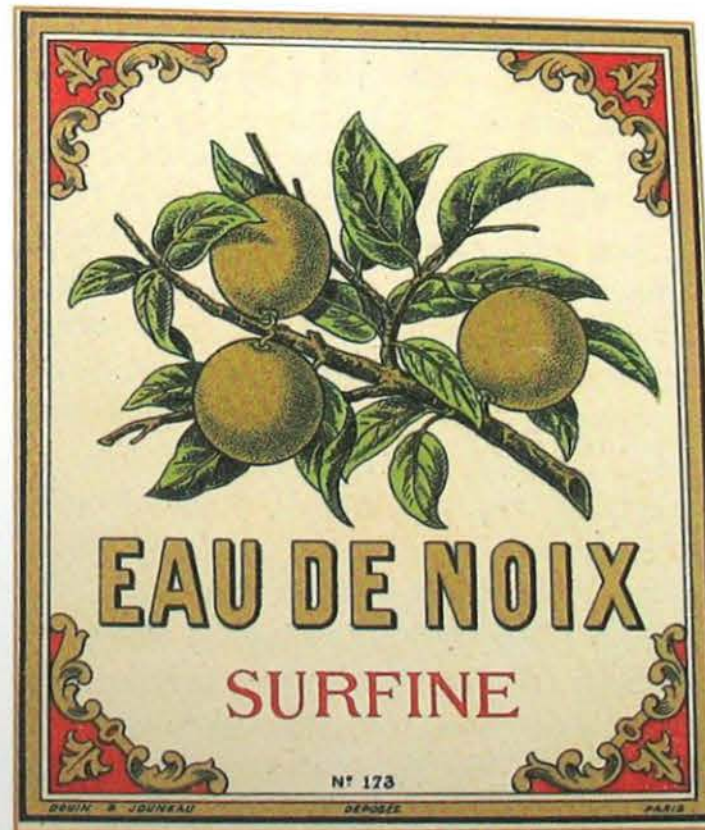
### 871- Infusion de feuilles

Avec 25 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour comme boisson de table tonique et stimulante et contre le diabète.

### 872- Sirop de feuilles

Avec 500 grammes de feuilles fraîches, du sucre et 1 verre d'eau. Écraser les feuilles, recouvrir avec un verre d'eau et laisser macérer 2 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter le même poids de sucre et faire cuire à petit feu pendant

10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.



297

### 873- VIN DE NOIX

Avec 10 noix vertes cueillies à la Saint-Jean, 4 litres de vin rouge, 1/2 litre d'eau de vie, 1 orange et 1 kg de sucre. Écraser les noix, couper l'orange en morceaux, ajouter le sucre et l'eau de vie et compléter avec le vin rouge pour laisser macérer pendant 40 jours en remuant de temps en temps. Goûter le vin et laisser faire encore 10 jours si le parfum de noyer vous semble insuffisant. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir quelques mois avant la dégustation.

### 874- Vin de noix à l'ancienne

Avec 25 noix vertes, 25 jeunes feuilles de noyer, 5 litres de bon vin rouge, 1 litre d'eau de vie, 1 kg de sucre, 1 bâton de vanille, 1 noix de muscade et 4 clous de girofle. Écraser les noix vertes, ajouter les feuilles coupées en morceaux, les aromates : vanille, muscade et clous de girofle, le sucre, l'eau de vie et recouvrir le tout avec le vin rouge, bien mélanger et laisser macérer pendant 40 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais plusieurs mois (souvent d'une année sur l'autre) pour déguster un vin épais, parfumé et très apprécié par les invités.

### 875- Vin cuit de santé

Avec de jeunes rameaux de noyer cueillis à la Saint-Jean avec feuilles et petites noix vertes, 1 litre de bon vin rouge, 1 bâton de cannelle, 1 noix de muscade, 100 grammes de sucre et un petit verre de rhum. Tronçonner les rameaux en petits éléments, les placer dans un bocal avec la cannelle, la noix de muscade râpée, pour recouvrir avec le vin rouge et laisser macérer pendant un mois. Filtrer et porter ce liquide à ébullition, ajouter le sucre et le rhum et donner un nouveau coup de feu. Dès le premier bouillon, arrêter le feu et laisser refroidir. Filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour laisser vieillir longtemps.

### 876- Vin de noix du pays de Forcalquier

Avec 5 jeunes noix vertes, 1 litre de vin rouge, 100 grammes de sucre et un verre d'eau de vie parfumée. Faire macérer dans le vin rouge, pendant un mois, les noix écrasées, l'alcool et le sucre. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir pour boire l'année suivante.

### 877- Eau de noix de 1900

Avec 40 grammes de jeunes feuilles fraîches, un litre de bon vin blanc, 100 grammes de sucre et 2 verres d'eau de vie. Faire macérer les feuilles coupées en petits morceaux dans l'eau de vie pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le vin et le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire une semaine avant de commencer à consommer en apéritif tonique.

### 878- Liqueur de noix

Avec 25 noix mûres, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Placer les noix dans un bocal, les recouvrir avec l'eau de vie pour laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 1/4 d'heure, mélanger. Mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais avant de déguster.

### 879- Liqueur de Vaudenac

Avec des jeunes feuilles et des noix vertes, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Piquer les noix avec une aiguille, couper les feuilles en morceaux pour faire macérer dans l'alcool pendant 20 jours. Filtrer et ajouter le sirop composé du sucre et de l'eau, bien mélanger. Mettre en bouteilles et



laisser vieillir quelques mois au frais avant de déguster.

### 880- Apéritif à la demande

Choisir un bon vin rouge ou blanc, ajouter un verre de liqueur de Vaudenac et du sucre suivant votre goût, mélanger. Mettre en bouteilles et laisser vieillir si possible avant de servir frais pour commencer un repas.

### 881- Ratafia à l'ancienne

Avec 30 noix vertes, un litre d'eau de vie, 4 grammes de cannelle, le zeste d'un citron et 300 à 450 grammes de sucre. Faire macérer pendant 2 mois les noix écrasées, la cannelle et le zeste dans l'eau de vie. Filtrer, ajouter le sucre, plus ou moins suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais.







### 886- Vin apéritif à l'œillet

Avec un litre de bon vin blanc, un bol de fleurs d'œillet, 1 verre d'eau de vie 100 grammes de sucre ou de miel liquide et une pincée de safran. Faire macérer pendant une semaine les fleurs et le safran dans le mélange vin, eau de vie, filtrer et exprimer toute la macération, ajouter le sucre ou le miel, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelque temps avant la dégustation.

### 887- LIQUEUR D'ŒILLETS

Avec 1 litre d'alcool à 90°, 250 grammes de fleurs d'œillet, un peu de cannelle et 2 clous de girofle, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les fleurs et les épices dans l'alcool pendant 15 jours. Filtrer pour ajouter le sirop



302

obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir deux à trois mois au frais avant la dégustation.

### 888- Ratafia d'œillets (Recette de 1900)

Avec 1 litre d'une bonne eau de vie, 500 grammes d'œillets, une pincée de cannelle en poudre et de girofle écrasée et 150 grammes de sucre en poudre. Il est conseillé d'enlever l'onglet blanc qui se trouve à la base des pétales des fleurs à cause de sa légère amertume. On fait alors macérer ces pétales et les aromates dans l'eau de vie pendant 15 jours, puis on filtre et on exprime au maximum cette macération pour ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles bien bouchées pour attendre un bon mois avant de déguster une boisson colorée, parfumée et très appréciée.

### 889- Ratafia provençal

Avec 500 grammes d'œillets, 300 grammes de jus de framboises, 1 gramme de safran, 1 litre d'eau de vie et 250 grammes de sucre. On fait macérer tous les éléments pendant 8 jours, puis on filtre et on exprime toute la macération pour mettre en bouteilles et laisser vieillir quelques mois.

## 126. Œuf

**C'**est l'œuf que tout le monde connaît, produit comestible de la ponte de la poule en particulier, qui permet ici de réaliser des boissons originales.

### 890- Sirop d'œuf

Avec 10 œufs frais, 1 verre d'eau, 800 grammes de sucre, 20 gouttes d'eau de fleurs d'oranger et 10 grammes de sel. Batre les œufs en mousse avec l'eau, ajouter le sucre, le sel et l'eau de fleurs d'oranger, bien mélanger en secouant et agiter pendant 10 minutes. Enlever la mousse à la surface et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 891- Vin de coquilles

Avec 20 coquilles d'œufs bien propres, 1 litre de vin rouge, un petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Bien écraser les coquilles, ajouter le vin et l'eau de vie et laisser macérer pendant 1 mois. Filtrer, ajouter du sucre, plus ou moins suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour toujours conserver au frais.

### 892- Apéritif à l'œuf

Avec 6 œufs, 10 citrons, 1 litre de bon vin rouge et 400 grammes de sucre. Laver et bien essuyer les œufs pour les placer dans un bocal, arroser avec le jus des 10 citrons, ajouter le sucre, fermer le récipient et laisser faire pendant 15 jours. Sous l'action du citron, les œufs vont fondre avec leur coquille. Mélanger, ajouter le vin, prolonger la macération encore 2 jours, puis filtrer, bien exprimer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 893- Liqueur à l'œuf

Avec 8 œufs, 1/2 litre d'eau de vie, 1/4 de litre de lait concentré, 350 grammes de sucre et un paquet de sucre vanillé. Casser les œufs pour récupérer les jaunes, ajouter le sucre et la vanille, battre et bien mélanger pour obtenir une crème, ajouter le lait concentré et l'eau de vie, mélanger encore et mettre en bouteilles pour laisser reposer au frais un bon mois avant la dégustation.



303



# 127. Oignon



**C**'est l'une des plantes condimentaires les plus utilisées, plante à bulbe qui pousse avec des feuilles cylindriques, tubulaires et renflées au milieu, de couleur vert foncé. La tige florale centrale peut atteindre la hauteur de 1 mètre; elle est creuse et grosse et se termine par une ombelle globuleuse de petites fleurs de couleur blanche à verdâtre. Le gros bulbe, qui est comestible, peut prendre différentes formes: ronde, allongée et même aplatie, et ses couleurs sont très variées: blanc, jaune, rose, rouge, violet.

## 894- Décoction du bulbe

Avec un oignon de petite taille pour un litre d'eau. Laisser bouillir pendant 15 minutes puis laisser infuser à couvert. Prendre 3 à 4 fois par jour comme stimulant et diurétique (sucre au miel).

## 895- Sirop d'oignon

Avec 500 grammes d'oignon, ½ litre d'eau, 100 grammes de miel et 300 grammes de sucre. Hacher l'oignon finement, le plonger dans l'eau et porter à ébullition, puis faire cuire à petit feu pendant une heure. Laisser refroidir, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter le miel et le sucre, mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à ¼ d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

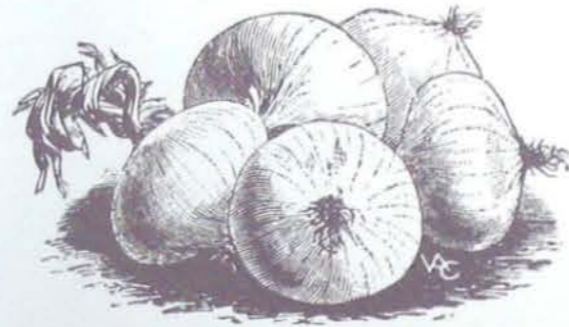
## 896- VIN À L'OIGNON

Avec un oignon mûr et cru, 100 grammes de miel liquide et 1 litre de vin blanc. Faire macérer l'oignon écrasé dans le vin blanc pendant toute une journée. Filtrer, ajouter le miel, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais avant la dégustation.



## 897- Vin à l'ancienne

Remplir un bocal avec de fines tranches d'oignon, recouvrir avec un litre de bon vin blanc pour laisser macérer pendant 3 jours. Filtrer, bien exprimer tout le jus de la macération dans un linge propre, ajouter du sucre, plus ou moins suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire quelque temps au frais avant de déguster.



## 898- Apéritif à l'oignon de Jane

Avec 5 beaux oignons, 100 grammes de miel liquide et 1 litre de vin blanc. Elle épluche et râpe les oignons finement pour les recouvrir avec le miel et le vin et laisser ainsi macérer pendant une semaine au frais. Puis elle filtre et exprime toute la macération pour mettre en bouteilles cet apéritif original qui va se bonifier en vieillissant.



# 128. Oranger



**A**rbuste cultivé dans le bassin méditerranéen qui pousse avec un tronc droit et court et de nombreux rameaux qui portent des feuilles persistantes de forme ovale et lancéolée, de couleur vert foncé et luisantes. Les fleurs à 5 pétales sont de couleur blanche et poussent en bouquets à l'extrémité des rameaux en dégageant une odeur agréable. Les fruits, qui sont connus, l'orange, sont des baies sphériques à pulpe juteuse, divisée en quartiers, avec une peau de couleur jaune doré à orangé. Ce fruit qui est doux et agréable pour l'oranger doux devient plus amer pour l'oranger amer ou bigaradier, qui a cependant des feuilles et des fleurs plus parfumées avec des fruits plus petits.

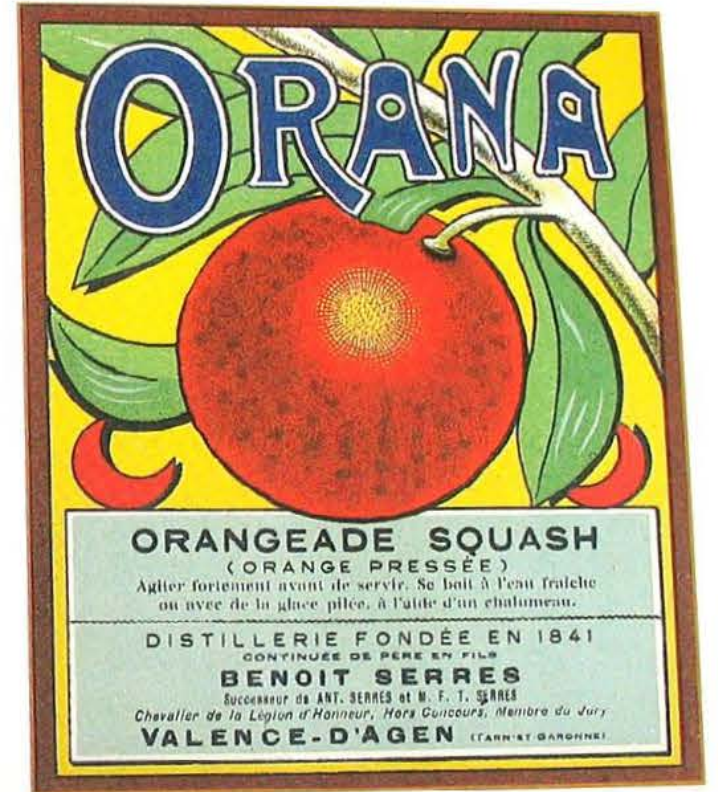
## 899- Infusion de fleurs

Avec 20 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 1 à 2 tasses le soir pour favoriser le sommeil.

## 900- Décoction d'écorce d'orange amère

Avec 60 grammes d'écorce pour un

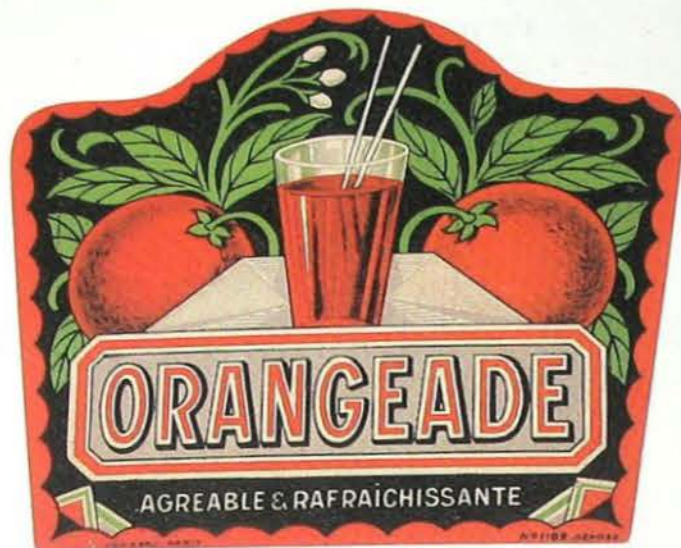
litre d'eau. Laisser bouillir 15 minutes. Prendre une tasse avant les repas pour stimuler l'appétit.



## 901- Jus d'orange

Il suffit de presser de nombreux fruits coupés en 2 pour obtenir un jus qui a beaucoup de qualités avec : sucre, carotène, vitamines, C, C2, B et K...





à petit feu pendant 15 minutes encore, vérifier la consistance du sirop et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 905- Sirop d'écorce d'oranges douces

Avec 200 grammes de zestes d'oranges fraîches, 1 litre d'eau et 1,5 kg de sucre (parfois plus, jusqu'à 1,8 kg de sucre). Faire infuser les zestes coupés en morceaux très petits dans l'eau bouillante à couvert pendant 3 à 4 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop et mettre en bouteilles pour conserver toujours au frais.

#### 906- Sirop d'écorce d'oranges amères

Avec de 100 à 150 grammes de zestes d'oranges amères fraîches, 1 litre d'eau et 1,5 kg de sucre. Faire infuser les zestes coupés en morceaux très petits dans l'eau bouillante à couvert pendant 3 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop, puis mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire dans les jours qui suivent, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.



308

#### 902- Sirop d'oranges

Avec 750 grammes de sucre pour un litre de jus. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent ou stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

#### 904- Sirop de fleurs de bigaradier

Avec 300 g de fleurs, 1 litre d'eau et 1,5 kg de sucre. Faire infuser les fleurs dans l'eau pendant 15 minutes. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger et faire cuire

907  
(Te  
1  
gr  
bc  
pi  
2  
p

#### 907- Orangeade à l'anglaise (Tempérance-Drink)

Faire bouillir un litre d'eau avec 200 grammes de sucre, verser ce liquide bouillant sur 1 oranges et 1 citron coupés en fines lamelles. Laisser infuser 2 heures. Filtrer et conserver au frais pour boire avec de la glace en été.

#### 908- VIN D'ORANGE

Avec 1 litre d'un bon vin blanc, 3 oranges, 1 tranche de citron, 1 verre d'eau de vie, 250 grammes de sucre et un peu de vanille en poudre. Bien laver et essuyer les oranges pour les couper en petits dés réguliers, sans les éplucher. Ajouter la tranche de citron puis tous les autres ingrédients pour laisser macérer pendant 45 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 909- Vin d'orange de Marie-Laure

Avec 1 litre de vin rouge, 4 oranges, 25 morceaux de sucre et un petit verre d'eau de vie. Éplucher les oranges, les couper en morceaux pour faire macérer avec les zestes dans le vin pendant 15 jours en remuant souvent. Filtrer, ajouter le sucre et l'alcool, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire une semaine au frais.

#### 910- Vin de ménage

Avec 1 litre de jus d'orange, 150 g de sucre, 1 verre d'eau et 1 g de levure de bière. Bien mélanger le tout, laisser fermenter pendant 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles bien bouchées et commencer à boire une semaine après.

#### 911- Vin d'orange à la prune

Avec 3 oranges, 1 litre de vin blanc sec, 30 morceaux de sucre et 1 verre de liqueur de prunes. Faire macérer les zestes d'orange dans le vin et la liqueur de prunes pendant 15 jours en remuant tous les jours. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir un mois au frais avant la dégustation.

#### 912- Marquise orange-citron

Avec 6 oranges, 3 citrons, 3 litres de vin blanc, 1/2 kg de sucre, 2 litres d'eau, et un verre de rhum. Presser les oranges et les citrons, récupérer le jus, ajouter quelques zestes, le sucre et recouvrir avec le vin pour laisser faire 1/2 journée. Il reste à ajouter l'eau et le rhum et bien mélanger pour servir très frais.

#### 913- Sangria andalouse

Avec 4 oranges, 1 citron, 1 litre de bon vin rosé, 100 grammes de sucre et une



309

pincée de cannelle. Couper oranges et citron en tranches fines, ajouter les autres ingrédients et laisser macérer au frais pendant 1/2 journée. Servir glacé avec de l'eau.

#### 914- Apéritif à l'orange : Vermouth

Avec une orange, 1 cuillerée à soupe de chicorée, 30 sucres, 1 litre de vin blanc sec et 1 verre d'eau de vie. Piquer l'orange avec une aiguille pour la faire macérer avec la chicorée et le sucre dans le vin et l'eau de vie pendant une semaine. Bien remuer, filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais.

#### 915- Vermouth de Laurent

Avec 2 oranges, 1 bâton de cannelle, 5 fleurs de camomille, 2 clous de girofle, 2 litres de vin blanc, 200 grammes de sucre et 2 verres d'alcool à 90°. Piquer les oranges pour les faire macérer avec la cannelle, les camomilles et les clous de girofle dans le vin pendant une semaine en remuant tous les jours. Filtrer, ajouter le sucre et l'alcool, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir 2 à 3 mois au frais.

#### 916- Vermouth d'Olivier

Avec 1 orange, 1 gramme de cannelle



310

et de camomille, 1 écorce sèche d'orange, 100 grammes de sucre, 2 verres d'alcool de fruits et 1 litre de vin blanc doux. Piquer encore l'orange avec une aiguille pour la faire macérer avec la cannelle, la camomille et l'écorce d'orange dans le vin doux pendant une semaine en remuant souvent. Ajouter alors l'alcool et le sucre et laisser faire encore toute une journée. Filtrer et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir avant de déguster.

#### 917- Vin chaud

Avec 1 litre de vin rouge, 2 oranges, un peu de cannelle en poudre et 125 grammes de sucre. Peler les oranges pour récupérer les zestes, ajouter la cannelle et le sucre. Chauffer le vin et, au premier bouillon, verser sur les ingrédients, couvrir et laisser infuser pendant 2 heures. Filtrer et servir très chaud.

#### 918- Bischof

##### ou vin chaud comme en Allemagne

Avec une bonne bouteille de vin blanc, 1 orange, 100 grammes de sucre et une pincée de cannelle et de vanille en poudre. Couper l'orange en 4 pour faire griller les quartiers dans le four, les placer dans un bocal avec le sucre, la

cannelle  
vin. A  
les i  
toute  
très

919

1 lit  
suc  
de  
pe  
n  
fi  
c

#### 919- Liqueur apéritive à l'orange

Avec 3 oranges, 1/2 litre d'eau de vie, 1 litre de vin blanc sec, 200 grammes de sucre et un verre d'eau. Râper le zeste des 3 oranges pour le faire macérer pendant 8 jours dans l'eau de vie, mouiller le sucre avec le verre d'eau et faire cuire pour obtenir un caramel clair. Mélanger alors le caramel, la macération et le vin blanc pour continuer la macération pendant encore une semaine en remuant tous les jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster.

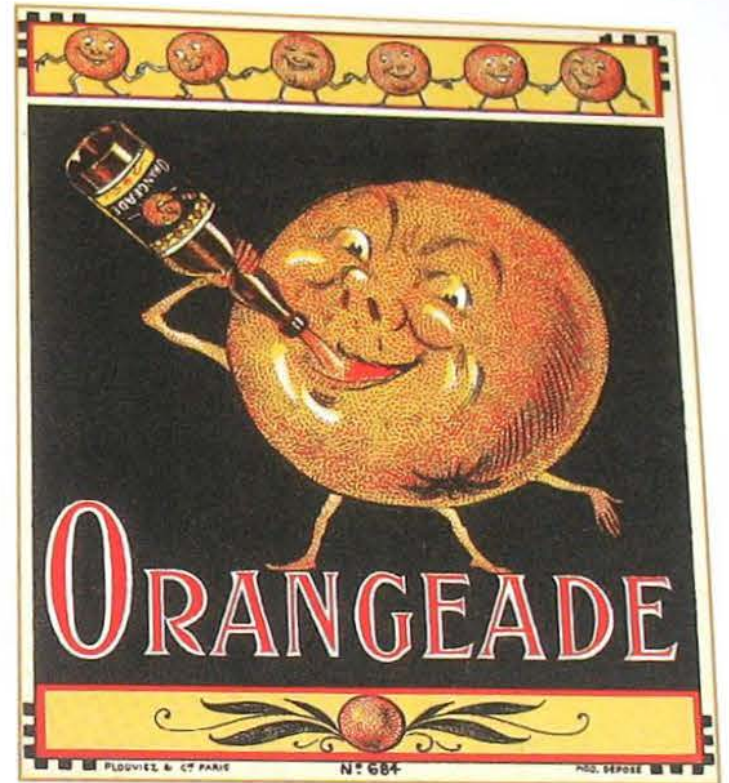
#### 920- Liqueur à l'orange

Faire sécher les écorces de 2 oranges en plein soleil pour les faire macérer dans un litre d'alcool à 90° pendant un mois. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 500 grammes de sucre dans 1 litre d'eau pendant 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour un vieillissement de quelques mois.



311

cannelle et la vanille. Faire chauffer le vin. Au premier bouillon le verser sur les ingrédients pour laisser infuser toute une nuit. Filtrer et toujours servir très chaud.



#### 921- Liqueur Marianne

Avec 3 oranges, 1 citron, 1 gousse de vanille, 2 clous de girofle, 400 grammes de sucre et 1 litre d'eau de vie. Éplucher les oranges et le citron, les couper en 4 pour les faire macérer dans l'eau de vie avec la vanille et les clous de girofle pendant un mois. Filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et déguster dans 2 à 3 mois.

de vie et 400 grammes de sucre. Placer le sucre et l'eau de vie dans un grand bocal. suspendre l'orange au couvercle par un fil sans la plonger dans le liquide, attendre que l'orange se ratatine complètement pour filtrer et mettre en bouteilles une liqueur qui va se bonifier avec le temps.

### 923- Fine-orange à l'ancienne

Avec 1 litre d'eau de vie, 10 grammes de zestes d'oranges, 1/2 litre d'eau, 400 grammes de sucre et 1 verre d'eau de fleur d'oranger. Faire macérer les zestes dans l'eau de vie pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sucre fondu dans l'eau et l'eau de fleur d'oranger, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



312

**Ratafia de fleurs d'oranger**  
Avec 40 grammes de fleurs, 1/2 litre d'alcool à 90°, 1 litre d'eau de fleur d'oranger, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. On fait macérer les fleurs dans l'alcool pendant toute une nuit. Ajouter l'eau de fleur d'oranger et continuer la macération encore 12 heures. Filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir plusieurs mois au frais.

### 925- Ratafia d'écorces d'orange

Avec 6 oranges, 1/2 litre d'eau de vie, 2 litres de vin blanc et 400 grammes de sucre. Faire macérer pendant 15 jours les écorces fraîches des 6 oranges dans l'eau de vie. Ajouter le vin blanc et le sucre et continuer la macération encore une journée. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir plusieurs mois au frais avant de déguster.

926- Curaçao, comme au Portugal  
Avec amère, de girofle, 10 grammes d'ingrédients pour

Avec 120 grammes d'écorce d'orange amère, 2 grammes de cannelle, 2 clous de girofle, 1 litre d'eau de vie et 500 grammes de sucre. Mélanger tous les ingrédients et laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais.

927- Bitter, comme en Hollande  
A amigette d'ail, 1 litre de sucre d'

Avec 20 grammes d'écorce d'orange amère sèche, 15 grammes de racine de gentiane râpée, 10 grammes de baies de genièvre écrasées, 4 grammes de racine d'aunée, 5 grammes de quinquina, 1 litre d'eau de vie et 200 grammes de sucre. Faire macérer tous les ingrédients pendant 10 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir.

### 928- Élixir d'orange

Couper en deux une grosse orange, la saupoudrer de 500 grammes de sucre et laisser faire pendant 24 heures. Ajouter alors 1 litre d'eau de vie et laisser macérer pendant 40 jours. Retirer l'orange, filtrer et mettre en bouteilles pour un vieillissement de plusieurs mois au frais avant de déguster.



313

**C**éréale et plante alimentaire de la famille des graminées qui pousse avec une tige droite et raide de un mètre de hauteur. Les feuilles sont étroites, longues, aiguës, rudes et de couleur vert clair. Les fleurs sont rassemblées en un épi comprimé et groupées sur plusieurs rangs. Les fruits donnent des graines allongées, renfermées dans des écailles, qui sont utilisées pour faire de la farine et quelques boissons.

#### 929- Infusion d'orge

Avec 10 à 20 g d'orge perlé (décortiqué et débarrassé de son enveloppe) pour 1 litre d'eau bouillante. Infusion 15 minutes. Prendre 2 à 3 fois par jour comme adoucissant et dépuratif.

#### 930- Eau d'orge

Avec 30 g d'orge perlé pour 1 litre d'eau. Faire une décoction pendant une heure, puis filtrer et sucre à volonté pour boire chaud ou froid.

#### 931- Bière

Avec 20 l d'eau, 1 kg d'orge, 300 g de blé, 40 baies de genièvre, 200 g de houblon, 2,5 kg de miel et 30 g de levure de bière. Faire bouillir l'eau pendant 2 h

avec l'orge, le blé et le genièvre. Ajouter le houblon et laisser bouillir encore 1/2 h. Après refroidissement, ajouter le miel délayé dans un peu d'eau chaude et la levure de bière, mélanger et laisser fermenter pendant une semaine pour filtrer et soutirer et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais et commencer à boire dans les jours qui suivent.

#### 932- Bière de ménage

Avec 500 g d'orge, 50 g de houblon, 2 cuillerées à soupe de chicorée, 800 g de sucre, 20 g de levure et 25 l d'eau. On enferme l'orge dans un sachet de mousseline et dans un deuxième sachet on place le houblon et la chicorée. Faire bouillir les 25 l d'eau avec ces 2 sachets pendant 45 min, laisser refroidir, retirer les sachets pour ajouter le sucre fondu dans 1 litre d'eau et la levure délayée dans un verre d'eau, mélanger et couvrir le récipient pour laisser fermenter pendant 12 h, puis filtrer et continuer la fermentation encore 48 h. Soutirer, mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais pour boire rapidement.



## 130. Origan & Marjolaine



tues et de couleur vert foncé. Les fleurs qui poussent au sommet des rameaux sont rassemblées en épis denses et de couleur rose, rouge, parfois pourpre, avec des bractées rouge foncé. La **marjolaine** est la forme cultivée de l'**origan**. L'odeur, très aromatique, rappelle celle du thym et du basilic; la saveur poivrée est âcre et amère pour certains.

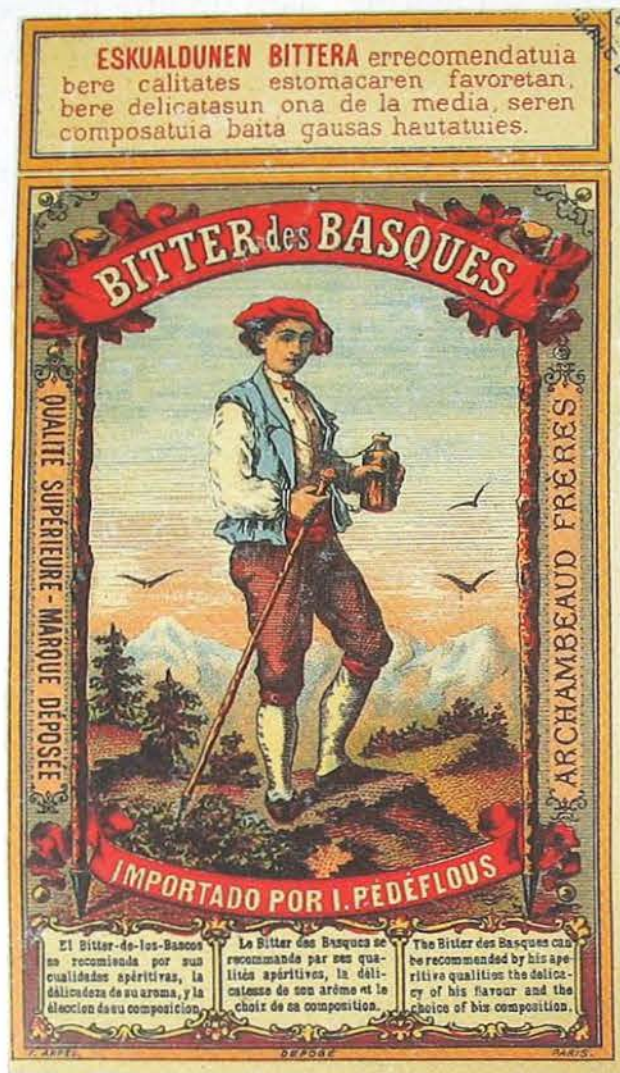
#### 933- Infusion de feuilles

Avec de 10 à 20 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 tasses par jour comme antispasmodique.

#### 934- Infusion panachée

Avec 20 grammes du mélange des plantes suivantes : plante entière d'origan, de rue, de sauge et de thym, pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 fois par jour contre les rhumatismes.

**D**e la famille des labiées, l'origan est une plante aromatique qui pousse en touffes avec des tiges rigides, ramifiées, rondes, légèrement velues et de couleur vert foncé, parfois rougeâtre. Les feuilles sont ovales et dentées, un peu poin-



### 935- Sirop d'origan

Avec 250 grammes de sommités fleuries, 1 litre d'eau et 2 kg de sucre. Plonger la plante dans l'eau bouillante et laisser infuser à couvert pendant 12 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 936- LIMONADE À LA MARJOLAINE

Remplir une bouteille de marjolaine (feuilles et fleurs), recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant une demi-journée. Filtrer, ajouter un peu de sucre, bien mélanger et servir très frais.

### 937- Vin à l'origan

Avec 50 grammes de sommités fleuries et 1 litre de vin blanc doux. Macération pendant 10 jours. Filtrer, corriger le sucre si nécessaire et mettre en bouteilles pour conserver au frais un bon mois avant de déguster.

### 938- Apéritif de Vaudenac

Avec une bonne bouteille de vin rouge, (Bordeaux, par exemple), 20 g



316

de chaque plante entière : origan et marjolaine, du sucre à volonté et un petit verre d'eau de vie parfumée. Faire macérer les plantes dans le vin pendant une semaine. Ajouter le sucre et l'alcool et prolonger la macération encore 3 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

### 939- Liqueur à l'origan

Avec 100 grammes de la plante entière, 1 litre d'eau de vie, 2 grammes de cannelle, 750 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer la plante et la cannelle dans l'eau de vie pendant 5 semaines. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 940- Liqueur de Jean, du Pavillon

Remplir un bocal de feuilles d'origan, de marjolaine et de quelques feuilles de menthe. Recouvrir avec un litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 800 grammes de sucre dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir 2 à 3 mois au frais avant la dégustation.

### 941- Eau vulnéraire

On fait macérer dans un litre d'alcool à 90° un mélange des plantes suivantes : marjolaine, angélique, fenouil, menthe, romarin, sarriette, thym et basilic (10 à 15 g de chaque), pendant 15 jours. Filtrer et ajouter le sirop obtenu avec 400 à 500 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour un vieillissement de 2 à 3 mois et un résultat coloré, parfumé et très apprécié comme digestif.



317

## 131. Ortie

**P**lante annuelle, vivace, qui pousse dans les lieux incultes et abandonnés mais aussi près des lieux habités. L'ortie se présente en touffe de plus d'un mètre de hauteur avec des tiges simples à section carrée garnies de poils brûlants. Les feuilles entières, allongées, sont profondément dentées et urticantes. Les petites fleurs poussent en grappes et sont de couleur verte. Toute la plante contient un suc âcre, irritant et caustique qui se trouve à la base des poils urticants.

### 942- Jus de feuilles d'ortie

Placer dans un large récipient un grand nombre de feuilles hachées et mouiller avec 2 verres d'eau chaude pour laisser infuser pendant une heure puis filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre pour boire comme fortifiant et contre l'anémie.

### 943- Infusion de feuilles

Avec 50 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 fois par jour comme digestif et diurétique.

### 944- Décoction de feuilles

Avec de 40 à 60 grammes pour un litre d'eau. Faire bouillir pendant plusieurs minutes pour une réduction de 1/3 du volume. À boire pour combattre le diabète.

### 945- Sirop d'ortie

Avec 250 grammes de feuilles, 1 litre d'eau et 2 kg de sucre. Plonger les feuilles dans l'eau bouillante et laisser infuser à couvert pendant 10 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour consommer dans les jours qui suivent, ou stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.



## 132. Palmier dattier

**C**'est un grand arbre qui pousse en Afrique avec un tronc presque cylindrique de plus de 20 mètres de hauteur, qui conserve les cicatrices rangées en spirale laissées par la chute successive des feuilles pendant la croissance de l'arbre. Les feuilles nombreuses et serrées poussent sous la forme de palmes longues de 3 à 4 mètres rassemblées en gerbe élégante qui couronne l'arbre. Les fleurs mâles et femelles sortent de grandes gousses et, après fécondation, donnent les fruits : les dattes, de forme allongée, à noyau, avec une pulpe grasse et douce, rassemblées en grappes énormes que l'on peut faire sécher.

### 946- Décoction de dattes

Avec 100 grammes de dattes pour un litre d'eau. Faire bouillir pendant 1/2 heure. Boire plusieurs fois par jour comme expectorant.

### 947- Décoction panachée

Avec 100 grammes de mélange des fruits suivant : dattes, raisins secs, figes sèches. À utiliser contre la toux, la bronchite et, en général, contre les affections des voies respiratoires.

### 948- Sirop de dattes de Eddie

Avec 125 grammes de dattes, 3/4 de litre d'eau et 1 kg de sucre. Écraser les dattes et les plonger dans l'eau bouillante pour laisser infuser à couvert pendant toute la nuit. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 949- Vin de dattes

Avec 1 litre de vin blanc, 100 g de dattes, un peu de cannelle et de gingembre et du sucre à volonté. Écraser les dattes, ajouter les autres ingrédients et faire cuire pendant 10 minutes, laisser refroidir. Filtrer et bien exprimer pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais avant de consommer en boisson d'hiver chaude ou en apéritif avec de la glace.





# 133. Pamplémoussier

**A**rbuste de la famille des orangers et citronniers, cultivé dans le bassin méditerranéen, qui pousse avec un tronc droit, des feuilles luisantes et persistantes, de forme ovale et lancéolée, de couleur vert foncé. Les fleurs de couleur blanche poussent en bouquets à l'extrémité des rameaux en dégageant une odeur agréable. Les fruits qui sont connus, les pamplemousses, sont très gros, parfois 20 cm de diamètre, et de couleur jaune pâle. La pulpe très juteuse est divisée en quartiers. Son goût est légèrement acidulé.

## 950- Jus de pamplemousse

Presser de nombreux fruits bien mûrs pour obtenir un jus important qui a les propriétés réunies de l'orange et du citron.

## 951- Sirop de pamplemousse

Avec 1 litre de jus et 2 kg de sucre. Bien mélanger pour porter à ébullition et faire cuire pendant 10 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se

refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.

## 952- Eau de pamplemousse

Avec 2 gros pamplemousses, 1 litre d'eau, de la glace et du sucre à volonté. Éplucher les pamplemousses et les couper en rondelles pour les plonger dans l'eau que l'on fait bouillir pendant 5 minutes. Ajouter les écorces et filtrer aussitôt. Laisser refroidir et servir l'été dans de grands verres avec de la glace et du sucre

## 953- Vin de pamplemousse

Avec 2 pamplemousses, 1 litre de vin blanc sec, 30 morceaux de sucre, 1 petit verre d'eau de vie et un peu de chicorée. Râper la peau des pamplemousses et ajouter tous les autres ingrédients pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer, bien exprimer toute la macération dans un linge propre et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 954- APÉRITIF AU PAMPLEMOUSSE

Avec 1 litre de vin blanc, 40 sucres, 1 bâton de vanille, 1 clou de girofle, 1 petit verre d'eau de vie et 3 pamplemousses. Éplucher les pamplemousses et faire griller les zestes au four. Mélanger avec les autres ingrédients pour faire macérer pendant 6 semaines en remuant tous les jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster.

## 955- Apéritif aux agrumes

Avec 1 litre de vin rosé, 250 grammes de sucre, 1 pamplemousse, 2 oranges, 1 citron et 1 petit verre d'eau de vie. Râper les zestes des fruits pour les faire macérer dans le vin pendant 21 jours. Ajouter le sucre et l'eau de vie et continuer la macération encore 21 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais.

## 956- Liqueur apéritive au pamplemousse

Avec 2 pamplemousses, 1/2 litre d'eau de vie, 1 litre de vin blanc sec, 250 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Râper le zeste des 2 pamplemousses pour le faire macérer dans l'eau de vie pendant une semaine. Mouiller le sucre avec le verre

d'eau et faire cuire pour obtenir un caramel clair. Mélanger alors le caramel, la macération et le vin blanc pour prolonger la macération d'une semaine en remuant tous les jours. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans 2 à 3 mois.



## 134. Patience

C'est une plante vivace appelée **oseille sauvage** ou encore **épinard perpétuel**, qui pousse en touffes avec une tige forte, dressée, rameuse et cannelée qui peut atteindre la hauteur de 1,5 m. Les grandes feuilles sont tendres et de forme ovale et allongée. Les fleurs petites et vertes sont nombreuses et rassemblées en épis terminaux pour donner des fruits à akènes et de nombreuses graines. La racine est grosse, longue et pivotante, de couleur brune à l'extérieur et jaune à l'intérieur.

### 957- Décoction de la racine

Avec 20 grammes de la racine coupée en tranches à faire bouillir 2 minutes dans 1 litre d'eau, puis laisser infuser à couvert pendant 10 minutes. À prendre comme fortifiant 2 à 3 fois par jour.

### 958- Sirop de patience

Avec 200 grammes de la racine, 1 litre d'eau et 2 kg de sucre. Plonger la racine coupée en tranches dans l'eau bouillante et laisser infuser à couvert 12 heures. Filtrer, ajouter le sucre pour faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier

la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 959- Vin de patience

Avec 1 litre de bon vin rouge, 60 g de racine pilée, 2 grammes de gingembre, 4 grammes de réglisse et 75 grammes de sucre. On fait macérer les plantes dans le vin pendant 15 jours, puis on filtre pour ajouter le sucre. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour une conservation au frais de quelques jours avant la consommation.



## 135. Pêcher

C'est un arbuste qui peut atteindre la hauteur de 5 mètres et qui pousse avec un tronc à écorce blanchâtre et verte sur les rameaux de l'année. Les feuilles alternes sont longues, lancéolées et légèrement dentées, se terminant par une petite glande rouge. Leur pétiole court est également garni de glandes contenant un suc parfumé. Les grandes fleurs roses apparaissent avant les feuilles et donnent un gros fruit : la **pêche**, de forme ovale ou arrondie, de couleur pâle, verte ou jaune du côté de l'ombre et côté soleil : rouge pourpre et même violet. La pulpe est veloutée, douce et parfumée et le noyau central est rugueux et crevassé.

### 960- Jus de pêche

Éplucher, nettoyer et dénoyauter de nombreuses pêches pour les faire cuire à petit feu dans un peu d'eau pendant 10 minutes. Bien écraser, puis filtrer et exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent.

### 961- Sirop de pêches

Avec 1 litre de jus et 900 grammes à 1 kg de sucre. Bien mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à un quart d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

### 962- Boisson aux pêches

Avec 12 pêches bien mûres, 1 litre d'eau, 1 citron et 300 grammes de sucre. Éplucher et dénoyauter les pêches pour les écraser et obtenir une purée que l'on recouvre d'eau bouillante pour laisser infuser pendant 1/2 heure. Filtrer et bien exprimer tout le jus, ajouter le sucre, le jus du citron et 1 litre d'eau. Mélanger, filtrer à nouveau et mettre en bouteilles pour boire très frais en plein été par exemple.

### 963- VIN DE FEUILLES DE PÊCHER

Avec 100 feuilles, 1 litre de bon vin rouge, 1 petit verre d'eau de vie et 300 g



de sucre, mélanger tous les ingrédients et laisser macérer pendant une semaine. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir un bon mois au frais avant de déguster.

#### 964- Apéritif de pêcher

Avec 1 litre de vin rouge, 1 litre d'eau de vie, 100 feuilles et 250 à 300 g de sucre. Mélanger et faire macérer le tout pendant 2 mois en plein soleil. Filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais plusieurs mois et obtenir un apéritif coloré, parfumé et très apprécié.

#### 965- Vin de feuilles de Myriam

Avec 1 litre de bon vin rosé ou blanc, 80 feuilles de pêcher, 40 morceaux de sucre et 1 petit verre de cognac. Elle fait macérer pendant une semaine les feuilles dans le vin, puis elle filtre pour ajouter le sucre et le cognac et laisser faire encore une semaine, pour filtrer à

nouveau et mettre en bouteilles avec un vieillissement de 2 à 3 mois au frais avant la dégustation.

#### 966- Vin de pêches de Marianne

Avec 1 litre de vin blanc, 500 grammes de pêches, 2 amandes amères, 2 g de levure de bière, 1 petit verre de cognac et 150 à 200 g de sucre, elle épluche les pêches pour les couper en morceaux et les faire cuire avec leur noyau dans le sucre pendant 1/4 d'heure. Puis elle laisse refroidir pour ajouter les autres ingrédients et faire macérer pendant un mois. Enfin elle filtre et met en bouteilles pour laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois.

#### 967- Liqueur de feuilles de pêcher

Avec 60 feuilles de pêcher, 1 litre d'eau de vie, 150 à 200 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Faire macérer les

feuilles dans l'eau de vie pendant 2 mois. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 968- Liqueur de pêches

Avec 1 litre de jus de pêches, 2 litres d'eau de vie, une gousse de vanille, 400 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer le jus et la vanille dans l'eau de vie pendant 6 semaines. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster.

*(À la campagne cette préparation se fait avec des pêches de vigne qui sont plus parfumées).*

#### 969- Liqueur de Vaudenac

Remplir un grand bocal de pêches épluchées et écrasées avec leur noyau, recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer et ajouter le sirop obtenu avec 750 grammes de sucre et 1 litre d'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours faire vieillir quelques mois.

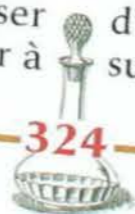
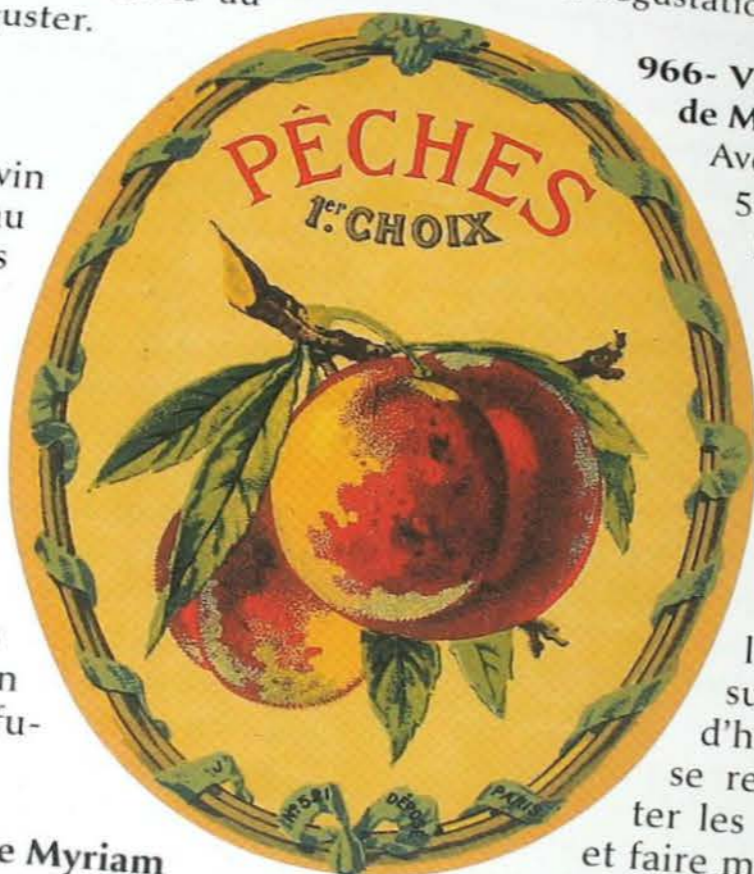


#### 970- Ratafia de noyaux de pêches

Remplir un bocal de noyaux de pêches frais, recouvrir d'eau de vie. Fermer le bocal pour laisser macérer pendant toute une année. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour commencer à déguster un mois après.

#### 971- Ratafia d'amandes de noyaux

Avec 75 g d'amandes, 5 g de cannelle, 1 gramme de muscade et de girofle, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 l d'eau. Écraser les amandes pour les faire macérer avec les épices et aromates dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant de déguster une liqueur forte, parfumée et digestive.



eh. gary



# ZESTE

Citronnelle au jus de Citron

## 136. Pensée

**L**a pensée sauvage est une petite plante de la famille des violettes qui pousse avec des tiges dressées de 30 cm de hauteur en moyenne. Les feuilles sont ovales, pointues et parfois dentées. Les fleurs à 5 pétales dressés sont de couleur panachée de jaune, blanc et violet. Toute la plante dégage une faible odeur. Sa saveur est salée et légèrement amère.

### 972- Infusion de fleurs

Avec de 30 à 50 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Infusion  $\frac{1}{4}$  d'heure. Prendre de 2 à 3 tasses par jour avec du miel comme diurétique et dépuratif.

### 973- Décoction de la plante entière (feuilles et fleurs)

Avec 60 grammes à macérer dans un litre d'eau pendant 10 heures, puis porter à ébullition pour laisser infuser 10 minutes. Boire avec du miel le matin comme dépuratif.

### 974- Décoction dans du lait

Suivant recette précédente, après la macération pendant 10 heures dans  $\frac{1}{2}$



litre d'eau. Ajouter  $\frac{1}{2}$  litre de lait pour faire infuser 10 minutes. Sucrez au miel et donner aux enfants en cure de printemps dépurative.

### 975- Sirop de pensées

Avec 75 grammes de la plante, 1 litre d'eau et 1,8 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur la plante coupée en morceaux pour laisser infuser à couvert pendant 6 heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant  $\frac{1}{4}$  d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou stériliser pour une longue conservation.



# 137. Persil



**J**olie petite plante qui pousse en touffes avec de fines tiges dressées striées et rameuses. Les petites feuilles sont divisées en 3 folioles de forme triangulaire et de couleur vert foncé et luisantes. Les fleurs petites de couleur jaune verdâtre sont rassemblées en fines ombelles. Toute la plante

paraît fragile et délicate. Son parfum est fin et léger et sa saveur est aromatique et légèrement amère.

## 976- Infusion de feuilles

Avec 50 grammes pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour comme boisson digestive.



328

**977- Décoction de la racine fraîche**  
Avec de 20 à 50 grammes de la racine fraîche broyée pour un litre d'eau. Laisser bouillir 5 minutes, puis infuser 1/4 d'heure. Prendre 3 à 4 tasses par jour comme diurétique.

## 978- Sirop de la racine

Avec 100 grammes de la racine broyée, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Faire bouillir la racine dans l'eau pendant 10 minutes puis laisser infuser jusqu'à refroidissement. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

## 979- Sirop des 2 racines

Avec les racines de persil et de fenouil (125 grammes de chaque), 2 litres d'eau et 1 kg de sucre. Faire bouillir les racines broyées dans l'eau jusqu'à diminution de moitié. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre pour ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier le sirop et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



Bibliothèque Forney.

## 980- VIN DE PERSIL

Avec 1 bouquet de persil, 1 litre de vin blanc, 300 grammes de miel et 2 cuillerées à soupe de vinaigre. Plonger le bouquet de persil dans le vin et le vinaigre et porter à ébullition puis laisser cuire 1/4 d'heure. Filtrer, ajouter le miel. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 981- Liqueur des moines

Avec des graines de persil, angélique, anis et carvi (4 grammes de chaque), une pincée de safran, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les graines dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant quelques mois avant de déguster.



329

# 138. Pervenche

**P**lante vivace qui ressemble à un minuscule arbuste et pousse avec une tige ligneuse et rampante, un peu comme le lierre. Les feuilles sont opposées, entières, de forme ovale et légèrement lancéolée, toujours vertes. Les grandes fleurs solitaires à 5 pétales sont d'une jolie couleur bleu pur, avec des reflets violacés. Le fruit est une capsule allongée qui renferme de nombreuses graines

## 982- Infusion de feuilles

Avec 30 grammes de feuilles pour un litre d'eau. Laisser macérer les feuilles dans l'eau froide pendant 2 heures, puis donner un bouillon pour laisser infuser à couvert jusqu'à refroidissement. Prendre de 3 à 4 tasses par jour comme tonique, apéritif et dépuratif.

## 983- Vin de pervenche

Avec 2 poignées de feuilles fraîches, un litre de vin blanc et 100 grammes de sucre. Plonger les feuilles dans le vin blanc bouillant, ajouter le sucre et laisser infuser. Après refroidissement, filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



330

## 984- Vin d'Yves et de Frédérique

Avec 100 grammes de feuilles de pervenches, 1 litre de vin blanc, un petit verre d'eau de vie et du sucre à volonté. Faire macérer les feuilles écrasées dans le vin pendant 10 jours. Filtrer et bien exprimer la macération. Ajouter l'eau de vie et le sucre. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais 1 à 2 mois avant de déguster.

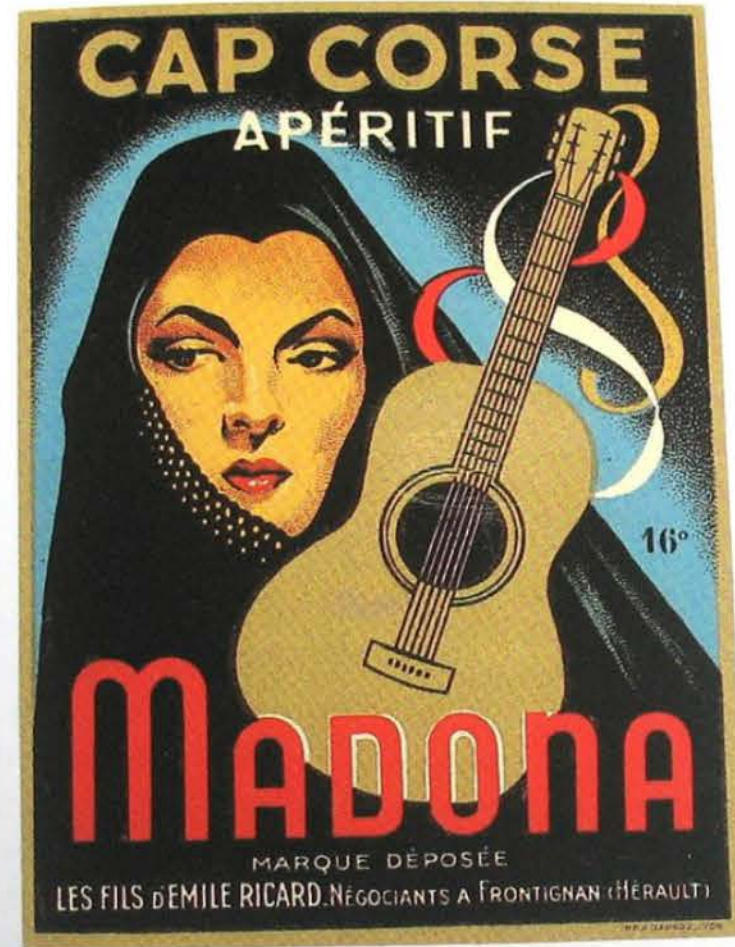
## 985- Vin de Christophe et Emmanuelle

Avec des feuilles et des fleurs de pervenche (25 grammes de chaque), un litre de vin rouge, un verre de cognac et 200 grammes de miel. Verser le cognac sur la plante et laisser macérer pendant toute une nuit. Porter le vin à ébullition pour le verser sur la macération. Ajouter le miel, mélanger et laisser macérer encore 10 minutes. Filtrer, laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelque temps avant la dégustation.

## 986- Vin de Vaudenac

Avec 150 grammes de feuilles sèches, 1 litre de bon vin rouge (Bordeaux!) et 200 grammes de sucre. Porter le vin à ébullition pour le verser sur les feuilles

écrasées. Ajouter le sucre, mélanger et laisser macérer pendant 24 heures. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pendant 2 mois avant de boire très frais.



331

## 139. Peuplier

**C'**est le peuplier noir qui pousse dans les terrains humides et qui peut monter à plus de 30 mètres de hauteur. Son long tronc a une écorce de couleur sombre et porte des rameaux étalés qui possèdent des bourgeons terminaux assez gros, à écailles visqueuses, de couleur brun clair et qui dégagent une odeur balsamique tenant à la fois de la résine et du miel, avec une saveur amère. Les feuilles, triangulaires et luisantes, sont pétiolées et finement crénelées. Les fleurs poussent en chatons, grappes pendantes, pour donner des fruits en capsule

### 987- Infusion de bourgeons

Avec 40 grammes de bourgeons ramassés au printemps avant leur éclosion, pour un litre d'eau bouillante. Sucre au miel et prendre de 3 à 4 tasses par jour contre la toux et la bronchite.

### 988- Infusion de feuilles

Avec 15 g de feuilles de peuplier pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour comme diurétique.

### 989- Décoction de bourgeons

Avec 50 grammes de bourgeons à

faire bouillir dans un litre d'eau pendant 10 minutes. Prendre 4 tasses par jour pour calmer la toux et les névralgies.

### 990- Sirop de bourgeons

Avec 100 grammes de bourgeons, 1 litre d'eau et 800 grammes de sucre. Verser l'eau bouillante sur les bourgeons et laisser infuser à couvert jusqu'à refroidissement. Filtrer et ajouter le sucre pour faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 991- Vin de peuplier

Avec 100 g de bourgeons, 40 g d'écorce d'orange amère et un litre de vin blanc muscat. Faire macérer les plantes dans le vin muscat pendant une semaine. Filtrer, rectifier le sucre si nécessaire et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais quelque temps avant de déguster.



## 140. Pin, Sapin

**C**e sont des arbres magnifiques que tout le monde connaît, qui peuvent atteindre des hauteurs de plus de 30 mètres, caractéristiques avec leur cime pyramidale qui devient étalée ensuite et toujours géâtre et crevassée. Les feuilles sont des aiguilles qui poussent par 2, courtes, raides; elles sont de couleur vert glauque. Les bourgeons se développent à l'extrémité des rameaux. Les fleurs mâles poussent en épis à la base des rameaux de l'année et les fleurs femelles sont isolées à l'extrémité pour donner les fruits qui sont des cônes serrés et de couleur verte au début pour devenir écailleux, pendants et de couleur brune à maturité. Ces cônes sont très parfumés et résineux, comme la sève qui coule du tronc qui est un mélange d'essence et de résine qui donne la térébenthine.

### 992- Décoction de bourgeons

Avec 30 g de bourgeons de pin ou de sapin à faire macérer pendant 2 heures dans un litre d'eau froide, puis faire infuser 5 à 10 min. Prendre de 3 à 4 tasses par jour contre l'insomnie, les troubles nerveux et comme diurétique.

### 993- SIROP DE BOURGEONS

Avec 100 g de bourgeons, 1 litre d'eau et 1,5 kg de sucre. Plonger les bourgeons dans l'eau bouillante pour laisser infuser à couvert toute la nuit. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 994- Sirop de bourgeons à l'ancienne

Avec 100 g de bourgeons, 1 litre d'eau, 100 g d'alcool et 1,5 kg de sucre. Verser l'alcool sur les bourgeons pour laisser macérer pendant 12 heures, ajouter l'eau bouillante et continuer la macération encore 6 heures. Filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger pour faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop avant de mettre en bouteilles pour conserver au frais et utiliser dans les jours qui suivent ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.



### 995- Sirop de pousses de sapin

Avec 2 poignées de jeunes pousses de sapin, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur les pousses et laisser infuser toute la nuit. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 30 minutes. Vérifier la consistance du sirop, sinon reprendre la cuisson et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 996- Vin de bourgeons

Avec 60 g de bourgeons de pin sylvestre, 1 litre de vin blanc sec et du sucre à volonté. Faire macérer les bourgeons dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 997- Apéritif aux bourgeons

Avec 100 g de jeunes bourgeons, 40 g d'écorce d'orange amère et 1 litre de vin blanc muscat. Laisser macérer le tout pendant 8 à 10 jours. Filtrer, corriger le sucre si nécessaire et mettre en bouteilles pour déguster toujours très frais.

### 998- Liqueur de bourgeons de sapin

Avec 100 g de bourgeons, 1/2 litre d'eau de vie, 300 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Faire macérer les bourgeons dans l'eau de vie pendant toute

une nuit. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant cuire le sucre mouillé avec le verre d'eau pendant 20 minutes, bien mélanger. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelque temps avant la dégustation.

### 999- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de bourgeons de sapin et recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant une nuit entière. Filtrer et ajouter un sirop obtenu avec 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour un vieillissement au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 1000- Liqueur de curé

Avec un mélange des plantes suivantes : bourgeons de sapin, menthe, mélisse, anis, angélique (2 à 3 g de chaque), une pincée de safran, 1 litre d'alcool à 90°, 3/4 de litre d'eau et de 750 à 800 g de sucre. Macération des plantes dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer, ajouter le sirop, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais plusieurs mois et obtenir une liqueur colorée, parfumée et très appréciée l'hiver au coin du feu de bois.



# Goudron

## HYGIÉNIQUE

Le Goudron est un produit des plus hygiéniques, grâce aux principes qui le composent.  
Étendu d'eau, il est des plus rafraichissants et est de plus, d'un goût très agréable.

PLOUVIEZ & C<sup>ie</sup>, PARIS N° 9 MOD. DÉPÔSE

Nice le 23 Juin 1900 B.P.F. 733 60

Au Vingt Juillet 1900

Ordre COMPAGNIE ALGÉRIENNE

de cent trente trois francs

MARSEILLE

11110

CRÉDIT COMMERCIAL ALGÉRIEN

MARSEILLE

06 64313

A. BREVIND

008005

R. P. B. B.

N° 429 Timasson (B.A.)



# 141. Pissenlit

**P**lante commune que l'on rencontre dans tous les terrains et qui pousse en rosette avec de nombreuses feuilles de forme générale allongée, lancéolée, profondément découpée et comme barbelée. La fleur apparaît sur une tige courte et laineuse. Elle est composée de capitules terminaux à fleurons de couleur jaune, comme un soleil. À maturité, elle se transforme en une tête globuleuse composée d'aigrettes étalées contenant les graines, qui vont se disperser avec le vent. Toute la plante contient un lait qui est un latex possédant des propriétés médicinales.



**1001- Infusion de feuilles**  
Avec 25 à 30 grammes de feuilles sèches pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour comme apéritif, tonique et diurétique.

**1002- Décoction de la racine**  
Avec une poignée de racines concassées à faire bouillir 15 minutes dans un litre d'eau. Prendre une tasse avant les repas (accroît la sécrétion de la bile)

**1003- Thé de fleurs de pissenlit**  
Avec 100 grammes de fleurs à faire infuser pendant 10 minutes dans un litre d'eau bouillante, filtrer et sucrer au miel.

**1004- Limonade de fleurs**  
Remplir une bouteille de fleurs de pissenlits fraîchement cueillies, ajouter 2 tranches de citron et un peu de sucre, recouvrir d'une bonne eau de source et laisser infuser en plein soleil pendant toute une journée. Le lendemain, filtrer et mettre en bouteilles pour boire très frais.

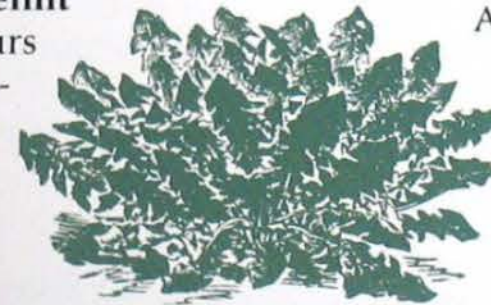
**1005- SIROP DE PISSENLIT**  
Avec 365 fleurs de pissenlit, 22 oranges et 2 citrons, 1 litre d'eau et du sucre en poudre. Faire cuire à petit feu dans l'eau pendant 1/4 d'heure les fleurs et

les oranges et citrons coupés en tranches. Filtrer, ajouter le même poids de sucre et faire cuire encore à petit feu pendant 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais. (On peut stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.)

**1006- Vin de pissenlit**  
Avec des fleurs de pissenlit, 5 litres d'eau, 800 grammes de sucre, 500 grammes de raisins secs, 3 oranges et 1 citron. Remplir un large récipient de beaucoup de fleurs de pissenlits, recouvrir avec

l'eau bouillante et laisser macérer pendant 2 jours. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre, ajouter le sucre, les raisins, les oranges et le citron coupés en tranches pour une macération de un mois en remuant souvent. Soutirer et mettre en bouteilles bien bouchées pour conserver au frais.

**1007- Vin dit « Dandelion Wine »**  
Avec 2 kg de fleurs, 1 kg de sucre, 20 g de levure de bière et 8 litres d'eau. Plonger les fleurs dans l'eau bouillante





et laisser macérer 3 jours en remuant tous les jours. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge. Ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant ¼ d'heure. Laisser refroidir pour ajouter la levure. Mélanger et laisser fermenter de 15 à 20 jours. Soutirer et mettre en bouteilles bien bouchées pour une conservation au frais.

#### 1008- Pétillant aux fleurs de pissenlit

Avec 250 grammes de fleurs, 3 citrons, 1 cuillerée à soupe de gingembre, 1 kg de sucre et un sachet de levure pour 4 litres d'eau. On fait cuire dans l'eau pendant une heure les fleurs, le jus des 3 citrons et le gingembre. Filtrer, ajouter le sucre et la levure. Bien mélanger et laisser fermenter pendant une semaine, puis mettre en bouteilles bouchées pour laisser reposer au frais encore une semaine avant de boire une boisson pétillante et parfumée.



338

#### 1009- Apéritif au pissenlit

Avec 100 grammes de fleurs, 1 litre de vin blanc, 1 petit verre d'alcool et du miel liquide à volonté. On fait macérer les fleurs dans le vin blanc pendant une semaine, puis on filtre pour ajouter le miel et l'alcool. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelque temps avant de consommer.

#### 1010- Apéritif Caroline

Avec 1 litre de vin blanc, 100 grammes de racine de pissenlit et 200 grammes de sucre. Faire macérer le tout pendant une semaine puis filtrer et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais pendant 2 à 3 mois avant de déguster.

#### 1011- Liqueur de pissenlit

Avec 100 grammes de fleurs, 1 litre d'eau de vie, un zeste d'orange amère, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer dans l'eau de vie pendant une semaine les fleurs et le zeste. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



## 142. Poirier

**C**'est un arbre cultivé dans les vergers ou isolé qui peut atteindre 10 mètres de hauteur. Il porte des rameaux plus ou moins épineux avec des feuilles de forme ovale et pointue, finement dentelées et avec un long pétiole. Leur couleur est d'un joli vert. Les fleurs blanches poussent en bouquets pour donner des fruits : les **poires**, de forme renflée, allongée ou arrondie, qui deviennent jaune à maturité. La pulpe est astringente, sucrée et fondante.

#### 1012- Infusion de feuilles

Avec 100 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Faire infuser 15 minutes, prendre plusieurs fois par jour contre les insomnies et les migraines. (On peut ajouter une poire coupée en tranches pour adoucir l'infusion).

#### 1013- Jus de poires

Placer dans un large récipient une grande quantité de poires bien mûres coupées en morceaux. Recouvrir avec un peu d'eau et faire cuire 10 minutes pour attendrir les fruits. Laisser reposer

toute la nuit. Le lendemain filtrer et bien exprimer le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent.

#### 1014- Sirop de poires

Avec 1 litre de jus de poire et 800 grammes de sucre. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant ¼ d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

#### 1015- Cidre de poires

Avec 12 kg de fruits, 2 kg de sucre, 1 litre d'eau de vie, 5 ombelles de sureau et 20 litres d'eau. Placer les fruits coupés en morceaux dans un tonneau, ajouter le sucre et l'eau et les ombelles de sureau enfermées dans un sachet de mousseline pour laisser fermenter une semaine. Ajouter alors l'eau de vie et bien mélanger puis laisser reposer 2 à 3



339

jours. Filtrer et soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et attendre 6 semaines au frais avant de consommer.

### 1016- Cidre à l'ancienne

Avec 1 kg de poires, 500 grammes de raisins secs, 125 grammes de genièvre, 1 kg de sucre, 100 grammes de levure de bière et 25 litres d'eau. Écraser les poires, les raisins et les baies de

g e n i è v r e .  
Ajouter l'eau et laisser macérer pendant 3 jours. Ajouter le sucre et la levure, bien mélanger pour commencer la

fermentation pendant une semaine. Filtrer, soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et laisser faire au frais pour boire à partir de la quinzaine qui suit.

### 1017- Cidre cuit

Avec 10 litres de jus de poire, 600 grammes de miel, 1 litre de cognac et 40 litres d'eau. Mélanger le jus de poire et le miel pour porter à ébullition et verser dans un tonneau avec l'eau. Laisser macérer pendant une semaine

en remuant tous les jours. Ajouter le cognac, mélanger et continuer la fermentation pendant 15 jours. Filtrer et soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées que l'on conserve au frais quelques jours avant de commencer la consommation.

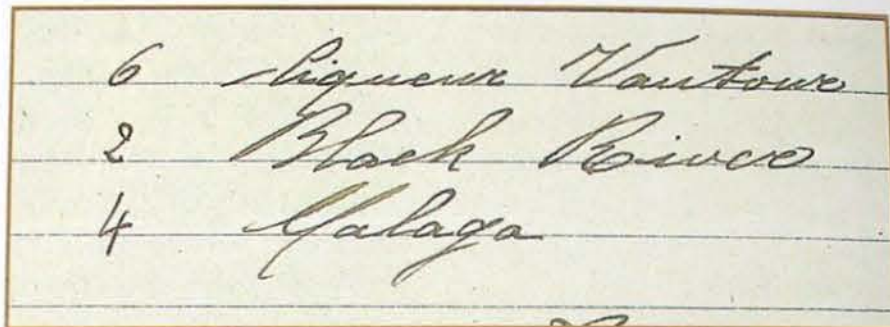
### 1018- Liqueur de poire

Avec 1 litre d'eau de vie, 1/2 litre de jus de poire, 350 grammes de sucre et 1 clou de girofle. Mélanger tous les ingrédients pour laisser macérer pendant

6 semaines au frais. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais pendant un bon mois avant la dégustation.

### 1019- LIQUEUR DU PENDU

Avec une grosse poire, 1 litre d'eau de vie et 400 grammes de sucre. Placer le sucre et l'eau de vie dans un grand bocal et suspendre la poire au couvercle par un fil sans la plonger dans le liquide. Attendre que la poire se ratatine pour filtrer et mettre en bouteilles une liqueur qui va se bonifier avec le temps.



### 1020- Ratafia de poire

Avec 1/2 litre de jus de poire, 1 litre d'alcool à 90°, un peu de cannelle et de girofle, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. On fait macérer pendant une semaine le jus de poire avec les épices (cannelle et

girofle) dans l'alcool, puis on filtre pour ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger, mettre en bouteilles et laisser vieillir de 2 à 3 mois avant de déguster.

Sirop de  
**Menthe**  
PUR SUCRE

100cl 1000ml

**BENOIT SERRES**  
DISTILLATEUR DE PÈRE EN FILS DEPUIS 1841  
40 RUE ACHILLE VIADIEU 31400 TOULOUSE/FRANCE

Composition : sirop de sucre, substances végétales, colorant E 102, E 131



## 143. Poivrier

C'est une liane qui pousse en Asie, véritable plante grimpante avec des racines aériennes qui s'accrochent aux arbres comme le lierre et la vigne. Les feuilles sont allongées et en forme de palme, de couleur vert foncé. Les petites fleurs sont rassemblées en épis allongés et donnent des fruits qui sont des baies globuleuses qui se présentent en grappes importantes. Ces baies sont de couleur verte puis rouge à maturité. C'est à ce moment qu'elles sont récoltées pour être séchées dans leur enveloppe pour donner le poivre noir, ou débarrassées de cette enveloppe pour obtenir le poivre blanc.

### 1021- Décoction de poivre

Avec 5 grammes de poivre, 1 litre d'eau et 100 grammes de sirop de menthe. Faire bouillir le poivre dans l'eau pendant 15 minutes. Laisser refroidir,

ajouter le sirop de menthe, mélanger et boire chaud comme stimulant et remède des voies respiratoires.

### 1022- Vin chaud

Avec 1 litre de vin rouge, 1 citron, 1 zeste d'orange, 1/2 gousse de vanille, 4 grains de poivre et 200 grammes de sucre. Mélanger tous les ingrédients pour porter à ébullition, puis faire cuire à petit feu pendant 1/2 heure. Filtrer et servir très chaud.

### 1023- Vin au poivre

Avec 1 litre de vin blanc, 1 cuillerée à café de poivre blanc, de basilic et de carvi en poudre, et de vinaigre, 2 cuillerées à soupe de miel et un petit verre d'eau de vie. Écraser les plantes et le poivre, ajouter les autres ingrédients pour laisser macérer pendant 3 à 4 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



342

## 144. Pommier

Arbre cultivé dans les vergers ou isolé, pouvant atteindre 10 mètres de hauteur avec de nombreux rameaux qui portent des feuilles de forme ovale et pointue et des bourgeons terminaux blanchâtres et cotonneux. Les fleurs blanches poussent en bouquets et donnent des fruits, les pommes, qui sont globuleux, assez gros et de couleur variable (jaune, rouge, vert...). Il existe de nombreuses variétés de pommes, mais en général la chair est fine, assez ferme et sucrée, rafraîchissante et toujours riche en vitamines.

### 1024- Décoction de pommes

Faire bouillir pendant 1/4 d'heure 2 ou 3 pommes coupées en tranches dans un litre d'eau. Filtrer et prendre plusieurs fois par jour comme fortifiant et contre les rhumatismes.

### 1025- Jus de pommes

Couper des pommes en morceaux avec leur peau pour les passer au moulin à légumes et obtenir une purée que l'on recouvre de 2 verres d'eau. Laisser reposer toute une nuit. Le lendemain filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent.

### 1026- SIROP DE POMMES

Avec 1/2 de litre de jus, 1 kg de sucre et un peu de cannelle. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.



343

### 1027- Cidre de pommes

Avec 10 kg de fruits, 1 kg de sucre, 1/2 litre d'eau de vie, 4 ombelles de sureau et 15 litres d'eau. Écraser les fruits pour les placer dans un tonneau avec le sucre, l'eau et les ombelles de sureau enfermées dans un sachet de mousseline. Laisser fermenter une semaine, ajouter l'eau de vie, bien mélanger puis laisser reposer 2 à 3 jours, filtrer et soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et attendre 5 à 6 semaines au frais avant de consommer.



### 1028- Cidre à l'ancienne

Avec 1 kg de pommes, 500 grammes de raisins secs, 100 grammes de genièvre, 1 kg de sucre, 100 grammes de levure de bière et 25 litres d'eau. Écraser les pommes, les raisins et le genièvre. Ajouter l'eau pour laisser macérer pendant 3 jours, puis ajouter le sucre et la levure, bien mélanger pour une fermentation d'une semaine, filtrer

et soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et laisser faire au frais pendant 15 jours avant la consommation.

### 1029- Cidre cuit

Avec 10 litres de jus de pommes, 500 grammes de miel, 1 litre d'eau de vie et 40 litres d'eau. Porter à ébullition le jus de pomme et le miel, ajouter l'eau et laisser macérer pendant une semaine. Ajouter l'eau de vie, bien mélanger et laisser faire la fermentation pendant 15 jours, filtrer et soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées que l'on conserve au frais 10 à 15 jours avant de commencer la consommation.

### 1030- Vin chaud

Avec une bouteille de bon vin rouge, 3 pommes Reinette (si possible), 125 g de sucre, 1 clou de girofle et 1 zeste de citron. Couper les pommes en tranches pour les placer dans un plat légèrement saupoudrées de sucre et les faire griller

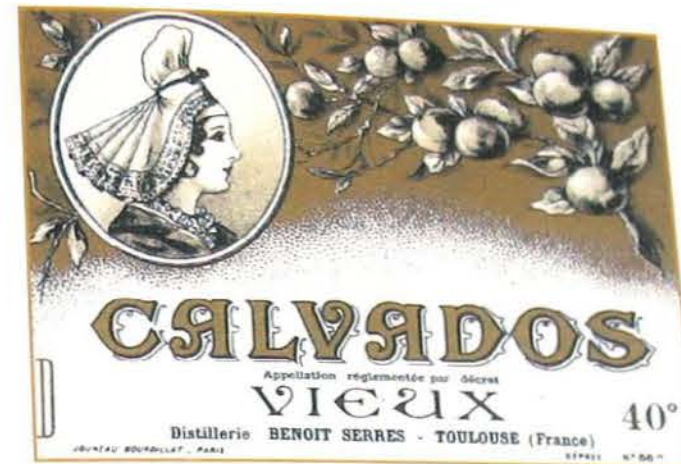
au  
ép  
bc  
pi  
ci  
s

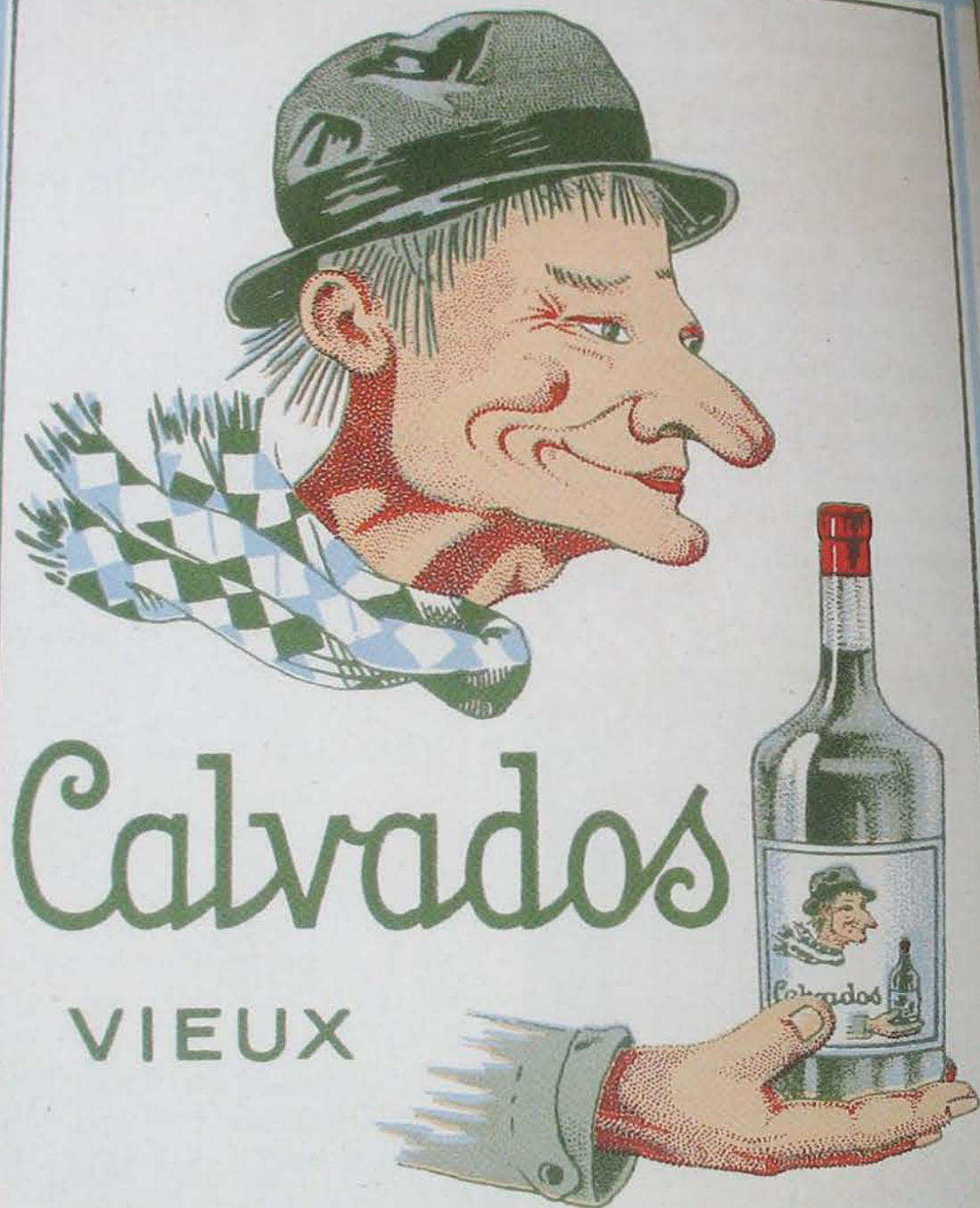
### 1031- Le vin des dieux

Avec 4 pommes Reinette, 2 citrons, un litre de vin rouge et du sucre à volonté. Couper les pommes et les citrons en rondelles pour les recouvrir de sucre en alternant les couches : pommes, citrons et sucre. Recouvrir avec le vin rouge et laisser macérer pendant toute une nuit. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser faire au frais



au four. Faire chauffer le vin, ajouter les épices et le reste de sucre. Au premier bouillon arrêter le feu, ajouter les pommes grillées et laisser infuser à couvert pendant 3/4 d'heure. Filtrer et servir très chaud.





Calvados

VIEUX

G. JOUREAU - PARIS

N° 86 "

DÉPOSÉ

## 145. Primevère

**P**etite plante annuelle qui pousse avec des feuilles longues, ridées, légèrement gaufrées et dentées sur les bords, parfois enroulées et de couleur vert bleuté, rassemblées en rosette. La tige qui s'élève au milieu est épaisse et ronde, duveteuse et porte de nombreuses fleurs réunies en ombelles. Ces jolies fleurs à 5 pétales, d'un jaune d'or, sont décorées d'un point orangé à la base et portées par un long tube qui dépasse du calice. Les fruits sont des capsules ovales qui contiennent les graines minuscules.

### 1032- Infusion de fleurs

Avec 50 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 tasses par jour comme calmant et dépuratif.

### 1033- Tisane contre les insomnies

Avec 50 grammes de primevères, 25 grammes de lavande, 15 grammes de houblon, 10 grammes de millepertuis et 5 grammes de valériane en mélange que l'on utilise à raison de 20 à 30 grammes pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 5 minutes et prendre le soir au coucher.

### 1034- Tisane dépurative de printemps

Avec 50 grammes de primevère, 50 grammes de pousses de sureau, 15 grammes de feuilles d'ortie et 15 grammes de racine de pissenlit. Utiliser 20 grammes de ce mélange pour un litre d'eau bouillante. Infusion 5 minutes. Prendre 2 à 3 fois par jour.

### 1035- Thé de primevère

Avec 15 grammes de fleurs d'aspérule odorante et de primevères pour un litre d'eau bouillante. Boire frais ou chaud avant le coucher.

### 1036- Thé de Suède

Faire fermenter pendant une semaine un jus de citron et du miel liquide dans un litre d'infusion de fleurs de primevères. Boire le soir au coucher.

### 1037- LIMONADE DE FLEURS

Remplir une bouteille de fleurs de primevères, ajouter un jus de citron et du sucre suivant votre goût. Recouvrir d'une bonne eau de source et laisser infuser toute une journée en plein



soleil, filtrer et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent.

### 1038- Sirop de primevères

Avec 1 litre de limonade ou d'infusion de fleurs et 800 grammes de sucre. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à  $\frac{1}{4}$  d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

### 1039- Vin de fleurs

Avec 3 kg de fleurs de primevères, 1 kg de sucre et 3 litres d'eau. Verser l'eau bouillante sur les fleurs pour laisser macérer pendant 24 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre, ajouter le sucre, mélanger puis fermer le récipient pour laisser fermenter pendant 2 mois. Soutirer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1040- Vin à l'ancienne

Remplir une bouteille de fleurs fraîches et recouvrir avec un bon vin blanc pour laisser macérer en plein soleil pendant 15 jours. Filtrer, sucrer

avec du miel liquide, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster.

### 1041- Liqueur de primevères

Remplir un bocal de fleurs de primevères. Ajouter le zeste d'une orange amère et recouvrir avec 1 litre d'alcool à  $90^\circ$  pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant  $\frac{1}{4}$  d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir de 2 à 3 mois avant de déguster.

### 1042- Liqueur de printemps

Au fur et à mesure de la floraison cueillir des fleurs de primevères, violettes, pissenlits et coquelicots, pour les placer en couches successives dans un bocal en alternant avec du sucre. Recouvrir avec 1 litre d'alcool à  $90^\circ$  et laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec 1 kg de sucre et 1 litre d'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour attendre 3 mois au frais avant de consommer.



## 146. Prunellier

C'est un arbrisseau très répandu qui pousse dans les haies souvent associé à l'aubépine et à la ronce. Ses rameaux sont garnis de pointes qui peuvent blesser lors de la récolte. Ses feuilles sont petites, allongées et pointues. Les petites fleurs blanches poussent en bouquets et donnent des fruits qui sont des baies, les **prunelles**, de couleur bleu-violet, au goût âpre, qui arrive à s'adoucir avec les premières gelées.

### 1043- Infusion de fleurs

Avec une poignée de fleurs de prunelles pour un litre d'eau bouillante. S'utilise comme laxatif.

### 1044- Infusion de feuilles et de fruits

Avec une poignée de prunelles bien mûres pour un litre d'eau bouillante. Ajouter quelques feuilles et laisser infuser pendant 10 minutes. Prendre 2 à 3 tasses par jour contre la diarrhée et les maux de gorge.

### 1045- Sirop de prunelles

Remplir un large récipient de prunelles bien mûres cueillies après les



premières gelées, recouvrir d'eau bouillante et laisser macérer pendant 2 à 3 jours. Filtrer pour récupérer tout le jus que l'on porte à nouveau à ébullition pour le verser encore sur les prunelles. Renouveler l'opération plusieurs fois. Ajouter alors au jus récupéré le même poids de sucre pour faire cuire à petit



feu pendant 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 1046- Vin de prunelles

Avec 200 g de prunelles, 10 g de gingembre, 1 litre de vin blanc sec et 200 grammes de sucre. Mélanger tous les ingrédients pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 1047- Vin de feuilles de prunellier

Remplir un bocal de jeunes feuilles de prunellier récoltées au printemps. Recouvrir avec 1 litre de vin blanc et laisser macérer à couvert pendant 15 jours. Ajouter 250 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie pour prolonger la macération encore 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelque temps avant de déguster.

#### 1048- LIQUEUR DE PRUNELLES

Avec 1 kg de prunelles bien mûres, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Bien nettoyer les prunelles en les frottant dans un linge sec, les écraser avec leur noyau pour les faire macérer dans l'eau de vie pendant 3 mois. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais deux à trois mois avant la dégustation.



#### 1049- Liqueur de prunelles à l'ancienne

Remplir un large récipient de prunelles bien mûres et recouvrir avec 1 litre d'eau de vie pour laisser macérer pendant 15 jours. Mélanger et écraser tous les fruits à la main, puis continuer la macération encore 15 jours. Vers la fin ajouter un peu de vanille en poudre et du sucre suivant votre goût. Filtrer et mettre en bouteilles pour une longue période de repos au frais, avant d'obtenir une liqueur colorée et parfumée.



#### 1050- Prunelline

Avec 1 kg de prunelles, 1 litre d'eau de vie, 1 gousse de vanille, 600 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire sécher les prunelles en plein soleil et les écraser au mortier pour les faire macérer dans l'eau de vie pendant 2 mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 1051- Liqueur de Vaudenac

Avec 1 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de prunelles, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. On laisse toujours macérer les prunelles dans l'alcool pendant un mois en remuant souvent et en écrasant les fruits, filtrer et bien exprimer tout le jus de la macération dans un linge propre, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.

#### 1052- Crème de prunelle

Avec 1 kg de prunelles, 1 litre d'alcool à 90°, 2 kg de sucre et 2 litres d'eau. Bien écraser les fruits et broyer tous les noyaux pour faire macérer dans l'alcool pendant un bon mois dans un récipient

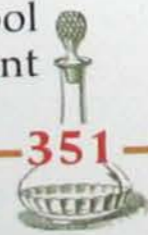
fermé, filtrer et exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais plusieurs mois.

#### 1053- Ratafia de prunelle

Avec 500 g de prunelles, un litre d'eau de vie, une pincée de cannelle et de vanille en poudre, 300 g de sucre et 1/2 litre d'eau. Concasser les fruits, ajouter la cannelle et la vanille, recouvrir avec l'eau de vie pour une macération de 3 mois, filtrer, ajouter le sirop et mettre en bouteilles pour encore laisser vieillir au frais trois mois environ.

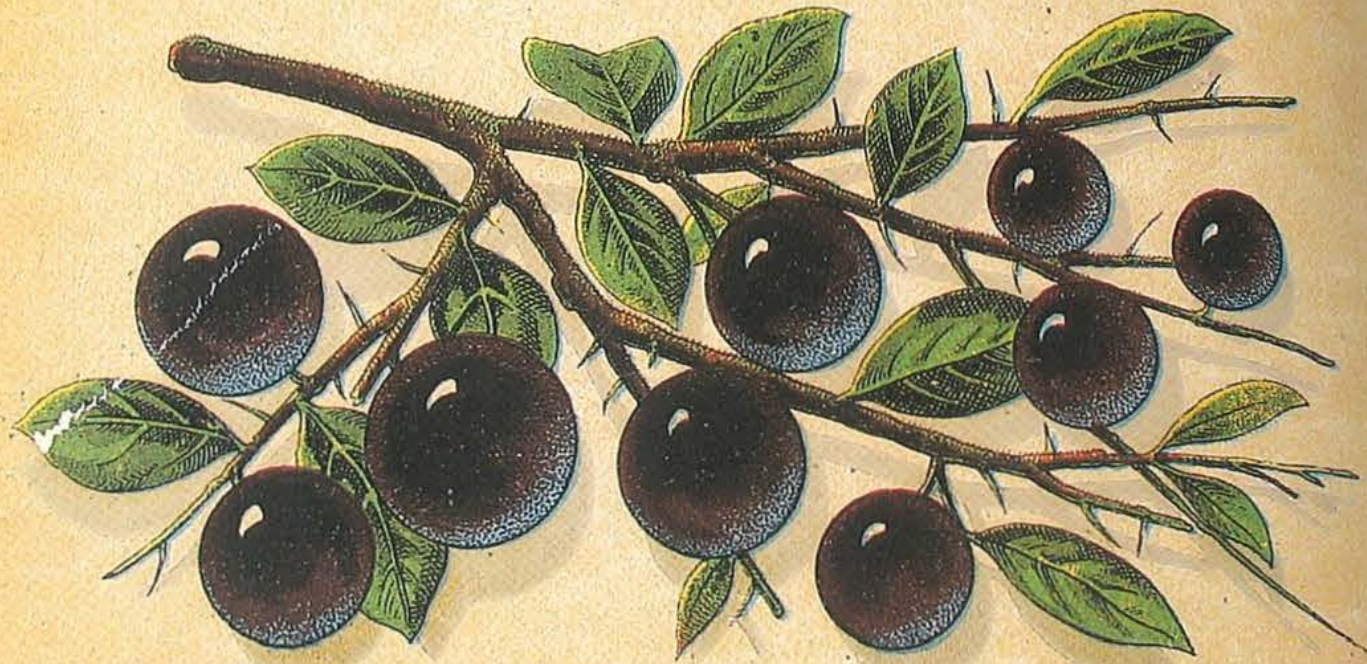
#### 1054- Liqueur de noyaux ou kirsch maison

Concasser 200 grammes de noyaux de prunelles pour les faire macérer pendant 1 mois dans 1 litre d'eau de vie. Filtrer et bien exprimer dans un linge propre, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.





# Crème de PRUNELLES



JOUHEAU .

N° 432

PARIS . DÉPOSÉ

## 147. Prunier

C'est un arbre fruitier qui pousse avec de nombreuses branches et des rameaux qui portent des feuilles allongées et pointues, légèrement dentées. Les petites fleurs blanches poussent en bouquets et donnent des fruits, les prunes, de forme arrondie, de couleur vert, jaune, violet, bleu-noir, suivant la variété et qui possèdent une peau à surface lisse qui se recouvre d'une fine poussière à maturité. Leur noyau est aplati, leur chair fine et sucrée. Ce sont ces prunes que l'on fait sécher pour obtenir les pruneaux.

### 1055- Décoction de feuilles

Avec 30 grammes de feuilles sèches de prunier à faire bouillir 10 minutes dans 1 litre d'eau ou de lait. Prendre 2 à 3 fois par jour comme laxatif et diurétique.

### 1056- Thé à la prune

Faire tremper dans de l'eau froide une dizaine de prunes pendant 2 heures. Égoutter et placer les prunes dans 1/2 litre de thé chaud, ajouter un peu de vanille et 100 à 150 grammes de sucre. Laisser macérer 2 heures et servir très froid.



### 1057- Sirop de prunes

Avec 1 kg de prunes, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Dénoyer les prunes, les écraser pour les faire cuire 10 min dans l'eau. Filtrer, bien exprimer tout le jus et ajouter le sucre pour faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent, ou alors stériliser pendant 20 min pour une plus longue conservation.



### 1058- Vin de prunes

Avec 10 kg de prunes, 2 kg de sucre, 4 litres d'eau et 5 grammes de levure de bière. Dénoyer les fruits, écraser la pulpe, ajouter l'eau chaude, le sucre et la levure. Bien mélanger pour laisser fermenter pendant 15 jours, soutirer, puis laisser reposer une semaine, filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1059- VIN DE PRUNEAUX

Avec 250 grammes de pruneaux, 1 litre de bon vin rouge, 100 grammes de sucre et un verre de cognac. Verser le cognac sur les pruneaux pour laisser macérer pendant 10 jours, ajouter alors le sucre et le vin pour continuer la macération encore une semaine. Filtrer et bien exprimer toute la macération dans un linge propre. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pendant 2 à 3 mois avant de déguster.

### 1060- Vin aux pruneaux

Avec 300 g de pruneaux, 1 l de vin rouge, 100 g de sucre, 1 bâton de vanille et 1 petit verre d'eau de vie. Faire macérer dans le vin rouge les pruneaux et la vanille pendant 3 semaines à 1 mois, filtrer, ajouter le sucre et l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



### 1061- Apéritif de Jean-Marie

Avec une bouteille de bon vin rouge, 250 grammes de pruneaux, 100 g de sucre et un grand verre d'armagnac. Verser l'armagnac sur les pruneaux légèrement sucrés pour laisser macérer pendant 5 jours, ajouter le vin et le sucre et prolonger la macération encore 10 jours. Filtrer et bien exprimer toute la macération dans un linge propre pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais au moins un mois avant la dégustation.

### 1062- Apéritif du Pavillon

Avec 10 prunes bien mûres, 1 litre de vin blanc sec, 1 verre d'eau de vie, un peu de cannelle et 250 grammes de sucre. Plonger les prunes dans l'eau



354

bouillante pour les peler et écraser la pulpe que l'on mélange avec le sucre, la cannelle et le vin pour une macération d'une semaine. Ajouter l'eau de vie et laisser faire encore toute une journée, filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais pour déguster dans 2 à 3 mois.

### 1063- Liqueur de prunes

Avec 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de prunes, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Écraser les prunes pour les faire macérer dans l'alcool pendant un mois en remuant souvent, filtrer et exprimer toute la macération dans un linge, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la dégustation.

### 1064- Liqueur de pruneaux

Avec 1 kg de pruneaux, 1 litre d'eau de vie, 1 gousse de vanille, 500 g de sucre et 2 verres d'eau. Écraser les pruneaux pour les faire macérer dans l'eau de vie pendant 2 mois, filtrer, exprimer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais plusieurs mois avant la dégustation.



355



## 148. Réglisse

C'est une plante vivace qui peut atteindre la hauteur d'un mètre et qui pousse avec une tige dressée, robuste et striée. Les feuilles petites et composées de couleur vert tendre, ressemblent à celles de l'acacia. Les fleurs poussent en grappes à l'aisselle des feuilles et sont de couleur bleu, tachée de blanc ou de jaune. Les fruits sont de grandes gousses plates. La racine à souches émet de longs rejets souterrains de couleur rousse et jaune à l'intérieur; elle a une saveur douce et sucrée, légèrement âcre.

### 1065- Infusion de la racine

Avec de 15 à 30 grammes de la racine pour un litre d'eau bouillante. Infusion 10 minutes. Prendre 2 à 3 tasses par jour contre la toux et la bronchite.

### 1066- Décoction de réglisse

Avec 50 grammes de la racine écrasée à faire bouillir dans un litre d'eau puis laisser macérer pendant 2 à 3 heures. Utiliser comme laxatif et diurétique.

### 1067- Coco à l'ancienne

Avec 60 grammes de la racine de

réglisse, 10 grammes de coriandre et 1 litre d'eau. Faire macérer à froid la racine écrasée et les graines de coriandre dans l'eau pendant 4 à 5 heures, filtrer, ajouter du sucre si nécessaire et boire frais comme on le faisait au début de ce siècle.

### 1068- Coco de la campagne

On fait macérer dans 1 litre d'eau un mélange des plantes suivantes : réglisse, anis, citron, coriandre et fenouil, pendant une demi-journée, puis filtrer pour boire très frais en boisson désaltérante.

### 1069- COCO DE JULIE

Elle fait macérer dans un litre d'eau plusieurs bâtons de réglisse avec le zeste de 2 citrons et une pincée de cannelle pendant toute la nuit. Le lendemain, elle filtre pour mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire pendant l'été avec ses amis.

### 1070- Sirop de réglisse

Avec 30 grammes de bois de réglisse, 250 grammes de sucre et 1 litre d'eau.





Faire cuire le bois de réglisse dans l'eau jusqu'à réduction de moitié, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 1 071- Vin de réglisse

Avec 120 grammes de bois de réglisse, 1 litre de bon vin blanc et du sucre à volonté. Faire macérer la réglisse dans le vin blanc pendant 10 à 15 jours. Filtrer, ajouter du sucre si nécessaire, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.



## 149. Reine des prés

**C**'est une plante vivace qui pousse dans les lieux humides et au bord des ruisseaux avec une tige droite, ferme et rameuse qui peut atteindre plus d'un mètre de hauteur, avec de grandes feuilles découpées en folioles irrégulières, légèrement dentées, à nervures apparentes. Les fleurs petites, à 5 pétales, sont de couleur blanc crème et rassemblées en ombelles ou en grappes étalées, qui dégagent un parfum agréable et pénétrant rappelant l'amande.

#### 1072- Infusion de reine des prés

Avec 50 g de sommités fleuries pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre de 3 à 4 tasses par jour contre la grippe, les rhumatismes et les maux de tête.

#### 1073- Boisson de la montagne

Faire bouillir dans 8 litres d'eau pendant 15 mn un mélange de 50 g de chaque plante suivante : reine des prés, bétoine, framboisier et aigremoine. Filtrer, ajouter de 800 g à 1 kg de sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire comme tonique, stimulant et rafraîchissant.

#### 1 074- Limonade de reine des prés

Remplir une bouteille de fleurs de reine des prés et recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant une demi-journée. Filtrer, ajouter un peu de miel liquide. Mélanger et mettre en bouteilles pour boire très frais.

#### 1 075- Sirop de reine des prés

Avec 250 g de sommités fleuries de reine des prés, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur la plante et laisser infuser à couvert pendant 12 heures. Filtrer et exprimer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 1076- VIN À LA REINE DES PRÉS

Avec 50 g de sommités fleuries, 1 litre de vin blanc et du sucre à volonté. Verser le vin blanc bouillant sur la plante et laisser infuser pendant 1/4 d'heure.





EAU DE LA ROSÉE DES FLEURS,  
Composée par DISSEY et PIVER,  
Rue S<sup>t</sup>-Martin, N° 111 à Paris.

### 1 078- Bière à la reine des prés

Il suffit de laisser macérer une poignée de fleurs de reine des prés dans une bouteille de bière pendant toute une nuit pour obtenir une bière au parfum original.

### 1 079- Liqueur de reine des prés

Avec une poignée de sommités fleuries de reine des prés, 1 litre d'eau de vie, une pincée de cannelle, 350 grammes de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer la plante dans l'eau de vie pendant 2 jours. Filtrer, bien exprimer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelques mois avant la dégustation.

### 1 080- Liqueur de montagne

Remplir un bocal d'une poignée de fleurs de reine des prés. Recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90°. Ajouter une pincée de cannelle et laisser macérer pendant 2 jours au frais. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir 3 mois au frais avant de déguster.

Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelque temps avant la dégustation d'un vin parfumé et moelleux comme un muscat.

### 1 077- Vin de Vaudenac

Avec 1 litre de vin blanc, des fleurs de reine des prés et du miel liquide. On fait macérer pendant 2 ou 3 jours les fleurs dans le vin blanc, puis on filtre pour ajouter un peu de miel liquide. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais un bon mois avant de déguster.



## 150. Rhubarbe



petites fleurs nombreuses et de couleur blanc verdâtre. La racine est pivotante, épaisse et de couleur brune à l'extérieur et jaune à l'intérieur. On utilise les pétioles et la racine.

### 1 081- Infusion de la racine

Avec 20 grammes de la racine écrasée pour un litre d'eau bouillante. Prendre comme tonique et purgatif.

### 1 082- Jus de rhubarbe

Récolter de nombreux pétioles débarrassés de leurs feuilles. Les laver pour les éplucher et les couper en tronçons que l'on place dans un large plat pour les alterner avec du sucre en poudre. Laisser macérer pendant 2 jours, puis filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles pour conserver au frais et utiliser dans les jours qui suivent.

### 1 083- SIROP DE RHUBARBE

Avec 1 litre de jus pour 1 kg de sucre. Mélanger pour faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, vérifier la consistance du sirop qui doit

**P**lante potagère qui pousse en touffes de 1 mètre à 1,5 mètres de hauteur avec de grandes feuilles en forme de cœur, qui sont ondulées et de couleur vert clair. Ces feuilles sont toxiques. Leur long pétiole est épais et arrondi sur le dessus, aplati dessous, de couleur vert ou rouge. La tige ronde et peu élevée porte des grappes de





attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.

#### 1 084- Vin de rhubarbe

Avec 1,5 litre de jus de rhubarbe, 1 kg de sucre et 2 litres d'eau, à mélanger pour laisser fermenter pendant 6 mois, puis fermer le récipient et laisser faire à nouveau 6 mois. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

#### 1 085- Vin de rhubarbe de Nicolas

Avec 5 kg de tiges, 10 litres d'eau, 2 kg de sucre et de miel, 1 citron et une



orange, 20 grammes de racine de gingembre, 1 citron et une orange et une feuille de gélatine. Placer les tiges tronçonnées dans l'eau froide et laisser macérer pendant 5 jours. Écraser alors les morceaux de rhubarbe et exprimer tout le jus de cette macération, ajouter le sucre et le miel et bien mélanger le tout pendant 5 nouveaux jours. Ajouter maintenant la racine de gingembre coupée en petits morceaux ainsi que l'orange et le citron. Compléter avec la feuille de gélatine que l'on fait dissoudre dans de l'eau froide. Laisser maintenant fermenter à couvert pendant 15 jours. Soutirer et mettre en bouteilles pour conserver au frais environ trois mois avant de consommer.

#### 1 086- Vin à la rhubarbe

Avec 100 grammes de la racine, 1 litre de bon vin rouge, 1 zeste d'orange, 100 grammes de sucre et un petit verre d'eau de vie. Verser l'eau de vie sur la racine pour laisser macérer pendant une semaine. Pendant ce temps faire macérer à part dans le vin le zeste d'orange avec le sucre. Mélanger alors les 2 macérations et laisser faire une semaine encore. Filtrer et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais de deux à trois mois avant la dégustation.

## 151. Riz

**C**'est une plante céréale en partie aquatique de la famille des graminées qui pousse avec des tiges raides, ou chaume, qui peuvent atteindre la hauteur de plus d'un mètre. Les feuilles sont longues, lancéolées et pointues avec des bords rudes. Les fleurs petites poussent en panicules étalées pour donner un fruit, le riz, qui est un petit grain allongé et strié de couleur blanchâtre.

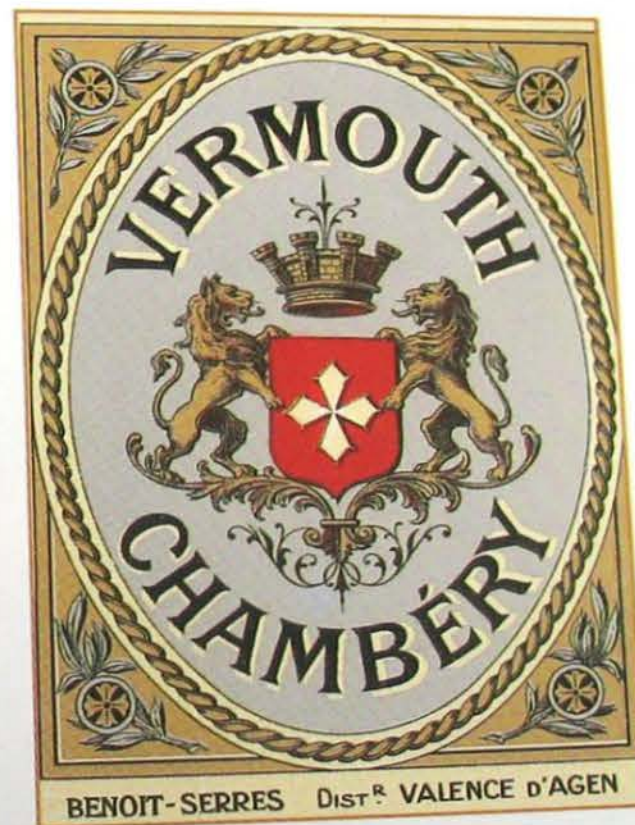
#### 1 087- Décoction ou eau de riz

Faire bouillir 30 grammes de riz dans un litre d'eau pendant une heure. Ajouter de l'eau au milieu du temps de cuisson pour compenser l'évaporation. Filtrer et boire sucré ou salé pour calmer les irritations intestinales.

#### 1 088- Vin de riz

Avec 500 grammes de riz complet, 5 litres d'eau, 1,5 kg de sucre, 1 verre de thé, 2 citrons et un sachet de levure. Faire macérer le riz dans l'eau pendant toute la nuit puis porter à ébullition, filtrer et ajouter à l'eau de cuisson le thé et le sucre. Bien mélanger et laisser refroidir pour compléter avec le jus de

citron et la levure et laisser fermenter pendant plusieurs jours. Quand le vin est clair, filtrer et soutirer pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais quelque temps avant la consommation.



# 152. Romarin



**P**lante aromatique de la grande famille des labiées qui se présente sous la forme d'un arbrisseau vivace et buissonnant de plus de 1,5 mètre de hauteur avec une tige ligneuse et fissurée. Les feuilles persistantes sont allongées, étroites, à bord replié, coriaces et luisantes, de couleur vert foncé et grisâtre dessous. Les fleurs petites et

de couleur bleu pâle ou violacé, parfois blanches ou roses, poussent en grappes au sommet des jeunes rameaux et donnent des fruits en capsule qui libère de nombreuses graines. Toute la plante et surtout les feuilles dégagent une odeur capiteuse avec un goût qualifié d'amer.



**1089- Infusion de feuilles**  
Avec 10 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 à 4 tasses par jour contre la coqueluche et l'asthme.

**1090- Limonade de romarin**  
Remplir une bouteille de sommités fleuries de romarin. Recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant 4 heures. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et conserver au frais pour prendre en boisson désaltérante.

**1091- Sirop de romarin**  
Avec 1,5 litre d'eau, 2 poignées de feuilles de romarin et 1 kg de sucre. Plonger les feuilles dans l'eau bouillante pour laisser infuser à couvert pendant toute une nuit. Filtrer et ajouter le sucre pour faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant, sinon reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou stériliser pendant 20 minutes pour une longue conservation.

**1092- Vin de romarin**  
Avec 100 grammes de romarin en fleurs, 1 litre de bon vin rouge, 100 grammes de sucre et un petit verre de rhum. Faire macérer la plante dans le vin pendant 3 à 4 jours. Filtrer, ajouter le sucre et le rhum. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

**1093- Vin à l'ancienne**  
Avec 100 grammes de romarin, 1 écorce d'orange amère, 2 clous de girofle, 1 verre de rhum, 2 litres de bon vin rouge et du sucre à volonté. Faire bouillir la plante et les aromates dans le vin pendant 20 minutes, ajouter le sucre et le rhum, laisser refroidir. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelque temps avant de déguster.

**1094- Vin de Gagnières**  
Avec 30 grammes de sommités fleuries de romarin, 1 litre de bon vin rouge, 20 baies de genièvre et 100 grammes de sucre. Écraser la plante, concasser le genièvre pour laisser macérer dans le vin pendant 3 semaines. Filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais deux à trois mois avant la dégustation.



### 1 095- Apéritif sauge romarin

Avec 1 litre de vin rouge, 20 grammes de romarin et de sauge et du miel liquide. Placer les plantes dans un récipient et ajouter le miel et le vin pour faire cuire à petit feu pendant 15 minutes. Laisser refroidir puis mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais deux à trois mois avant de déguster.

### 1 096- LIQUEUR DE ROMARIN

Avec 100 grammes de la plante, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer la plante dans l'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec les 2 verres d'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais pendant 2 mois avant de déguster.

### 1 097- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de sommités fleuries de romarin et recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 10 à 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau, à petit feu pendant 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais deux à trois mois avant de déguster.

### 1 098- Liqueur de labiées

C'est la même recette, en faisant macérer un mélange de plantes aromatiques telles que thym, serpolet, hysope, sarriette, menthe, mélisse... À utiliser en totalité ou en partie.

### 1 099- Eau miraculeuse

Avec 10 grammes des plantes suivantes : angélique, romarin, absinthe, menthe, thym, hysope, sauge. À faire macérer dans 1 litre d'eau de vie en plein soleil pendant 10 à 15 jours. Filtrer, ajouter un peu de sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais et boire dans deux à trois mois comme on avait coutume de le faire au Moyen Âge.

### 1 100- Eau vulnéraire

Avec les plantes suivantes : hysope, basilic, mélisse, menthe, sauge, absinthe, lavande, angélique, fenouil, marjolaine, romarin, sarriette, thym, serpolet. À faire macérer en totalité ou en partie dans 1 litre d'alcool à 90°. Filtrer, ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu de 500 à 600 grammes de sucre dans 1 litre d'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelques mois avant la dégustation.



## 153. Ronce

**C**'est une plante vivace, épineuse et envahissante qui pousse avec des tiges sarmenteuses de plus de 3 mètres de long et des feuilles composées de 3 à 7 folioles qui sont coriaces et persistantes, de couleur vert à vert foncé et luisantes. Les petites fleurs roses ou blanches à 5 pétales poussent en grappes terminales et donnent des fruits qui sont des baies composées de plusieurs grains, les *mûres*, de couleur verte, puis rouge et enfin noire et luisantes à maturité.

### 1101- Infusion de feuilles ou thé de ronce

Avec une poignée de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Prendre 2 à 3 fois par jour contre la diarrhée et la gastrite.

### 1102- Jus de mûres

Écraser une grande quantité de mûres dans un large récipient. Mouiller avec 2 verres d'eau chaude pour laisser macérer pendant 2 à 3 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent, ou alors stériliser pendant

20 minutes pour une plus longue conservation.

### 1103- SIROP DE MÛRES

Avec 1 kg de sucre pour 1 litre de jus de mûres. Mélanger pour porter à ébullition et ensuite faire cuire à petit feu pendant 10 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 1104- Sirop de feuilles de ronce

Avec 100 grammes de feuilles, 1 litre d'eau et 200 grammes de sirop de mûres. Faire bouillir les feuilles dans l'eau pendant 1/2 heure. Filtrer, ajouter le sirop de mûres et faire cuire à petit feu pendant 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1105- Vin de mûres

Faire fermenter dans de l'eau froide une grande quantité de mûres pendant 10 jours, ajouter du miel liquide, mé-







langer pour laisser faire encore 2 journées. Filtrer et soutirer pour mettre en bouteilles et conserver au frais, consommer dans le mois qui suit.

#### 1106- Liqueur de mûres

Avec 1 litre de jus de mûres, 700 grammes de sucre et 2 litres d'eau de vie. Faire macérer le jus dans l'eau de vie pendant 3 semaines. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec 1 verre d'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.



368

#### 1107- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de mûres et recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir quelques mois avant de déguster.

## 154. Rosier

**A**rbrisseau qui prend souvent la forme d'un buisson épineux avec des feuilles entières, ovales et pointues, luisantes et légèrement dentées, pourvues de glandes balsamiques odorantes. Les magnifiques fleurs, les roses, sont grandes, solitaires ou groupées, simples ou doubles, avec de nombreux pétales, et de couleur rose, rouge ou blanche pour les variétés les plus connues. Ces fleurs dégagent un parfum délicieux et toujours très apprécié.

#### 1108- Infusion de pétales de rose

Avec 20 grammes de pétales pour un litre d'eau bouillante. Boire une tasse avant les repas pour ouvrir l'appétit.

#### 1109- Eau de roses

Avec 100 g de pétales de roses, 1 litre d'eau, le jus d'un citron et d'une orange et 300 grammes de sucre. Plonger les pétales dans l'eau et porter à ébullition. Filtrer, ajouter le sucre et les jus des 2 fruits : orange et citron. Bien mélanger et laisser refroidir. Mettre en bouteilles et conserver au frais pour utiliser dans les jours qui suivent.

#### 1110- SIROP DE ROSES

Remplir un récipient de pétales de roses, recouvrir d'eau froide et faire cuire à petit feu jusqu'à ébullition. Filtrer pour recueillir tout le jus et ajouter le même poids de sucre. Faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes, vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 1111- Sirop de roses à l'ancienne

Placer dans un récipient une couche de pétales frais et une couche de sucre, alterner ainsi ces couches pour remplir le récipient. Couvrir d'une planchette avec un poids lourd. Au bout de quelques jours le poids va descendre, les pétales se tasser et le sirop se former pour se rassembler au fond du récipient. Il suffit alors de filtrer pour mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 1112 Vin de roses

Avec 50 grammes de pétales séchés, un litre de bon vin rouge, quelques



369

graines d'anis, une pincée de safran, 50 g de miel et un petit verre d'eau de vie. Mélanger les pétales et les épices, ajouter le vin et l'eau de vie pour laisser macérer pendant 10 jours. Compléter avec le miel, bien mélanger et laisser reposer toute une journée. Filtrer et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais pendant 2 à 3 mois.

#### 1113- Liqueur de roses

Avec 100 grammes de pétales de roses, 500 grammes de sucre, 1/2 litre d'eau de vie et 1/2 litre d'eau. Placer les pétales dans un bocal, recouvrir avec le sucre, bien mélanger et laisser macérer toute une nuit. Ajouter l'eau, mélanger à nouveau pour filtrer. Ajouter alors l'eau de vie, boucher le récipient et laisser faire un mois avant de filtrer à nouveau pour mettre en bouteilles et laisser toujours vieillir au frais.

#### 1114- Liqueur de Vaudenac

Avec des pétales de roses, 1 litre d'alcool à 90°, 750 grammes de sucre et 3/4 de litre d'eau. Remplir un flacon de pétales de roses et recouvrir avec l'alcool à 90° pour laisser macérer pendant une semaine. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10

minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

#### 1115- Ratafia de roses

Avec 200 grammes de pétales, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire un sirop avec l'eau et le sucre, ajouter les pétales et laisser macérer pendant 24 heures. Filtrer, ajouter l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour encore faire vieillir au frais.

#### 1116- Liqueur dite de Nicolas

Avec 500 grammes de pétales de roses très parfumées, 1 kg de sucre et 2 litres d'eau. Disposer dans un récipient les pétales de roses et le sucre par couches successives (entre 5 et 9). Laisser macérer pendant 8 jours au frais et à l'abri de la lumière. Quand tout le sucre est fondu, filtrer et exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire au frais quelque temps avant de déguster.

#### 1117- Nectar de roses

Écraser des pétales de roses, ajouter du sucre à part égale, mélanger et remplir un bocal pour laisser macérer en



plein soleil. Quand le sucre est fondu, ajouter de l'alcool à 90° et de l'eau (environ 1/2 litre de chaque pour un bocal de 1 litre) et laisser faire pendant une semaine. Filtrer et mettre en bouteilles pour déguster ce nectar qui se bonifie en vieillissant.

#### 1118- Liqueur de roses et de jasmin

Avec 20 roses, 10 fleurs de jasmin, une pincée de vanille en poudre, 2 clous de girofle, quelques raisins secs, 1 litre d'alcool à 90°, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Placer les fleurs, les épices et les aromates dans l'alcool pour une macération de plus d'un mois. Filtrer, ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Mélanger et mettre en bouteilles pour toujours faire vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster.



## 155. Santoline

**P**lante vivace de la famille des composées qui se présente sous la forme d'un petit buisson de 50 cm de hauteur à feuillage persistant, très aromatique. Les tiges sont épaisses, ramifiées et ligneuses, avec des feuilles petites, finement découpées et velues, de couleur vert, gris argenté. Les fleurs de couleur jaune, poussent en bouton solitaire à l'extrémité de chaque tige. Toute la plante est aromatique. L'odeur est forte et la saveur amère.

### 1119- Infusion de sommités fleuries

Avec 20 g pour 1 litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 min, prendre de 1 à 2 tasses par jour en suçant à volonté comme digestif, stimulant et tonique.

### 1120- Infusion des graines

Avec 5 g de graines pour 1 litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes et prendre 2 tasses pendant plusieurs jours comme vermifuge.

### 1121- Vin de santoline

Avec 30 g de graines, 1 l de vin rouge, 1 petit verre d'eau de vie et 100 g de sucre. Mélanger tous les ingrédients

pour une macération de 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 1122- Liqueur de santoline

Avec 50 g de sommités fleuries, 1 litre d'eau de vie, 500 g de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer la plante dans l'eau de vie pendant 4 à 5 jours, puis on filtre pour ajouter le sucre mouillé avec l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais deux à trois mois avant de déguster.

### 1123- Liqueur de Vaudenac

Avec 20 g de sommités de santoline, 10 g de menthe et d'angélique (feuilles en morceaux), une pincée de safran, 1 litre d'alcool à 90°, 750 g de sucre et 3/4 de litre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant 2 jours. Filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation d'une liqueur amère, mais agréable.

372



## 156. Sarriette



**P**etite plante vivace et aromatique de la grande famille des labiées, qui pousse en touffes de 10 à 30 cm de hauteur avec des tiges ramifiées, rampantes ou dressées, velues, à section carrée et de couleur vert, gris et parfois rougeâtre. Les petites feuilles sont étroites et pointues et garnies d'une petite glande qui renferme un liquide très aromatique et qui dégage au toucher un parfum caractéristique puissant

et agréable. Les fleurs petites et blanches ou roses sont rassemblées en épis terminaux sur les rameaux.

### 1124- Infusion de sommités fleuries

Avec de 10 à 20 grammes de la plante pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes et prendre 3 tasses par jour contre les problèmes digestifs.

373



### 1125- Limonade de sarriette

Remplir une bouteille de sommités fleuries de sarriette et recouvrir d'une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant 3 heures. Filtrer et ajouter un peu de sucre ou de miel liquide pour conserver au frais et boire cette limonade désaltérante et parfumée.

### 1126- Sirop de sarriette

Avec 2 poignées de la plante entière, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Plonger la plante dans l'eau bouillante pour laisser infuser à couvert pendant toute une nuit. Le lendemain, filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

### 1127- Vin à la sarriette

Avec 50 grammes de la plante (feuilles et fleurs), un litre de vin blanc sec, un petit verre d'eau de vie parfumée et de 50 à 100 grammes de sucre ou de miel liquide. Faire macérer la sarriette dans le vin pendant une semaine en plein soleil. Filtrer, ajouter le sucre

ou le miel et l'eau de vie. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais un bon mois avant la consommation.

### 1128- LIQUEUR DE SARRIETTE

Avec 100 grammes de sarriette, un litre d'eau de vie, 300 grammes de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer la plante dans l'eau de vie pendant 10 à 15 jours, puis on filtre pour ajouter le sucre mouillé avec l'eau. On mélange pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster.

### 1129- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal avec des rameaux fleuris de sarriette. Recouvrir avec un litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant une semaine à 10 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 750 grammes de sucre dans un litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours faire vieillir au frais 2 à 3 mois.

### 1130- Liqueur de Serge

Avec 50 grammes de sarriette, 15 g de chaque plante suivante : menthe, thym et romarin, 1 litre d'alcool à 90°, un



374

peu  
et  
pli  
cc  
aj  
l'  
a  
t

peu de cannelle, 800 grammes de sucre et un litre d'eau. Il fait macérer les plantes fraîches et la cannelle dans l'alcool pendant 10 jours, puis il filtre pour ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Il mélange et met en bouteilles avec un petit brin de sarriette pour l'esthétique et range cette précieuse liqueur au frais pour attendre l'hiver et la déguster au coin du feu de bois.

### 1131- Liqueur de labiées

Avec un mélange des plantes suivantes : sarriette, romarin, thym, serpolet, hysope, lavande, menthe, sauge, mélisse, origan, marjolaine... À faire macérer en totalité ou en partie dans un litre d'alcool à 90° pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sirop de sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour encore faire vieillir au frais quelques mois.

### 1132- Eau vulnéraire

C'est la même recette en prenant quelques grammes des plantes suivantes, en mélange : voir la liste des labiées ci-dessus. Ajouter au choix : angélique, estragon, basilic, absinthe, génépi, fenouil... L'idéal étant de conserver une année sur l'autre pour déguster une liqueur colorée, parfumée et sirupeuse, toujours très appréciée.



375

# APÉRITIF



# CORSI

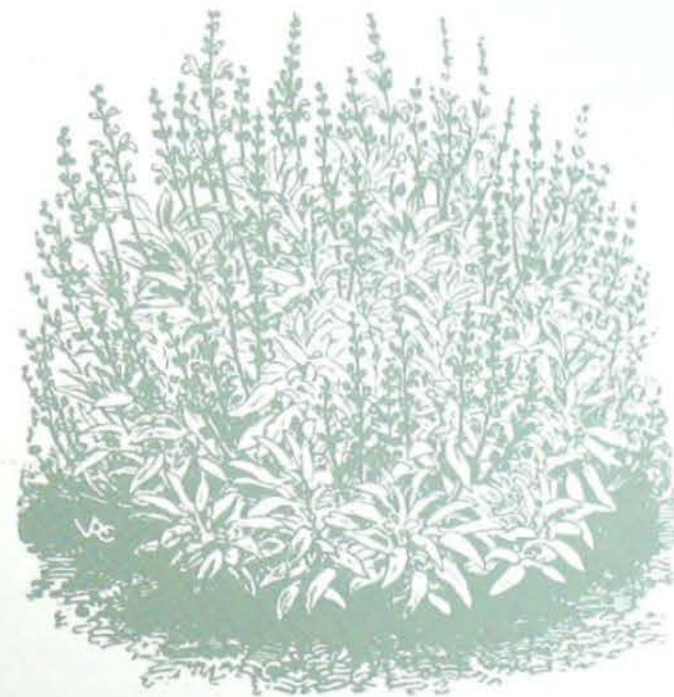
ÉTABLISSEMENTS  
MARCANTONI - PASTOR FRONTIGNAN  
*Concessionnaires*

MARQUE DÉPOSÉE

E. Montane - Montpellier

## 157. Sauge

C'est un sous-arbrisseau vivace de la famille des labiées, appelé la reine des labiées ou encore l'herbe sacrée, qui pousse en grandes touffes de 60 cm de dimensions dans tous les sens avec une tige à rameaux dressés et nombreux, velus et de section carrée. Les feuilles persistantes sont opposées, ovales, lancéolées, épaisses, finement dentées, veloutées et de couleur vert gris argenté. Les jolies fleurs caractéristiques avec leur corolle à 2 lèvres sont rassemblées en épis de couleur bleu-violet, parfois blanche ou rose. Elles donnent des fruits à akènes avec de nombreuses petites graines. Toute la plante dégage une forte odeur aromatique, balsamique. Sa saveur est chaude, piquante et légèrement amère. Il faut l'utiliser avec beaucoup de modération.



### 1133- Infusion de sauge

Avec 20 grammes de feuilles séchées pour un litre d'eau bouillante. Prendre de 2 à 3 tasses par jour comme stimulant et contre les états nerveux et dépressifs.



### 1134- Sirop de sauge

Avec 500 grammes de la plante entière, 2 litres d'eau et 1,5 kg de sucre. Plonger la plante dans l'eau bouillante et laisser infuser à couvert pendant 12 heures. Filtrer et exprimer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la



consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 1135- Vin de sauge

Avec 1 litre de bon vin rouge, 80 grammes de la plante entière et du sucre à volonté. Faire macérer la sauge dans le vin pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1136- VIN LÉGER DE SAUGE

Avec 60 grammes de feuilles de sauge, 1/2 litre de vin rosé, 1/2 litre d'eau et 100 grammes de sucre. Faire macérer pendant 24 heures la sauge dans le vin, filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais quelque temps avant de déguster.

### 1137- Apéritif à la sauge de Maurice

Avec 1 litre de bon vin blanc, 3 à 5

feuilles de sauge scolarée et du miel liquide. Il laisse macérer pendant une seule journée la sauge scolarée dans le vin blanc, puis il filtre pour ajouter un peu de miel liquide et bien mélanger pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais 2 à 3 mois, et ainsi obtenir un apéritif qui rappelle un vin blanc muscat du meilleur goût.

### 1138- Apéritif aux fleurs de sauge

Avec 1 litre de vin blanc, 100 fleurs de sauge et du miel liquide à volonté. Faire macérer pendant 15 jours les fleurs dans le vin, filtrer, ajouter du miel suivant votre goût, mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

### 1139- Vin chaud de sauge

Avec une bouteille de vin blanc moelleux, 2 cuillerées à soupe de feuilles sèches et des morceaux de sucre. Plonger les feuilles dans le vin pour faire cuire à petit feu. Au premier bouillon, arrêter le feu, couvrir et laisser infuser pendant 5 min. Filtrer et servir très chaud sur un morceau de sucre.



### 1140- Vin de sauge-romarin

Avec 20 grammes de feuilles de sauge et de romarin, 1 litre de vin rouge et 1 verre de miel liquide. Mélanger tous les ingrédients pour faire cuire au bain-Marie pendant 1/2 heure. Laisser reposer toute une journée puis filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1141- Eau de sauge à l'ancienne

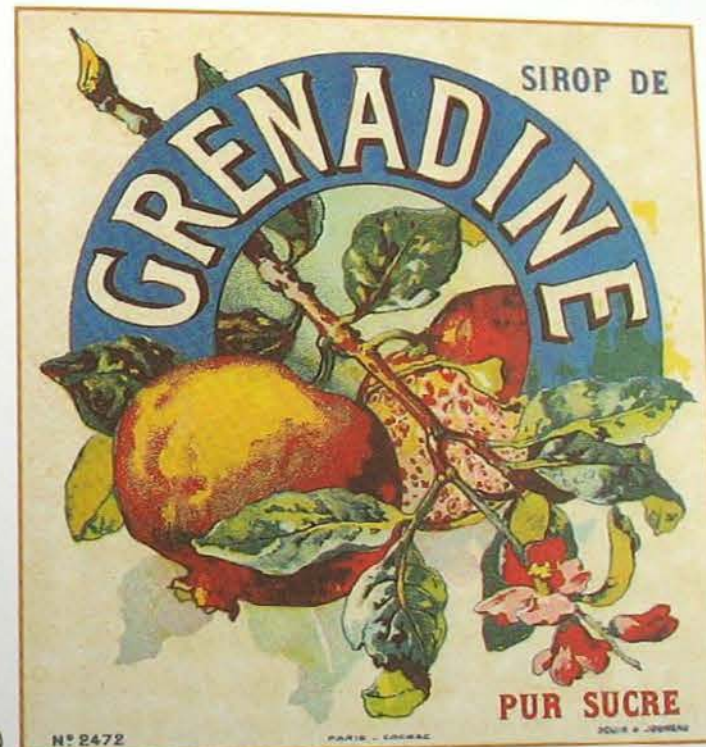
Avec 1 litre d'alcool à 90°, une bonne poignée de feuilles fraîches, 750 grammes de sucre et 3/4 de litre d'eau. Faire macérer les feuilles dans l'alcool pendant 1 mois. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/2 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour laisser reposer au frais pendant 2 à 3 mois.

### 1142- Liqueur de sauge à la semaine

Avec 1 litre d'eau de vie, 2 poignées de feuilles de sauge, 4 ou 5 feuilles de menthe et 125 grammes de sucre. On fait macérer les plantes dans l'eau de vie pendant une semaine dans un endroit chaud. Ajouter le sucre et laisser faire encore une semaine. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans quelques mois.

### 1143- Liqueur de Maurice

Avec 1 litre d'eau de vie, 100 à 120 fleurs de sauge et 100 à 200 grammes de sucre. Il tasse les fleurs dans un bocal, puis recouvre avec l'eau de vie pour laisser macérer pendant un mois. Il ajoute alors le sucre, plus ou moins suivant le goût de chacun, mélange bien pour continuer la macération encore un mois, puis il filtre pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant de déguster une liqueur colorée, parfumée et très demandée.



# 158. Serpolet



**C'**est une plante vivace de la famille des labiées qui pousse en formant une petite touffe assez clairsemée avec de nombreuses tiges rampantes, légèrement redressées au sommet. Les feuilles sont petites, ovales, étroites et enroulées sur le dessous, de couleur vert à vert foncé. Les petites fleurs, de couleur rose à rouge pourpre, sont rassemblées en épis au sommet de la tige. Toute la plante a une odeur aromatique agréable et une saveur légèrement amère.

## 1144- Infusion de serpolet

Avec de 10 à 20 grammes de sommités fleuries pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 2 à 3 tasses par jour contre la toux et la fatigue.

## 1145- Infusion composée

Avec 20 grammes du mélange : serpolet, menthe, thym et mélisse, pour un litre d'eau bouillante. Prendre plusieurs fois par jour dans les cas de problèmes respiratoires.



1146-  
gramm  
let da  
mes c  
infus  
Filtre  
coul  
rhur

**1146- Thé de serpolet-coquelicot**  
Faire bouillir pendant 10 minutes 30 grammes de la plante entière de serpolet dans 1 litre d'eau, ajouter 10 grammes de pétales de coquelicot et laisser infuser à couvert pendant 5 minutes. Filtrer pour obtenir un thé parfumé de couleur rouge, efficace contre le rhume, la toux et la coqueluche.

## 1147- Limonade de serpolet

Remplir une bouteille de sommités fleuries de serpolet et recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant 3 heures. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût. Bien mélanger et conserver au frais cette limonade originale et désaltérante.

## 1148- Sirop de serpolet

Avec 2 bonnes poignées de serpolet, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur le serpolet pour laisser infuser à couvert pendant toute une journée. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant plus de 30 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais. On peut stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

## 1149- APÉRITIF AU SERPOLET

Avec 30 grammes de sommités fleuries de serpolet, 1 litre de vin blanc sec et du miel liquide à volonté. Faire macérer la plante dans le vin blanc pendant 15 jours. Filtrer, ajouter du miel liquide suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 1150- Liqueur au serpolet

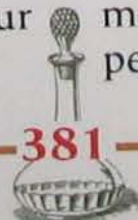
Avec 100 grammes de serpolet en fleurs, 1 litre d'eau de vie, 300 à 400 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer le serpolet dans l'eau de vie pendant 15 jours à 3 semaines. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais de deux à trois mois avant la dégustation.

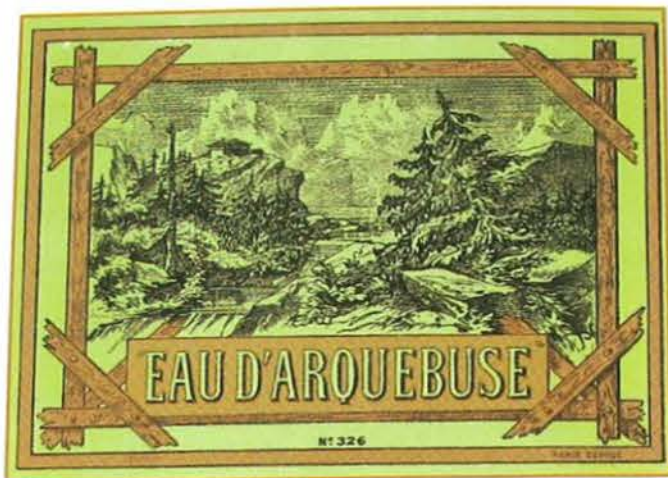
## 1151- Méli-mélo

C'est la même recette en utilisant un mélange de plantes aromatiques comme : thym, serpolet, hysope, sarriette, romarin... Laisser vieillir plusieurs mois pour obtenir une liqueur très parfumée.

## 1152- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de quelques sommités fleuries de serpolet. Ajouter un peu de thym et de sarriette, une pincée





de cannelle et recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour faire macérer pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes à ¼ d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour toujours laisser vieillir au frais deux à trois mois.

#### 1153- Liqueur provençale ou « parfait amour »

Avec 30 grammes de serpolet, 15 grammes de cannelle, 10 grammes de coriandre, de macis et de vanille, 1 litre d'eau de vie, 1 zeste de citron, 500 grammes de sucre et ½ litre d'eau. Faire macérer les plantes, épices et aromates dans l'eau de vie pendant une semaine. Filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour ranger au frais et consommer 6 mois plus tard si possible.



## 159. Sorbier

C'est un arbre de 15 à 20 mètres de hauteur qui possède un tronc régulier avec une écorce fissurée de couleur brun foncé. Les feuilles sont composées de folioles dentées de couleur vert pâle ou jaunâtre. Les fleurs sont rassemblées en grappes et donnent des fruits qui sont des baies : les sorbes, comme des petites pommes ou poires, de couleur brun, rouge et même rouge écarlate, à saveur amère qui s'adoucit avec le gel pour devenir presque agréable et acidulée.

#### 1154- Jus de sorbes

Remplir un large récipient de sorbes cueillies après les premières gelées. Recouvrir avec de l'eau bouillante et

laisser macérer pendant 3 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Ajouter du sucre suivant votre goût pour conserver au frais.



#### 1155- Sirop de sorbes

Avec 1 litre de jus pour 1,5 kg de sucre. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à ¼ d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant,

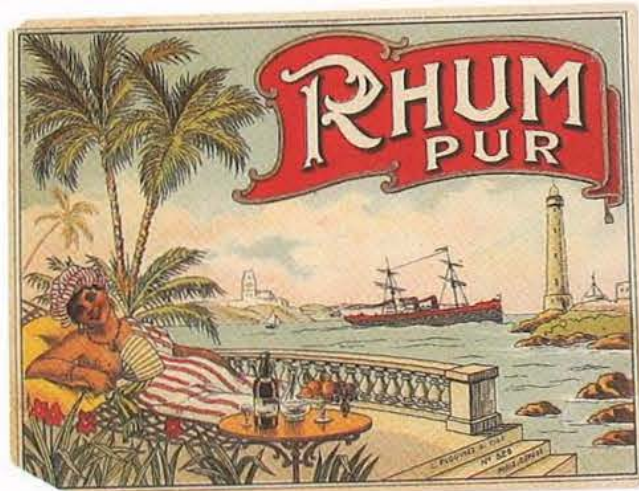
sinon reprendre la cuisson. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

#### 1156- Vin de sorbes

Avec 5 kg de sorbes saisies par le gel,







1 kg de sucre, 5 litres d'eau et 10 cm<sup>3</sup> de levure de bière. Écraser les baies, les recouvrir avec de l'eau bouillante et laisser macérer pendant 2 à 3 jours. Ajouter le reste de l'eau pour laisser fermenter pendant 10 jours. Filtrer, ajouter le sucre et la levure de bière et continuer la fermentation encore 10 jours. Soutirer et filtrer à nouveau pour mettre en bouteilles bien bouchées et conserver au frais.

#### 1157- Vin des Alpes

Avec des baies cueillies après les gelées, un litre de bon vin rouge, un petit verre d'eau de vie parfumée et du sucre à volonté. Remplir un bocal de baies et recouvrir avec le vin rouge pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge. Ajouter le sucre et l'eau de vie, mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir quelques mois avant de déguster très frais.



## 160. Sureau

**C**'est un arbrisseau qui se développe jusqu'à 5 ou 6 mètres de hauteur avec un tronc court et droit et de nombreux rameaux épais qui sont remplis de moelle. Les feuilles sont composées de folioles de forme ovale, lancéolées et dentées. Les petites fleurs blanches sont rassemblées en ombelles plates ou en grappes. Elles dégagent une odeur caractéristique qui peut donner la nausée. Les fruits sont de petites baies globuleuses et charnues, de couleur rouge en premier puis noire à maturité, au goût acide et sucré.

#### 1158- Infusion de fleurs

Avec 10 g de fleurs sèches de sureau pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 4 tasses par jour comme diurétique et contre les rhumatismes.

#### 1159- Décoction des baies

Faire bouillir pendant 10 à 15 minutes 100 g de baies de sureau noires dans un litre d'eau. Prendre 3 fois par jour comme laxatif et stimulant.

#### 1160- Décoction de l'écorce

Avec 20 g d'écorce pour un litre d'eau. Faire réduire de moitié. Prendre 3 fois par jour comme diurétique.

#### 1161- Limonade de fleurs

Remplir une bouteille de fleurs de sureau, ajouter 2 tranches de citron et un peu de sucre et recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil 1 à 2 heures. Filtrer et conserver au frais pour boire comme désaltérant avec de la glace. (On peut ajouter des aromates et des épices : genièvre, gingembre, muscade.)

#### 1162- Sirop de fleurs de sureau

Avec 500 g de fleurs, 2 litres d'eau, 2 citrons en rondelles et 2 kg de sucre. Faire bouillir les fleurs dans l'eau pendant 10 minutes. Couvrir et laisser infuser jusqu'à refroidissement complet. Filtrer, ajouter les citrons et le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Filtrer à



nouveau et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1163- Jus de baies de sureau

Remplir un large récipient de baies de sureau bien mûres, les recouvrir de 2 verres d'eau bouillante pour les faire éclater, laisser macérer pendant une heure, filtrer et bien exprimer tout le jus dans un linge propre. Pour 1 litre de jus, ajouter 100 g de sucre et le jus d'un citron et porter à ébullition. Au premier bouillon, retirer du feu, laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1164- Sirop de baies

Avec 1 kg de sucre par litre de jus, mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

### 1165- Sirop à l'ancienne

Avec 2 kg de miel pour 1 litre de jus. Mélanger, faire cuire et mettre en bouteilles pour toujours conserver au frais.

### 1166- Champagne de sureau

Avec 100 g de fleurs sèches, 400 g de vinaigre, 1,5 kg de sucre et 50 litres d'eau. Placer le sucre et les fleurs dans un sachet de mousseline pour le faire tremper dans l'eau et le vinaigre, le tout dans un tonneau. Laisser macérer une semaine, sortir le sachet, bien mélanger la macération et laisser reposer pendant 24 heures. Filtrer et mettre en bouteilles bien bouchées pour laisser faire au frais et boire une semaine après un vin pétillant comme du champagne.

### 1167- Vin de fleurs

Avec 1 kg d'ombelles de sureau en fleurs, 5 litres d'eau, 500 g de sucre, 1 verre de vinaigre et 1 zeste de citron. Faire macérer tous les ingrédients pendant 24 heures en remuant souvent. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1168- Vin de fleurs à l'ancienne

Avec 15 litres d'eau, 10 kg de fleurs et 5 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur les fleurs et laisser macérer pendant 24 heures. Filtrer et bien exprimer toute la macération. Ajouter le sucre, mélanger et laisser fermenter récipient fermé. Deux mois après, soutirer un vin clair pour mettre en bouteilles et toujours conserver au frais.



### 1169- APÉRITIF AUX FLEURS DE SUREAU

Placer une poignée de fleurs de sureau dans un bocal, recouvrir avec un litre de vin blanc sec et laisser macérer pendant toute une nuit. Filtrer, exprimer tout le jus de cette macération et ajouter un peu de sucre. Faire cuire à petit feu pendant 10 minutes. Laisser refroidir et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant de déguster un véritable vin muscat que l'on peut relever avec un verre d'eau de vie.

### 1170- Vin de baies de sureau

Avec 1 kg de baies bien mûres, 1 litre de bon vin rouge et 300 g de sucre. Écraser les baies dans un récipient et recouvrir avec le vin rouge pour laisser macérer pendant 24 heures dans un endroit frais. Le lendemain filtrer et bien exprimer pour récupérer tout le jus de cette macération. Ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes. Laisser refroidir et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1171- Vin de baies Marie-Laure

Avec 1 kg de baies, 5 litres d'eau et 2 kg de sucre. Écraser les baies, ajouter l'eau et faire bouillir pendant 5 minutes,

filtrer et bien exprimer tout le jus, ajouter le sucre. Mélanger et laisser fermenter pendant quelques jours, puis mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 1172- Liqueur de fleurs de sureau

Avec 70 g de fleurs, 1 litre de rhum, un peu de cannelle, badiane, coriandre, angélique, 1 zeste de citron et d'orange, 200 g de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer les plantes, épices et aromates dans le rhum pendant un mois, puis on filtre et on exprime toute la macération dans un linge pour ajouter le sucre mouillé avec l'eau. On mélange pour mettre en bouteilles et faire vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster.

### 1173- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de fleurs de sureau, ajouter un peu de cannelle et de gingembre. Recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser faire au frais et boire dans 2 à 3 mois une liqueur originale et parfumée.



## 161. Tanaisie

**P**lante vivace de la famille des composées qui pousse avec une tige ronde, striée et creuse, de couleur verte marquée de rouge. Les feuilles sont profondément découpées et dentées, de couleur vert foncé. Les fleurs qui ont la forme d'un joli bouton jaune d'or sont rassemblées en capitules au sommet de la tige pour donner de petites graines brunes. Toute la plante est aromatique avec une odeur forte et pénétrante. Sa saveur est amère.

### 1174- Infusion de sommités fleuries

Avec de 15 à 30 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre de 1 à 2 tasses par jour comme boisson tonique.

### 1175- Infusion de semences

Avec 5 grammes pour un litre d'eau bouillante. À prendre comme vermifuge.

### 1176- Limonade de tanaisie

On fait infuser en plein soleil quelques sommités fleuries de tanaisie dans un litre d'eau pendant une journée. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et conserver au frais pour boire l'été avec de la glace.

### 1177- Sirop de tanaisie

Avec par exemple 1 litre de limonade et 1 kg de sucre. Mélanger et faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

### 1178- Vin de tanaisie

Avec 1 litre de vin blanc sec, 30 g de la plante (feuilles et fleurs), 1 petit verre d'eau de vie parfumée et du sucre à volonté. Faire macérer la plante dans le vin blanc pendant 2 à 3 jours. Filtrer, ajouter l'eau de vie et du sucre suivant votre goût. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1179- Apéritif des 3 Frênes

Avec 50 grammes de fleurs, 1 litre de vin blanc muscat et du miel liquide. Faire macérer les fleurs dans le vin muscat pendant 4 jours. Filtrer, ajouter un peu de miel liquide si nécessaire. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour

GROG AMÉRICAIN



laisser vieillir au frais pendant quelques semaines avant de déguster un apéritif très parfumé.

### 1180- LIQUEUR DE TANAISIE

Avec 50 grammes de sommités fleuries, 1 litre d'eau de vie, 400 grammes de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer la plante dans l'eau de vie pendant 4 jours, puis on filtre pour ajouter le sucre mouillé avec l'eau. On mélange bien pour mettre en bouteilles et laisser vieillir 2 à 3 mois au frais avant la dégustation.

### 1181- Liqueur de montagne

Avec des sommités fleuries de tanaisie, d'achillée millefeuille et d'absinthe (10 grammes de chaque), 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les plantes dans l'alcool pendant toute une journée, filtrer, ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et déguster quelques mois après.

### 1182- Liqueur des moines

Avec 1 litre d'alcool à 90°, 5 g de tanaisie, 2 grammes des plantes sui-

vantes : angélique, anis, mélisse et menthe, une pincée de safran, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Laisser macérer les plantes dans l'alcool pendant toute une journée. Ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau pour laisser faire encore 2 jours. Filtrer et mettre en bouteilles pour un vieillissement au frais de plusieurs mois, ce qui donne une liqueur colorée, parfumée, digestive et tonique.



### 1183- Liqueur composée (Bénédictine?)

C'est toujours la même recette avec un mélange des plantes suivantes : absinthe, achillée millefeuilles, hysope, mélisse, menthe, angélique, génépi, fenouil, marjolaine, romarin, sarriette, thym, serpolet et, bien sûr, tanaisie, pour obtenir une boisson qui se rapproche du goût de la Bénédictine car sa recette est toujours tenue secrète.



390

## 162. Théier

**C**'est un arbuste toujours vert originaire de l'Asie, cultivé maintenant dans toutes les parties du monde, qui pousse avec de nombreux rameaux et des feuilles longues, ovales, dentées et luisantes, de couleur vert foncé. Les fleurs blanches poussent à l'extrémité des rameaux et donnent des petits fruits ronds et aplatis. On utilise les feuilles pour leurs parfums multiples et variés, que l'on fait sécher pour obtenir le thé vert, ou qu'on laisse macérer pour une légère torréfaction ensuite pour donner le thé noir.

### 1184- Décoction de feuilles (C'est le thé, la boisson.)

Dans une théière on place une petite cuillère de thé par tasse que l'on arrose avec un peu d'eau chaude frémissante. On couvre pour attendre une minute et verser le reste de l'eau toujours frémissante pour laisser infuser de 3 à 6 min suivant le goût de chacun (thé plus ou moins fort). Filtrer et servir très chaud sur un morceau de sucre par exemple.

### 1185- Thé au citron

Avec une tranche de citron dans le thé bouillant pour mettre en évidence sa saveur. On peut utiliser le thé à la bergamote, une espèce de citron sauvage.

### 1186- Thé au lait

Faire bouillir un bol de lait. Au premier bouillon ajouter une petite cuillerée de thé. Laisser infuser à couvert 2 à 3 minutes. Filtrer et servir très chaud un lait coloré et parfumé.

### 1187- Thé glacé

Faire infuser 6 à 7 cuillerées de thé dans 1 litre d'eau bouillante. Filtrer directement sur des glaçons. Ajouter un zeste de citron et d'orange, un peu de sucre et servir.

### 1188- Thé arabe

On fait infuser du thé très fort avec quelques feuilles de menthe verte. Verser brûlant sur plusieurs morceaux de sucre.



391

### 1189- Thé à la chinoise

C'est un thé léger que l'on parfume avec des fleurs de jasmin, de roses ou de sauge et que l'on sert nature, sans sucre pour apprécier le parfum.

### 1190- Thé à la japonaise

On verse l'eau bouillante sur du thé vert et on bat fortement avec un fouet ou une spatule pour obtenir une mousse que l'on va aspirer avec une paille. On dit que ce thé se déguste à petits coups dans le silence et la méditation.

### 1191- Vin de thé

Avec 5 l de thé, 2 kg de sucre, 500 g de raisins secs, le jus de 4 citrons et un peu de levure. Faire infuser 5 l de thé, ajouter le sucre et laisser refroidir. Compléter avec les raisins et le jus des citrons pour laisser faire toute une nuit. Le lendemain, filtrer, ajouter la levure, bien mélanger et laisser fermenter au tiède pendant 20 jours. Soutirer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1192- LIQUEUR DE THÉ

Avec 80 à 100 g de thé, 1 l d'eau de vie, 700 g de sucre, 1 bâton de cannelle et 1 verre d'eau. Faire infuser le thé dans le verre d'eau bouillante pendant 3 min. Filtrer, ajouter l'eau de vie, le sucre et la cannelle pour laisser macérer pendant

une semaine. Filtrer à nouveau, mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant de déguster.

### 1193- Ratafia de thé

Avec 250 g de thé, 1/2 l d'alcool à 90°, 1 l d'eau et 500 g de sucre. Faire infuser le thé dans 1/2 l d'eau bouillante. Filtrer, ajouter l'alcool pour laisser macérer pendant 15 jours. Préparer un sirop avec le sucre et le 1/2 l d'eau restant que l'on mélange à la macération pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais.

### 1194- Punch au thé

Avec 50 g de thé, 1 citron, 1/2 l de rhum, 500 g de sucre et 1 l d'eau. Verser l'eau bouillante sur le thé pour une infusion de 5 minutes. Filtrer, ajouter le sucre, mélanger pour verser sur le citron en rondelles, ajouter le rhum, doucement pour qu'il reste à la surface, enflammer le rhum et laisser brûler sans remuer, puis mélanger et servir très chaud.

### 1195- Punch de la Jamaïque

Avec 500 g d'infusion de thé, 500 g de rhum, 300 g de sucre et 1 citron, couper le citron en rondelles, recouvrir de sucre, verser le thé bouillant, puis le rhum que l'on enflamme aussitôt. Servir très chaud.



## 163. Thym

**C**'est une plante vivace de la grande famille des labiées qui pousse en touffes de 10 à 30 cm de hauteur avec des tiges ligneuses et rameuses. Les feuilles persistantes sont petites, lancéolées, à bord roulé sur le dessous, légèrement cotonneuses et de couleur vert grisâtre. Les petites fleurs, de couleur rose à rose lilas, sont rassemblées en grappes à l'aisselle des feuilles. Toute la plante a une odeur aromatique agréable et une saveur caractéristique, amère et chaude



### 1198- Limonade de thym

Remplir une bouteille de rameaux de thym en fleurs, recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant 3 à 4 heures. Filtrer, ajouter un peu de sucre suivant votre goût. Bien mélanger et conserver au frais.

### 1199- Sirop de thym

Avec 2 grosses poignées de thym, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur le thym pour laisser infuser à couvert pendant toute une journée. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 20 à 30 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

### 1200- Apéritif au thym

Avec 40 grammes de thym, 1 litre de vin blanc sec et du miel liquide à volon-

### 1196- Infusion de thym

Avec 15 grammes de thym en fleurs pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 3 à 4 tasses par jour contre les affections bronchiques et digestives.

### 1197- Infusion composée

Avec un mélange de thym, menthe et mélisse, 20 grammes pour un litre d'eau bouillante. Prendre deux tasses par jour dans les cas d'indigestion et de flatulences.



té, faire macérer le thym dans le vin blanc pendant 10 à 15 jours, filtrer, ajouter du miel suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais de 2 à 3 mois avant de déguster.

### 1201- LIQUEUR DE THYM

Avec 100 grammes de thym, 1 litre d'eau de vie, 400 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer le thym dans l'eau de vie pendant 15 jours, filtrer et ajouter le sucre mouillé avec l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

### 1202- Liqueur de labiées

C'est la même recette en faisant macérer dans l'eau de vie un mélange des plantes aromatiques suivantes : thym, serpolet, hysope, romarin, sarriette, sauge, menthe, mélisse, origan, marjolaine... Laisser vieillir de 4 à 5 mois pour obtenir une liqueur colorée, parfumée et toujours appréciée.

### 1203- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de sommités fleuries de thym. Recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer et ajouter un sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure, bien mélanger et mettre en bouteilles pour encore faire vieillir au frais avant de déguster.

### 1204- Liqueur provençale : Farigoule

Avec 30 grammes de thym, 15 grammes de cannelle, 10 grammes de coriandre, de macis et de vanille, 1 zeste de citron, 1 litre d'eau de vie, 500 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Faire macérer le thym, le zeste et les épices dans l'eau de vie pendant une semaine, filtrer et ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais environ six mois avant de consommer.



MODÈLE DÉPOSÉ EXCLUSIF À L'IMP. ÉDITEUR

**GOULDRON**  
LIQUEUR HYGIÉNIQUE

N° 433  
DEPOSÉE

PICHOT, PARIS COGNAC

# 164. Tilleul

**A**rbre à port élevé de plus de 15 mètres de hauteur avec une tête ovale ou arrondie et touffue, qui pousse avec des feuilles légèrement rondes, en forme de cœur à la base, pointues au sommet et dentées. Les petites fleurs de couleur jaune clair ou blanche, toujours très parfumées poussent par paquets de 3 à 10 sur un pédoncule commun pourvu d'une longue bractée en forme de languette. Elles donnent des petits fruits globuleux. On utilise les fleurs qu'il faut récolter au moment précis de la floraison qui ne dure que 2 ou 3 jours.

## 1205- Infusion de fleurs

Avec 20 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Prendre 3 tasses par jour contre l'insomnie et la toux.

## 1206- Infusion composée

Avec un mélange des plantes suivantes : tilleul, aubépine, mélisse, serpolet et passiflore, 20 grammes du mélange pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser pendant 10 minutes, sucrer au miel et prendre 3 à 4 tasses par jour pour faciliter le sommeil.

## 1207 - LIMONADE DE TILLEUL

Remplir une bouteille de fleurs de tilleul bien parfumées. Recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil une journée. Filtrer et ajouter un peu de sucre suivant votre goût pour conserver au frais et utiliser en boisson désaltérante.

## 1208- Sirop de fleurs de tilleul

Avec 100 grammes de fleurs, 1 litre d'eau et 1,8 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur les fleurs pour laisser infuser pendant une heure. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

## 1209- Liqueur de tilleul

Avec une poignée de fleurs de tilleul, 1 litre d'eau de vie, 300 à 400 grammes de sucre et 2 verres d'eau. On fait



396

macérer les fleurs dans l'eau de vie pendant 20 jours, puis on filtre pour ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes. Après avoir bien mélangé, on met en bouteilles pour faire vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

## 1210- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de fleurs de tilleul bien fraîches, ajouter une pincée de cannelle et recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre 1 kg de sucre dans 1 litre d'eau. Mélanger, mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais plusieurs mois pour déguster ensuite une liqueur discrète et parfumée.



397

# 165. Tormentille

**P**lante vivace à souche épaisse, courte et ronde, recouverte d'une écorce de couleur brun foncé et rougeâtre à l'intérieur. Les nombreuses tiges sont dressées et ramifiées et portent des feuilles à 3 ou 5 folioles ovales, allongées et dentées. Les petites fleurs de couleur jaune vif poussent solitaires au sommet de la tige pour donner des fruits à akènes. La racine a une saveur aromatique.

## 1211- Décoction de la racine

Avec de 30 à 60 grammes de la racine concassée. Faire bouillir 10 minutes dans 1 litre d'eau. Prendre de 2 à 3 tasses par jour dans les cas de bronchite et d'asthme.

## 1212- Vin de la racine

Avec 70 grammes de la racine concassée, 1 litre de bon vin rouge et du sucre à volonté. Faire macérer la racine dans le vin rouge pendant une semaine. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 1213- Apéritif à la tormentille

Avec 50 grammes de la racine, 2 grammes de cannelle, un litre de vin rouge, un petit verre d'eau de vie et du miel liquide. Faire macérer la racine et la cannelle dans le vin pendant 10 jours. Filtrer, ajouter l'eau de vie et du miel liquide. Bien mélanger pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais pendant 2 à 3 mois avant de déguster.

## 1214- Liqueur de tormentille

Avec une poignée de la racine écrasée, 1 litre d'eau de vie, 300 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Laisser macérer la racine dans l'eau de vie pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec les 2 verres d'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais pendant quelques mois avant la dégustation.

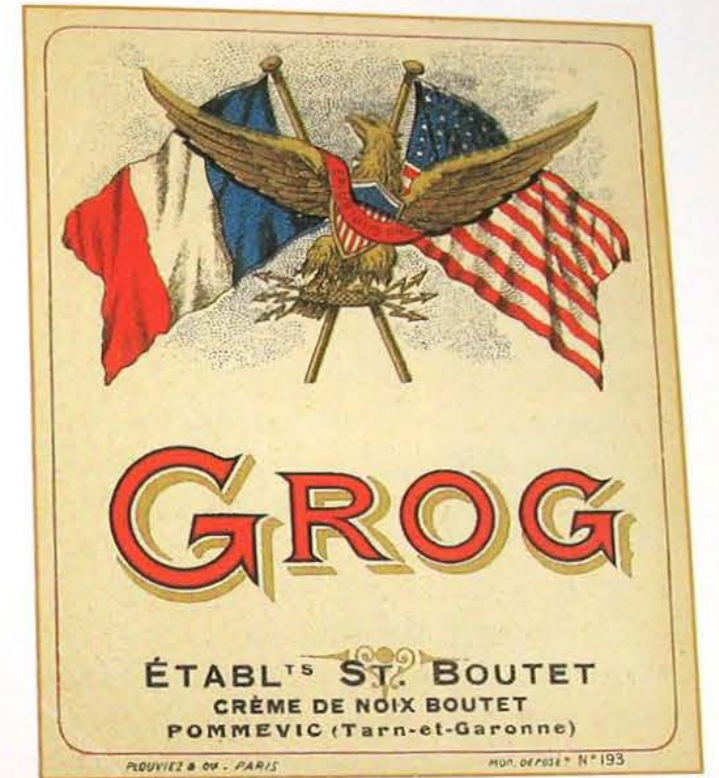
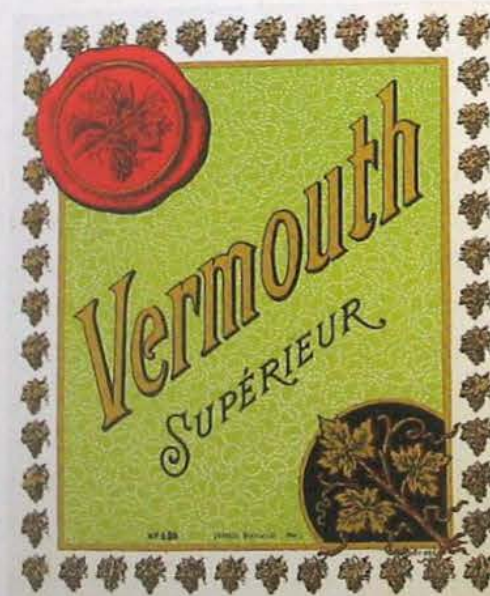
## 1215- Liqueur de Vaudenac

Remplir un bocal de racine de tormentille concassée, ajouter un peu de cannelle et 2 clous de girofle pour

recouvrir avec 1 litre d'alcool à 90° et laisser macérer pendant 10 jours. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu 1 kg de sucre dans un litre d'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster une liqueur originale et parfumée.

## 1216- Apéritif à la demande

Il suffit d'ajouter un verre de cette liqueur à une bonne bouteille de vin blanc, avec un peu de sucre si nécessaire, de bien mélanger, pour obtenir un vin apéritif à servir très frais.





# 166. Tussilage

**P**lante rampante à rhizome qui se développe dans le sol à une profondeur de plus d'un mètre pour donner des pousses qui sont les rampes florales épaisses et écailleuses avec de magnifiques fleurs, capitules de couleur jaune d'or qui rappellent un peu la fleur du pissenlit. C'est quand la tige et la fleur disparaissent que vont pousser les feuilles, grandes et arrondies, rassemblées en rosette de couleur verte sur le dessus et blanchâtre dessous. On utilise surtout les fleurs comme celles du pissenlit.

## 1217- Infusion de fleurs

Avec de 20 à 30 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes et prendre 3 à 4 tasses par jour, sucrer au miel. Contre la grippe, l'asthme et la bronchite.

## 1218 Infusion panachée

Avec en mélange des fleurs de tussilage avec des feuilles d'anis ou de menthe pour adoucir l'infusion.

## 1219- Décoction de la plante

Avec de 50 à 60 grammes de la plante (racine, feuilles). À faire bouillir pendant 10 à 15 minutes dans un litre d'eau. Utiliser comme sudorifique et résolutif.

## 1220- Limonade de fleurs

Remplir une bouteille de fleurs de tussilage, ajouter 2 tranches de citron et d'orange et un peu de sucre, recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant toute une journée. Filtrer et mettre en bouteilles pour boire très frais.

## 1221- Sirop de fleurs de tussilage

Avec 250 grammes de fleurs, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Plonger les fleurs dans l'eau bouillante pour laisser infuser à couvert pendant toute une nuit. Le lendemain, filtrer et ajouter le sucre pour faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au



frais ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

## 1222- Sirop de campagne

C'est la même méthode en utilisant le mélange des plantes sèches suivantes : tussilage 20 grammes, hysope, plantain et mauve, 10 grammes, et coquelicot 5 grammes.

## 1223- Vin de tussilage

Avec 100 grammes de fleurs, un litre de vin blanc, un petit verre d'alcool et du miel liquide. Faire macérer les fleurs dans le vin blanc pendant une semaine. Filtrer ajouter l'alcool et du miel liquide, plus ou moins suivant votre goût. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire dans deux à trois mois.

## 1224- Champagne de tussilage

Avec 250 grammes de fleurs, 2 citrons, 2 oranges, une cuillerée à soupe de gingembre, 1 kg de sucre et un sachet de levure pour 4 litres d'eau. Faire cuire pendant une heure les fleurs, le jus des citrons et oranges, le gingembre dans l'eau. Filtrer, ajouter le sucre et la levure. Bien mélanger et laisser fermenter pendant une semaine, puis mettre en bouteilles bien bouchées



pour laisser reposer au frais encore une semaine, avant de commencer à boire une boisson pétillante et parfumée.

## 1225- Liqueur de tussilage

Avec 100 grammes de fleurs, 1 litre d'eau de vie, un zeste d'orange amère, une pincée de gingembre en poudre, 500 grammes de sucre et 2 verres d'eau. Faire macérer dans l'eau de vie pendant une semaine les fleurs, le zeste et le gingembre. Filtrer, ajouter le sucre mouillé avec l'eau, bien mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais de deux à trois mois avant la dégustation.



# 167. Vanillier



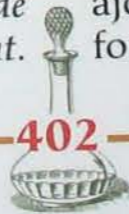
Les petites fleurs vert pâle poussent en grappes pour donner un fruit qui est une gousse, la **vanille**, comme une capsule allongée et charnue, de 10 cm de long, qui contient une pulpe aromatique et des petites graines. Sa couleur est verte puis jaune pour devenir brune à maturité et dégager tout son parfum après la cueillette, pendant le séchage.

## 1217- APÉRITIF À LA VANILLE

Avec 15 grammes de vanille, 8 grammes de cannelle, 4 grammes de clous de girofle, 2 litres de vin blanc sec et de 60 à 100 grammes de sucre. Faire macérer la vanille, la cannelle et les clous de girofle dans le vin blanc pendant 15 jours. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût, bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

## 1218- Liqueur à la vanille

Avec 10 grammes de vanille, un litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer la vanille dans l'alcool pendant une semaine. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau



**P**lante grimpante de la famille des orchidées qui se présente sous la forme d'une liane géante de 100 mètres de longueur parfois et qui, comme le lierre, s'accroche aux plantes avec ses racines aériennes. Les feuilles épaisses et de forme allongée sont de couleur vert brillant.

pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais 2 à 3 mois avant la dégustation.

## 1219- Crème de vanille

Avec 5 gousses de vanille, 1 litre d'alcool à 90°, 2 kg de sucre et 1 litre d'eau. Préparer un sirop en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau. Porter à ébullition pour verser sur la vanille découpée en morceaux. Laisser refroidir, ajouter alors l'alcool. Bien mélanger pour laisser macérer pendant une semaine. Filtrer et mettre en bouteilles pour toujours faire vieillir quelques mois avant la dégustation.

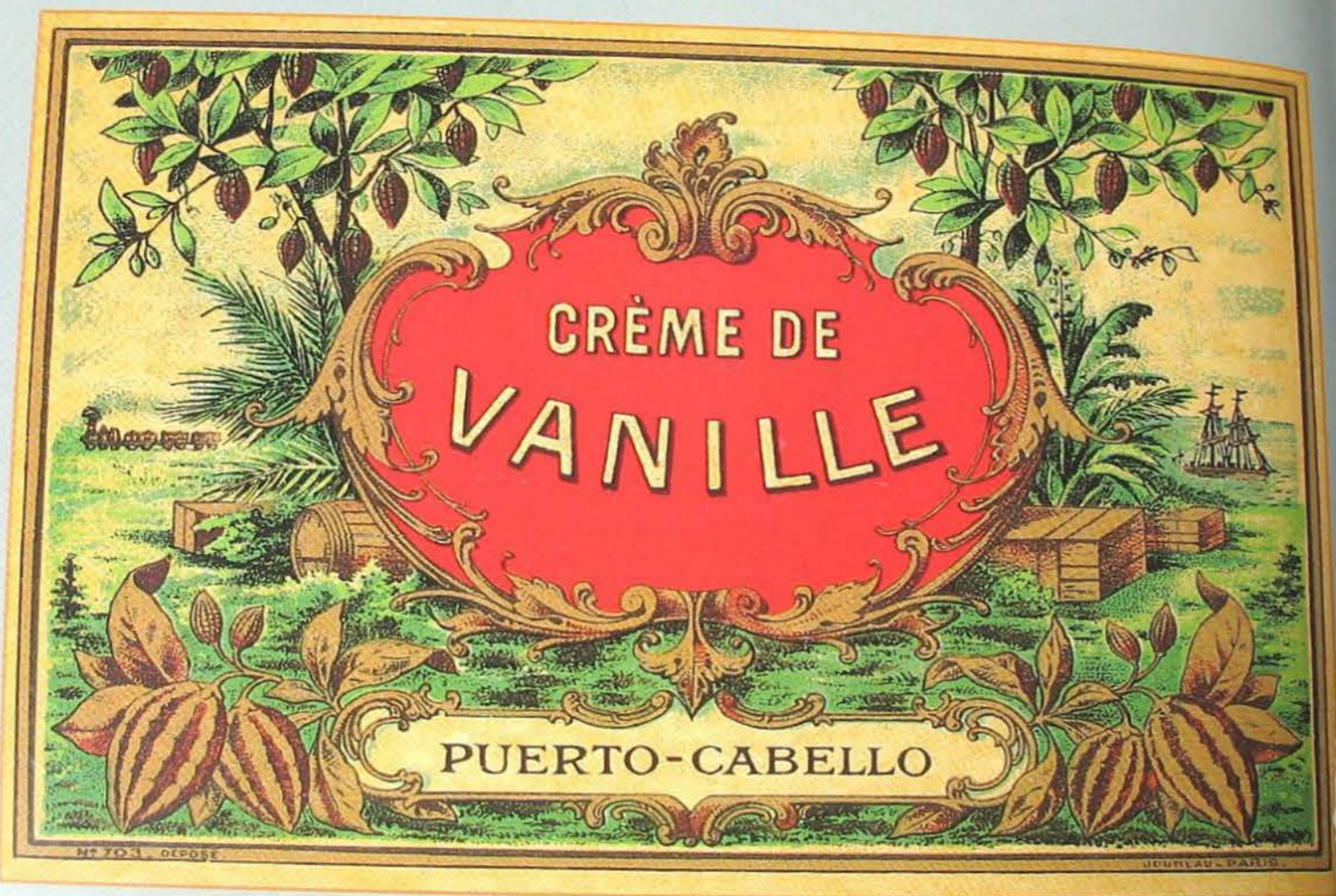
## 1220- Liqueur des îles

Avec 3 gousses de vanille, 1/2 litre de rhum, 450 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Fendre les gousses en deux, les casser en morceaux pour les faire macérer dans le rhum pendant une semaine. Filtrer, ajouter un sirop épais obtenu en faisant fondre le sucre dans l'eau, à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Bien mélanger et toujours mettre en bouteilles pour garder au frais plusieurs mois avant de consommer.

## 1221- Liqueur de Jane

Avec 3 gousses de vanille, un litre d'alcool à 90°, quelques gouttes d'essence de rose, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Elle écrase la vanille qu'elle arrose de 4 ou 5 gouttes d'essence, puis avec l'alcool pour faire macérer pendant un mois. Ensuite elle filtre et ajoute le sirop de sucre assez épais, mélange bien et met en bouteilles pour ranger à la cave, au frais, et ne consommer que dans trois à quatre mois.





## 168. Verveine

**L**a verveine odorante ou citronnelle est un sous-arbrisseau vivace qui craint le gel et qui pousse en touffes de plus de un mètre de hauteur avec une tige dressée, droite et légèrement rameuse, de couleur verte puis rougeâtre en vieillissant. Les feuilles longues et pointues, possèdent une nervure centrale épaisse. Elles dégagent un parfum citronné avec une saveur piquante et aromatique. Les petites fleurs blanches et roses poussent en grappes au sommet de la tige et donnent des graines petites et effilées.

### 1222- Infusion de feuilles

Avec de 30 à 50 grammes de feuilles pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 2 à 3 tasses par jour contre la fatigue.

### 1223- Limonade de verveine

Remplir une bouteille de feuilles de verveine et recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant toute une journée. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et conserver au frais pour boire dans les jours qui suivent.

### 1224- Sirop de verveine

Avec 100 grammes de feuilles, 1 litre d'eau et 1 kg de sucre. Plonger les feuilles dans l'eau bouillante et laisser infuser à couvert pendant quelques heures. Filtrer, ajouter le sucre et faire cuire à petit feu pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais, ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.

### 1225- LIQUEUR DE VERVEINE

Avec 50 grammes de feuilles, 1 litre d'eau de vie, 750 g de sucre et 2 verres d'eau. On fait macérer les feuilles dans l'eau de vie pendant 2 mois, puis on filtre pour ajouter le sirop épais obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre mouillé avec l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais pendant plusieurs mois.



**SERRES**

**VINUX**  
**APÉRITIF**  
**QUINQUINA**

DES FAMILLES

A BASE DE VIN  AU SUC DE NOIX

**VINUX, le quinquina des Familles** (vin et noix) est préparé à base de vins liquoreux Composé de noix vertes et de plantes aromatiques, de quinquina, de cacao, d'écorces d'oranges amères, de gentiane des Pyrénées et d'autres plantes apéritives, **VINUX** constitue donc un apéritif qui se prend quelques instants avant le repas.

**BENOIT SERRES, DISTILLATEUR**  
Chevalier de la Légion d'Honneur, Hors-Concours, Membre du Jury  
PRÉPARATEUR DES MARQUES EAU DE NOIX SERRES ET NUXY  
MAISON A VALENCE-D'AGEN (FRANCE).  
IMP. COUPEAUD, BARRIÈRE S TAVERNE - BORDS

### 1226- Liqueur de Laurent

Avec 1 litre d'eau de vie, 40 à 50 grammes de feuilles, une gousse de vanille, 500 grammes de sucre et 1 verre d'eau. Il fait macérer la verveine et la vanille dans l'eau de vie pendant 15 jours, puis il filtre pour ajouter le sucre mouillé avec le verre d'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais deux à trois mois avant de déguster.

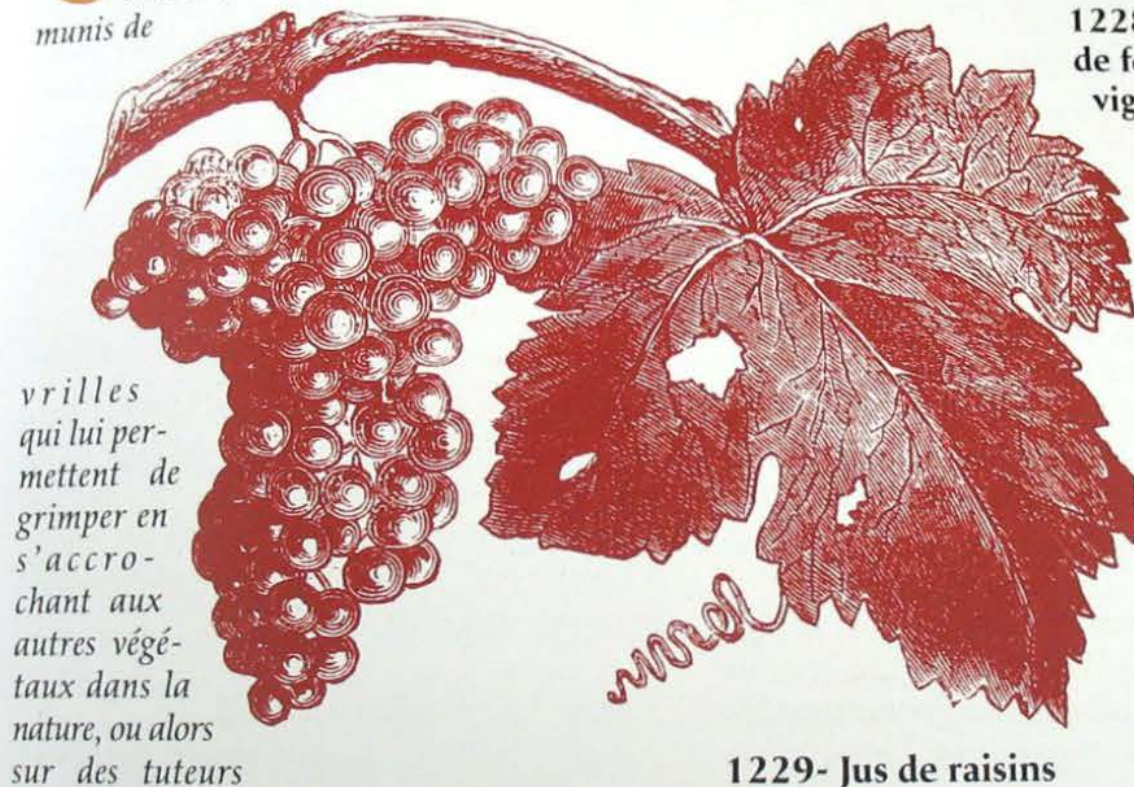
### 1227- Liqueur d'Olivier

Avec 1 litre d'alcool à 90°, 80 grammes de feuilles, une gousse de vanille, 750 grammes de sucre et 1/2 litre d'eau. Après macération de la verveine et de la vanille dans l'alcool pendant une semaine, il filtre pour ajouter le sirop épais obtenu avec le sucre et l'eau. Il mélange bien pour mettre en bouteilles et faire vieillir au frais plusieurs mois avant la dégustation.

## 169. Vigne

**C'**est un arbrisseau qui possède de nombreux rameaux sarmenteux, longs et noueux, munis de

sucrées, les raisins, qui permettent d'obtenir après fermentation le vin.



vrilles qui lui permettent de grimper en s'accrochant aux autres végétaux dans la nature, ou alors sur des tuteurs

ou des fils en culture. Les feuilles sont découpées en 3 à 5 lobes, dentées et de couleur vert tendre à foncé. Les nombreuses fleurs poussent en grappes et donnent des fruits qui sont des baies globuleuses, juteuses et

### 1228- Décoction de feuilles de vigne

Avec de 50 à 60 g de feuilles à faire bouillir pendant 10 minutes dans un litre d'eau. Prendre plusieurs fois par jour comme diurétique.

### 1229- Jus de raisins

Presser des raisins bien mûrs dans un linge propre pour exprimer tout le jus. Pour un litre de jus, ajouter 60 g de sucre, mélanger et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire dans les



jours qui suivent, ou alors stériliser pendant 1/2 heure pour une plus longue conservation.

### 1230- Vin paillé

On laisse vieillir du raisin très mûr sur de la paille pour le rendre plus sucré et parfumé, puis on écrase ce raisin pour laisser fermenter le jus à l'air libre. Un mois après environ, on filtre pour mettre en bouteilles et conserver au frais.

### 1231- Vin cuit

Avec 10 litres de jus de raisins et un litre d'eau de vie. Chauffer le vin à petit feu pour le faire réduire doucement tout en écumant et l'amener à 2/3 de son volume. Laisser refroidir et mettre en bouteilles de 6 à 7 litres de vin relevé chaque fois par un verre d'eau de vie. Conserver au frais.

### 1232- Vin de feuilles de vigne

Avec 15 litres d'eau, 15 kg de jeunes pousses et de feuilles de vigne mélangées et 5 kg de sucre. Verser l'eau bouillante sur la plante et laisser macérer pendant 24 heures. Filtrer et bien exprimer tout le jus. Ajouter le sucre, mélanger et laisser fermenter plusieurs jours, puis boucher le récipient et attendre 2 mois

pour obtenir un vin clair que l'on soutire pour mettre en bouteilles que l'on conserve au frais.

### 1233- Vin de raisins secs

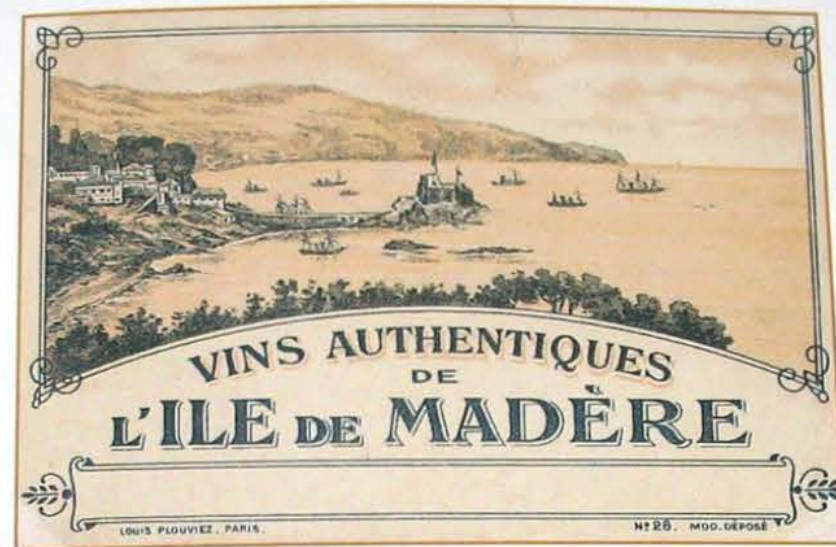
Avec 20 litres d'eau, 10 kg de raisins secs, 3 kg de sucre, 300 g de tartrate de potassium et 15 g de levure de bière. Verser l'eau bouillante sur le mélange raisins et sucre et laisser macérer pendant 12 à 15 jours en remuant souvent. Filtrer et exprimer tout le jus. Ajouter le tartrate de potassium et la levure pour laisser fermenter pendant plusieurs jours. Soutirer et mettre en bouteilles pour conserver au frais.

### 1234- VIN CHAUD

Avec un litre de bon vin rouge, 10 g de cannelle, 5 clous de girofle, une gousse de vanille et du sucre à volonté. Mélanger tous les ingrédients et porter à ébullition. Au premier bouillon, filtrer et servir aussitôt.

### 1235- Vin d'évêque chaud

Faire bouillir du vin rouge avec une poignée de bourgeons de cassis. Le verser sur un mélange de tranches de citron et d'oranges amères sucrées plus ou moins suivant votre goût. Filtrer et servir très chaud.



### 1236- Vin des dieux

Avec 2 litres de bon vin rouge, 500 g de sucre, 4 citrons, 4 pommes reinettes, 8 clous de girofle et un peu d'eau de fleur d'oranger. Éplucher et couper en morceaux les citrons et les pommes, ajouter tous les autres ingrédients pour laisser macérer pendant une semaine en remuant tous les jours. Filtrer et bien exprimer tout le vin pour mettre en bouteilles et faire vieillir au frais quelques mois avant de déguster.

### 1237 -Apéritif Alicante

Avec 5 litres de bon vin rouge, 1/2 litre d'alcool à 90°, 1/2 litre de jus de

raisins, 30 g de liqueur de brou de noix, 20 g de cannelle et du sucre à volonté. On fait macérer tous les ingrédients pendant 5 jours, puis on filtre pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster.

### 1238- Vin de Malaga

Avec 2 litres de vin blanc, 2 verres de cognac, un verre de liqueur de cassis, 100 g de raisins secs, 100 g de miel, 20 g de caramel liquide, 4 g de fleurs de houblon et 2 g de fleurs de sureau sèches. Faire macérer dans le cognac le vin, les raisins, le miel, le caramel, les fleurs de houblon et de sureau pendant



une semaine. Filtrer, ajouter la liqueur de cassis et laisser faire encore une semaine. Mettre en bouteilles et conserver au frais.

#### 1239- Vin de Malaga, de Jane

Avec 5 litres de bon vin rouge, 1/2 litre d'alcool, 1 kg de raisins écrasés, 100 g de sucre et une poignée de fleurs de sureau. Faire macérer tous les ingrédients pendant 10 jours. Filtrer, corriger le sucre si nécessaire et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

#### 1240- Le Maquevin

Avec 3 litres de jus de raisins, 1/2 litre d'eau de vie, 100 g de sucre et 2 g de macis. Cuire le jus de raisins pendant 10 minutes. Laisser refroidir et ajouter le reste. Bien mélanger pour laisser macérer pendant une semaine. Filtrer, mettre en bouteilles et toujours laisser vieillir au frais.

#### 1241- Liqueur de raisins

Avec 500 g de raisins muscat, 1 litre d'eau de vie, 1/2 de litre de sirop de sucre de canne et une gousse de vanille. Piquer les raisins avec une aiguille, ajouter la vanille, le sirop et l'eau de vie pour laisser macérer pendant

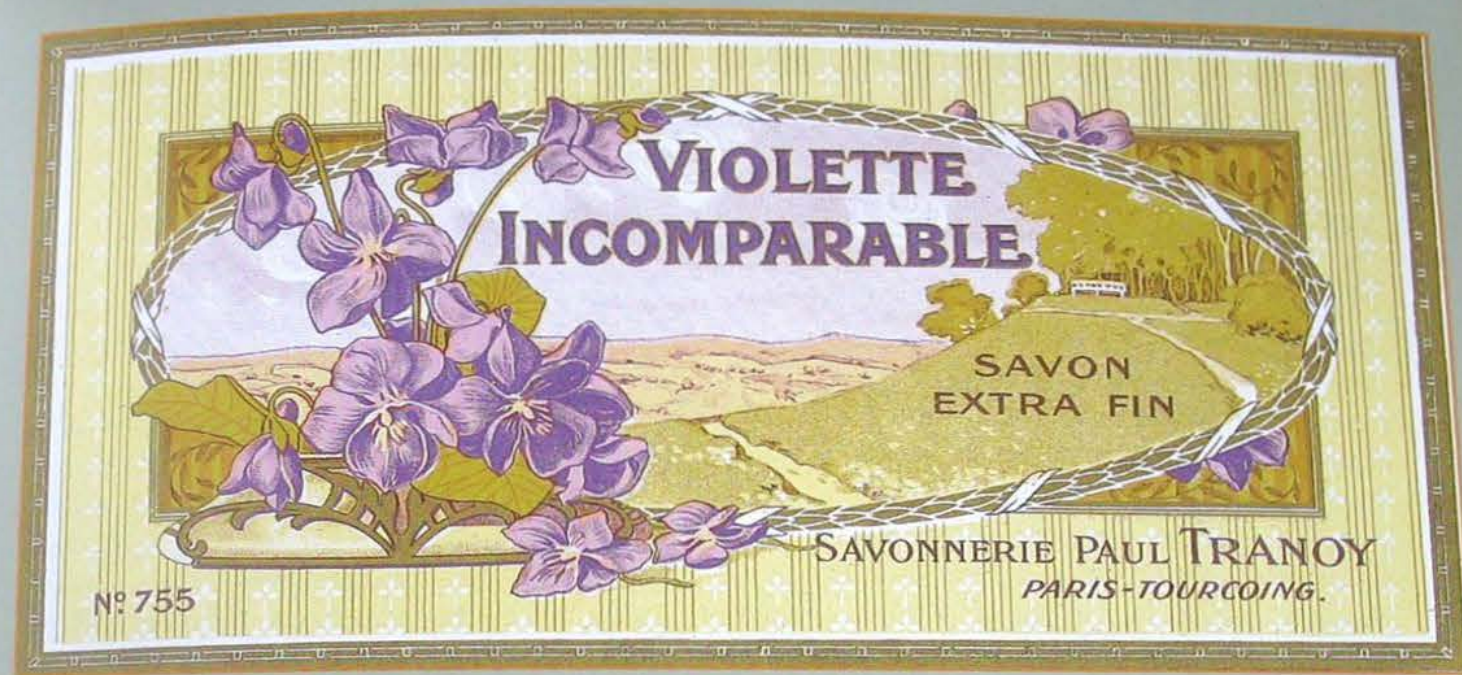
6 semaines. Filtrer et mettre en bouteilles pour conserver au frais et boire dans deux à trois mois.

#### 1242- Ratafia de raisins

Avec 1 kg de raisins muscat, 1 litre d'eau de vie, 1 kg de sucre et 2 verres d'eau. Écraser les raisins, recouvrir avec l'eau de vie pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer et bien exprimer tout le jus de la macération dans un linge. Ajouter le sucre mouillé avec l'eau, mélanger et mettre en bouteilles pour faire vieillir au frais de 2 à 3 mois avant la consommation.

#### 1243- Ratafia de Vaudenac

Avec 5 kg de raisins, 1 litre d'alcool à 90°, 2 g de cannelle, girofle et coriandre, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Écraser les raisins et faire cuire à petit feu tout en remuant. Laisser refroidir, filtrer et exprimer tout le jus. Ajouter l'alcool et les épices pour laisser macérer pendant un mois. Filtrer une deuxième fois pour ajouter le sirop obtenu avec le sucre et l'eau. Bien mélanger et mettre en bouteilles et conserver au frais quelques mois avant la dégustation.



# 170. Violette

**P**etite plante vivace qui pousse en touffes de quelques centimètres de hauteur avec de longs rejets qui donnent naissance à des stolons qui s'enracinent à partir des différents nœuds pour donner de nouvelles plantes. Les feuilles rassemblées en rosette sont ovales, en forme de cœur à la base, pétiolées et dentées. Les jolies fleurs n'ont pas de tige mais de longs pédoncules. Elles sont en général de couleur violette en passant par le bleu pourpre, le blanc et les couleurs intermédiaires. Son parfum est renommé, puissant, doux et suave

## 1244- Infusion de fleurs

Avec 15 grammes de fleurs pour un litre d'eau bouillante. Laisser infuser 10 minutes. Prendre 4 tasses par jour contre les affections des voies respiratoires.

## 1245- Infusion panachée

Avec en mélange des fleurs de : violette, mauve, bouillon blanc coquelicot et tussilage. Propriétés adoucissantes, pectorales et calmantes.

## 1246- Décoction de la racine

Faire bouillir pendant 10 minutes 50 g de la racine concassée dans un litre d'eau. Laisser réduire de moitié et prendre comme purgatif et vomitif.

## 1247- Limonade de fleurs

Remplir une bouteille de fleurs de violette et recouvrir avec une bonne eau de source pour laisser infuser en plein soleil pendant 24 heures. Filtrer, ajouter du sucre suivant votre goût et conserver au frais.

## 1248- SIROP DE VIOLETTES

Avec 100 grammes de fleurs, 1 litre d'eau et 2 kg de sucre. Plonger les fleurs dans l'eau bouillante et laisser infuser à couvert toute la nuit. Le lendemain, filtrer, ajouter le sucre, bien mélanger et faire cuire à petit feu pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Vérifier la consistance du sirop qui doit attacher sur le bord du récipient en se refroidissant. Mettre en bouteilles et conserver au frais ou alors stériliser pendant 20 minutes pour une plus longue conservation.



412

## 1249- Vin de violettes

Remplir un bocal de fleurs de violettes, ajouter un peu de miel liquide, un petit verre d'eau de vie parfumée ou de cognac et recouvrir avec un litre de bon vin pour laisser macérer pendant 15 jours. Filtrer, mettre en bouteilles et conserver au frais pour boire dans deux à trois mois.

## 1250- Vin des sorciers

Avec un litre de bon vin rouge, une poignée de fleurs de violettes fraîches, une poignée de fleurs de pervenches et une poignée de feuilles, 20 grammes d'angélique et 2 cuillerées à soupe de miel liquide. Faire macérer les plantes et les fleurs dans le vin rouge pendant 15 jours. Filtrer, ajouter le miel liquide, bien mélanger pour mettre en bouteilles et laisser vieillir au frais quelques mois avant la dégustation.

## 1251- Liqueur de violettes

Avec 100 grammes de fleurs, 1 litre d'alcool à 90°, 1 kg de sucre et 1 litre d'eau. Faire macérer les fleurs dans l'alcool pendant 15 jours à 3 semaines. Filtrer et ajouter le sirop obtenu en faisant fondre à petit feu le sucre dans l'eau pendant 10 minutes à 1/4 d'heure. Bien mélanger et mettre en bouteilles

pour laisser vieillir au frais de 2 à 3 mois avant de déguster.

## 1252- Millefleurs

Avec un mélange des fleurs suivantes : violettes, verveine, roses, jasmin, giroflée, pissenlit, coquelicot, acacia, tussilage... On place dans un grand bocal les couches de fleurs au fur et à mesure de leur récolte en les alternant avec une couche de sucre en poudre et en tenant le bocal toujours bien fermé. À la fin, on recouvre le tout avec un bon alcool pour laisser macérer pendant toute une semaine, puis on filtre pour mettre en bouteilles et faire vieillir au frais plusieurs mois avant de déguster une liqueur colorée, parfumée et toujours très appréciée.



413

LE CAÏMAN

APÉRITIF  
DES AVIATEURS  
ET DES PÊCHEURS

LE SEUL  
Qui ne casse pas l'Appétit

FICHOT DÉPÔSE PARIS-COGNAC.

CAP CORSE  
*Spiritif*

CAPTIF

LAHEYNSON Y MIRA  
NÉGOCIANTS à FRONTIGNAN (HÉRAULT)

IMP. A. RABINOVIC LYON



# Index

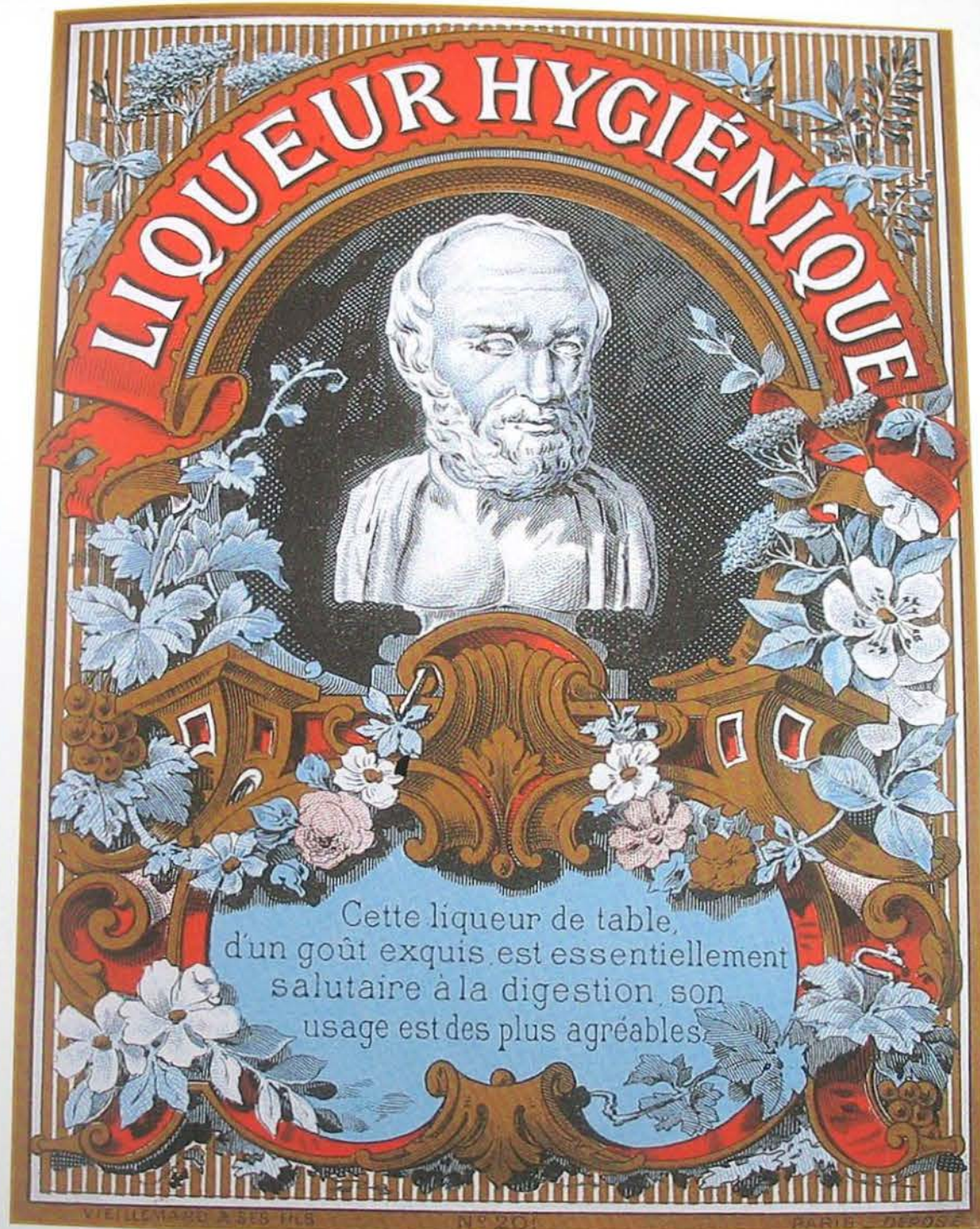
Présentation	Page 4	Bananier	Page 84
Avant-Propos	16	Bardane	86
Abricotier	24	Basilic	88
Absinthe	28	Benoite	91
Acacia	32	Berce	94
Achillée	35	Bétoine	96
Aigremoine	38	Betterave	97
Ail	40	Blé	99
Airelle	42	Bleuet	100
Alchemille	44	Bouillon blanc	101
Alisier	45	Bouleau	103
Alkekenge	47	Bourrache	105
Amandier	49	Bourse à pasteur	107
Ananas	53	Bruyère	109
Aneth	55	Cacaoyer	110
Angélique	58	Caféier	113
Anis	64	Camomille	116
Aristoloché	67	Cannelier	121
Arnica	69	Capillaire	124
Artichaut	70	Caprier	125
Aspérule	72	Carline	127
Aubépine	74	Carotte	128
Aunée	76	Carvi	130
Avoine	78	Cassis	132
Badiane	79	Céleri	138
Ballote	81	Centaurée	140
Balsamite	82	Cerfeuil	143



Cerfeuil musqué	Page 145	Gentiane	Page 223
Cerisier	147	Germandrée	227
Chardon	154	Gingembre	228
Chêne	156	Giroflier	230
Chèvrefeuille	158	Grenadier	232
Chicorée	160	Groseillier	233
Chiendent	163	Guimauve	235
Citronnier	164	Houblon	236
Cognassier	168	Houx	238
Grande consoude	171	Hysope	239
Coquelicot	172	Iris	242
Coriandre	175	Jasmin	243
Cornouiller	179	Kolatif	247
Cresson	181	Lait	248
Cumin	183	Lamier blanc	249
Églantier	186	Laurier	250
Épinard	188	Lavande	252
Épine vinette	189	Lichen	255
Estragon	191	Lierre	256
Eucalyptus	194	Lin	258
Eupatoire	195	Livêche	259
Fenouil	196	Magnolia	261
Figuier	199	Maïs	263
Fraisier	202	Mandarinier	264
Framboisier	206	Marrube blanc	268
Fraxinelle	209	Mauve	270
Frêne	211	Mélilot	271
Fruits rouges	213	Mélicse	272
Fruits secs	215	Menthe	275
Gaillet	216	Menyanthe	280
Génépi	217	Miel	281
Genévrier	219	Millepertuis	283



Monarde	Page 285	Reine des prés	Page 359
Mûrier	286	Rhubarbe	361
Muscadier	287	Riz	363
Myrte	288	Romarin	364
Lyrtille	291	Ronce	367
Néflier	294	Rosier	369
Noisetier	296	Santoline	372
Noyer	297	Sarriette	373
Oeillet	301	Sauge	377
Oeuf	303	Serpolet	380
Oignon	304	Sorbier	383
Oranger	307	Sureau	385
Orge	314	Tanaisie	389
Origan	315	Théier	391
Ortie	318	Thym	393
Palmier dattier	319	Tilleul	396
Pamplemoussier	320	Tormentille	398
Patience	322	Tussilage	400
Pêcher	323	Vanillier	402
Pensée	327	Verveine	405
Persil	328	Vigne	407
Pervenche	330	Violette	411
Peuplier	332		
Pin, Sapin	333		
Pissenlit	335		
Poirier	339		
Poivrier	342		
Pommier	343		
Primevère	347		
Prunellier	349		
Prunier	353		
Réglisse	357		





**Eau de Verveine**  
RIMMEL - PARIS

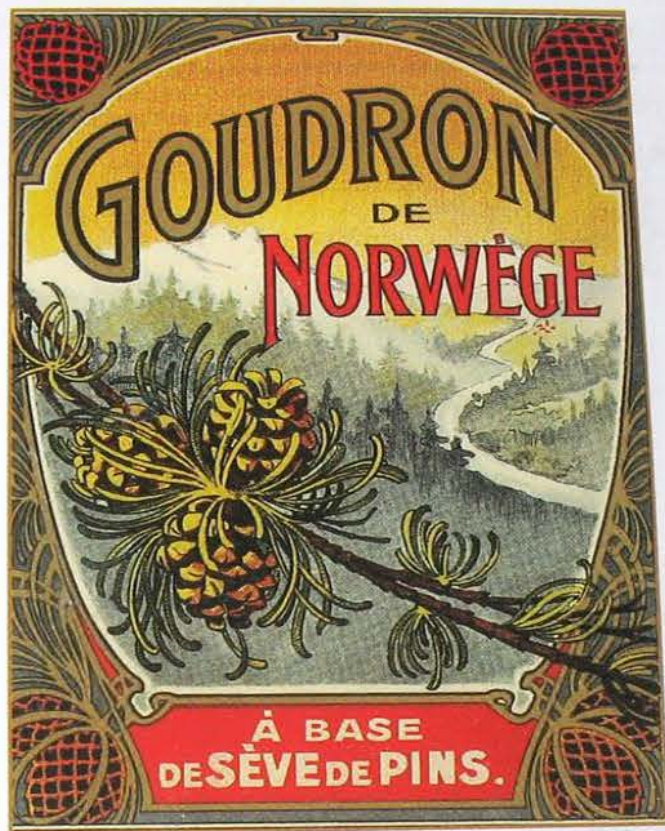


**ANISETTE**  
**DE**  
**PROVENCE**

*QUALITE  
SUPERIEURE*

IMP. PROVENCALE GUIRAUD MARSEILLE

MODELE DÉPOSÉ N° 362 H



Achévé d'imprimer  
par les presses de l'imprimerie Grafiche Zanini  
en octobre 1999  
3<sup>a</sup> édition



Bibliothèque Forney

Boissons de ménage, apéritifs maison, liqueurs familiales, recettes de grand-mères... désignent en fait toutes ces préparations qui sont faciles à réaliser, sans grandes connaissances, avec un matériel réduit et en utilisant des produits naturels. Gilbert Fabiani explique 1 252 recettes à faire chez soi, d'abord pour soi-même, puis pour toute la famille et enfin pour ses amis et les invités à la maison.

ISBN 2-84135-126-2  
ISSN 1276-4416

É Q U I N • X E

175 F