

# J'ai testé pour vous un atelier culinaire à l'herbier de la Clappe

**R**endez-vous pris au Noyer, en début de matinée, à l'herbier de la Clappe, pour une dizaine de participants curieux de découvrir la cuisine sensorielle. Accueillis par Philippe et Florence autour d'une tisane tonique maison "Soleil levant" à base de menthe poivrée et de sarriette, les visiteurs ont débuté la matinée par une visite champêtre au milieu des cultures bio à flanc de montagne.

## Un véritable travail d'équipe

Florence, passionnée par son métier nous fait toucher et sentir les arômes qui se dégagent des différentes espèces (sureau, serpolet, cassis, sauge). Parmi les visiteurs, dont certains en sont à leur troisième visite, les questions pleuvent sur les vertus des plantes médicinales, ou leurs applications culinaires.

L'un d'eux, Patrick, en profite pour nous mettre en appétit avec sa recette de mousse au chocolat à la menthe bergamote.

C'est ensuite à Philippe de nous montrer la technique de filtrage des plantes, qui permet de proposer des apéritifs originaux comme "La vie en rose" à partir de pétales de roses. Une pièce est réservée au séchage et à la conservation des plantes, afin de proposer aux clients de choisir parmi une très grande variété de tisanes, toutes issues de sa production.

Anne-Claude diététicienne/épiciérienne, prend le relais avec son atelier culinaire. « Cette idée est née d'une envie de se diversifier, de

créer, de partager et de transmettre notre passion des plantes de manière différente, mais aussi d'une amitié et d'une envie de travailler avec Anne Claude », soulignent Florence et Philippe.

Un atelier destiné à mettre tous nos sens en éveil, avec les parfums et les puissantes saveurs des plantes. Une belle réussite au vu de l'implication de tous les stagiaires, qui ont mis la main à la pâte pour réaliser, sous le contrôle d'Anne-Claude, des plats salés et sucrés, à base bien sûr de la production locale.

Associant tofu, courgettes, noix de cajou, lentilles germées, verveine fraîche... une partie des ingrédients nécessaires à la confection de rouleaux de printemps "maison". Ne restait plus qu'à déguster, en terrasse, ces mets, accompagnés d'apéritifs et de tisanes. Un moment de complicité conclu par des délices partagés ne pouvait qu'inciter les participants à mettre en pratique chez eux les conseils d'Anne-Claude.

**Yves BERDOU**

Prochaine session, le 10 septembre de 9 h 30 à 14 heures.

Tél. 04 79 63 49 94.  
lherbierdelaclappe.com  
Anne-Claude diététicienne,  
06 20 09 68 57.  
www.mangeurs-libres.fr

**Les plats prennent forme, sous la surveillance bienveillante d'Anne-Claude en bout de table. Les "stagiaires" ont dû travailler en équipe.**



Florence, à gauche, fait partager sa connaissance des plantes de son potager.

