

## Atelier Jardin avec Karine Fleith le 19 août 2019

Quelques notes

### 1-Recettes

#### Sirop de menthe :

300 feuilles de menthe cela correspond à une trentaine de tiges

600 ml d'eau

300 gr de sucre

Mélanger le tout. Porter à ébullition tout doucement. Quand le liquide devient sirupeux, couper le feu, laisser refroidir.

Passer au chinois, presser les feuilles à la main ou au pilon.

Mettre en bouteille

Durée de conservation : 3 semaines

#### Pesto d'orties :

Hacher, ail, orties, pignons, jus de citron, huile d'olive

Les fleurs de soucis et de roses trémières sont comestibles. On peut les rajouter dans la salade.

La fleur de rose trémière est un adoucissant naturel, bon pour la gorge et un expectorant.

Plus la rose est foncée (vers le violet), plus elle est médicinale.

Agastache. On peut faire des sorbets avec les feuilles.

Huile de calendula = crème de soin, fesses des bébés

Fleurs de soucis. Le souci contient du calendula

Bouteille en verre d'1 litre,

Huile d'olive

Recouvrir les fleurs d'huile d'olive, laisser macérer au soleil pendant 1 mois.

Filtrer

### 2- A faire au jardin

Ramasser des graines de livèche pour mettre dans des pains ou des cakes et/ou à donner à d'autres jardins.

Récupérer les graines de camomille, salade. Attendre que les graines soient bien sèches sur la plante, que la couleur tourne au marron.

Couper les turions des fraisiers, éclaircir les fraisiers, garder un espace de 20 cm entre chaque pied.

Tailler les groseillers, enlever les feuilles sèches.

#### Lancer les semis

Pour le cresson Alénois, placer les graines à la volée dans un grand seau perforé et dans un autre non perforé (faire un test) pour voir la différence.

Pour les choux, épinards, toutes les grosses graines, mettre 3 graines par pot.

Essayer de récupérer des graines de consoude d'un autre jardin ainsi que des alliées (ciboule, ciboulette, ail...) au jardin C'est si bio de Nanterre par exemple.

La consoude nous permettra de faire du purin pour le compost.

J'ai noté Piloselle médicinale, Karine a dû en voir sur le terrain.



Arbuste « Baie de mai » dans le jardin. Des baies bleues apparaissent en mai et sont comestibles.