

# FLEURS DE CHRYSANTHEME



**Famille : Astéracées**

**Nom latin : Chrysanthemum coronarium**

Les **fleurs** du chrysanthème comestible asiatique sont **superbes** et du plus bel effet au milieu des autres légumes.

Très **aromatiques**, elles peuvent s'ajouter aux salades, aux omelettes, soupes, accompagner du fromage frais...

Il est possible de les sécher, puis de les ajouter entières en fin de cuisson dans une sauce...

Les **boutons floraux** peuvent être conservés au vinaigre (comme des câpres) et utilisés comme **condiment** dans une vinaigrette ou une sauce destinée à accompagner les poissons ou les viandes blanches.

L'**infusion** de fleurs de chrysanthème est considérée comme une boisson de longue vie en Chine et au Japon.

## **IDÉES RECETTES**

**Cru :**

*\* utilisez les pétales de fleurs pour décorer vos salades ou vos omelettes.*

**Cuit :**

*\* infusion de fleurs de chrysanthème : faites infuser 3 fleurs pendant 10 min dans une tasse d'eau bouillante. Filtrez. Sucrez selon votre goût.*

**Saison**

d'avril à juillet

**Recettes et +**

[Voir les infos du blog >](#)

**Catalogue**

[Voir le catalogue des produits >](#)