

Recette. Crème à la verveine citronnelle

Au jardin, la verveine citronnelle est déjà couverte de feuilles et ne tardera plus à fleurir.

*Appelée *aloesia triphylla* ou *lippia citriodora*, cette plante aromatique odorante, délicieuse en infusion, est réputée calmante et digestive.*

Par précaution, il faudra veiller à ne pas en consommer sans avis médical pendant la grossesse, notamment le 1^{er} trimestre.

Ingrédients (pour 6 petits pots)

- 20cl de crème liquide végétale ou animale
- 20cl de lait animal ou végétal
- 3 œufs (1 entier + 2 jaunes) ou agar-agar
- 50g de sucre de canne
- env. 12 feuilles de verveine citronnelle

Préparation

Préchauffer le four à 100°C (Th 3). Dans une casserole, porter à ébullition la crème et le lait avec le sucre. Couper le feu, mettre les feuilles de verveine à infuser pendant 15 à 20 minutes.

Dans un saladier, battre les œufs et le sucre avec énergie. Filtrer la préparation liquide et la verser dans le saladier en filet tout en continuant à mélanger.

Répartir dans 6 pots ou ramequins, les déposer dans un plat à bords hauts et le remplir d'eau à mi-hauteur pour la cuisson au bain-marie. Monter la température à 150°C et enfourner environ 30 à 40 minutes. Réserver au frais avant de servir.

Astuces

Pour la réalisation de cette crème, on peut choisir d'associer la verveine à quelques feuilles de menthe ou têtes de lavande.

Connue en infusion, on peut également consommer la verveine en boisson fraîche pendant l'été. Elle sera parfaite pour confectionner des sorbets, sauces, tartes, cakes... et liqueurs à base d'alcool de fruits (à consommer avec modération).