

Ortie

TEMPS

En infusion dans une eau à 95-100 °C ou en décoction.

QUANTITE

1 cuillère à café par personne

PROVENANCE

Feuilles d'ortie provenant de Bulgarie

Impression sucrée



A utiliser nature en infusion ou en salade ou associée à certains fromages.

Proche de l'épinard, l'infusion donne une impression sucrée.