



#### Nos références

- Ail des ours en poudre, saupoudreur 50g
- Ail des ours en poudre, sachet 150g
- Ail des ours feuilles séchées, sachet 45g
- Ortie en poudre, saupoudreur 50g
- Ortie en poudre, sachet 150g
- Ortie feuilles séchées, sachet 45g



# Ail des ours & Ortie

Ethnoscience est une marque caractérisée par un référencement de plantes inspiré des savoirs anciens et des connaissances scientifiques contemporaines, tels qu'on les trouve notamment dans les traditions séculaires chinoises ou ayurvédiques. Pour autant, des plantes issues du continent européen présentent aussi un intérêt évident et démontré. Notre intention est de promouvoir certaines plantes qui méritent d'être mises en lumière.



## Ail des ours \_\_\_\_\_

**Poussant naturellement dans les sous-bois frais et ombragés, l'ail des ours est une plante dont l'usage remonte à des temps anciens. Sa saveur caractéristique, proche de celle de d'ail, en fait aussi un aromate appréciable en art culinaire en utilisations variées.**

L'ail des ours s'incorpore dans les salades, les plats chauds notamment mijotés et tous types de préparations tels les potages, fromages blancs salés, etc. Utiliser de préférence en fin de cuisson. L'ail des ours en poudre s'utilise comme un aromate mais aussi comme un colorant naturel vert très prononcé. On peut l'incorporer dans les plats en sauces, et lorsqu'il est mélangé avec de l'huile sa couleur verte foncée permet aussi la réalisation de la décoration d'assiettes et de plats, comme avec la crème de vinaigre.



## Ortie \_\_\_\_\_

**Poussant naturellement dans les friches et les jardins, l'ortie est une des plantes les plus connue, mais pourtant peu utilisée! Son usage remonte à des temps anciens, et elle est portée en grande estime dans toutes les traditions.**

Incorporez l'ortie séchée à volonté dans toutes vos préparations chaudes ou froides, mélangez dans les salades et les vinaigrettes, les fromages blancs salés, les pâtes, le riz, les potages, etc. Son goût est particulièrement adapté aux soupes et bouillons. On peut aussi faire revenir dans de l'huile d'olive l'ortie séchée avec de l'ail et du gingembre coupés finement pour en faire un condiment délicieux (meilleur lorsque vous salez avec quelques gouttes de sauce de soja ou avec du sel aux aromates) à déguster en apéritif ou accompagnant tous les plats. Réhydratez si nécessaire selon l'usage.