Apéritif au lierre terrestre

Voici une recette pleine d'arômes et de bonne humeur pour un apéritif original.

S'ils ont le même nom, le lierre terrestre et le lierre grimpant n'ont pourtant rien en commun. Le lierre grimpant ne doit, en effet, pas être consommé car il peut s'avérer toxique. Le lierre terrestre, en revanche, possède de nombreuses vertus, comme celle de soigner les affections des voies respiratoires (pour un meilleur résultat, on le boira alors en infusion plusieurs fois par jour).

Le lierre terrestre est commun dans les sous-bois humides, les haies, les endroits cultivés et même dans les jardins. On peut le récolter d'avril à juin en privilégiant les jeunes feuilles.
C'est une plante rampante qui peut former des colonies assez vastes. On le reconnaît à sa tige carrée et ses feuilles opposées en forme de cœur ou de rein. Au toucher, elles sont légèrement duveteuses et au froissement, elles dégagent une odeur aromatique de menthe citronnée. Entre mars et juin, des petites fleurs bleues à violettes apparaissent.

Comment préparer une délicieuse boisson aromatisée au lierre terrestre ?

1. Récoltez deux belles poignées de jeunes feuilles de lierre terrestre et lavez-les.
2. Dans un grand récipient, versez un demi-litre de jus de pomme bio, 3 cuillères à soupe de sucre (facultatif) et le jus d'un demi citron.
3. Ajoutez les feuilles de lierre et mixez.
4. Versez une bouteille de vin blanc sec et placez quelques heures au frais afin que le mélange se parfume du délicieux arôme du lierre terrestre. (Pour une version sans alcool, il suffit simplement de mettre un peu plus de jus de pomme).
5. Filtrez dans un chinois afin d'enlever les morceaux de feuilles.
6. Ajoutez un demi-litre d'eau pétillante juste avant de servir.
7. C'est prêt ! Santé et bonne dégustation !