

## Récoltez des saveurs

Tout l'été, la consommation des herbes aromatiques fraîches nous comble. Maintenant, il faut penser se faire des réserves.

Plusieurs méthodes permettent de conserver nos herbes préférées pour en profiter et ce jusqu'à la prochaine récolte.

La cueillette des herbes pour la conservation est recommandée le matin tout de suite après que la rosée soit séchée naturellement. À ce moment de la journée, elles auront plus de saveur car les huiles volatiles s'évaporent dans la chaleur élevée du soleil.

Si vos plantes sont en pot, vous pouvez les rentrer graduellement, à l'abri la nuit et dehors le jour, pour une semaine. Ensuite, on les installe devant la fenêtre la plus ensoleillée. Elles continuent à se développer puis ralentiront pour une période de repos correspondant aux courtes journées hivernales. Dès le retour du beau temps, elles reprendront vigueur.

Une tradition dans la région ; les herbes salées. En conservant la recette de base, échalote, oignons, persil et sel, on complète avec nos propres choix de saveur.

Aussi, la méthode de la congélation donne de bon résultat et permet de conserver les herbes de 4 à 6 mois. Après avoir lavé et réduit en petits morceaux, les feuilles sont placées dans des cubes à glaçons recouvertes d'huile ou d'eau ou encore nature. Quand celles-ci sont bien congelées, les conserver dans des sacs de congélation, bien identifiés. Décongelées, elles seront ajoutées aux soupes, au plat mijoté, au riz...

Ensuite différentes techniques de séchage offrent de conserver les herbes jusqu'à 12 mois dans des pots de verre, à l'abri de la lumière. Le séchage à l'air prend de 4 à 8 jours dans un endroit chaud, sombre et bien aéré. Soient les tiges sont ficelées lâche en petits bouquets de 4 -5 branches et suspendues la tête en bas ou les feuilles sont séparées des tiges, étendues sur une mousseline déposée sur une grille de refroidissement.

Aux micro-ondes, les feuilles bien essorées, réduites et placées entre 2 essuie-tout sont chauffées 15 secondes, ensuite l'ouverture de la porte 3 minutes permet de laisser sortir l'humidité. La séquence 15 secondes, 3 minutes est recommencée jusqu'au séchage complet. Le four fait aussi le travail, sur une plaque, entre 2 linges légers, en alternance 10 minutes à 95°F et 30 minutes éteints.

Une autre option est de mariner les herbes, dans de l'huile ou du vinaigre. Ainsi, elles parfument le liquide et facilitent leur intégration lorsque vient le temps de cuisiner.

Sachons pleinement profiter des saveurs de la nature.