



# *La Ciboulette chinoise*

On m'appelle aussi 'ciboule de Chine' ou 'ail odorant'.

Je suis comestible des feuilles aux fleurs en passant par la tige.

Mes feuilles avec leur léger goût d'ail peuvent servir, finement ciselées, à aromatiser crudités, salades, omelettes (par exemple omelette de pommes de terre à la ciboule). Mes fleurs peuvent aussi être utilisées dans les salades tout en ajoutant une note décorative.

Si vous voulez me conserver plus longtemps, vous pouvez me congeler.

Je suis aussi utilisée dans de nombreuses préparations culinaires dont, notamment, les soupes asiatiques.

## *Quelques recettes*

- **CONG YOU BING (galettes fines )**

Coupez 50 grammes de ciboules en fines rondelles et les mélangez avec du sel et réservez au frais.

Mélangez 200 grammes de farine avec une pincée de sel puis versez en une fois 110 millilitres d'eau bouillante. Malaxez bien et ensuite versez 35 millilitres d'eau froide, petit à petit. Pétrissez à la main pour obtenir une pâte homogène et lisse. Laissez reposer une demi- heure.

Divisez la pâte en 4 morceaux et abaissez chaque bloc en une fine galette de 1 à 2 millimètres d'épaisseur. Parsemez de ciboules. Roulez les galettes pour former un boudin et roulez de nouveau pour former un tourbillon. Abaissez-les en des galettes de 4 millimètres d'épaisseur.

Faites cuire dans une poêle huilée, à feu doux, pendant 5 à 7 minutes.

- **SOUPE CHINOISE A LA CIBOULE**

Epluchez et lavez 3 petits pieds de ciboule et coupez-les en tronçons. Taillez en fines juliennes 5 grammes de gingembre épluché. Effeuiliez quelques brins de coriandre. Emincez finement un petit morceau de piment et très finement un filet de poulet de 12 grammes. Portez à ébullition un demi-litre de bouillon de volaille et ajoutez 2 cuillères à café de sauce de soja et 1 cuillère à café d'huile de sésame. Faites cuire dans ce bouillon 100 grammes de nouilles. A mi-cuisson, ajoutez la ciboule, le gingembre, la coriandre et le piment. Portez de nouveau à ébullition et éteignez ensuite le feu. Ajoutez les fines tranches de poulet et servez.

- **TARTE SALEE CIBOULE/COURGETTE**

Faites revenir dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 3 ciboules coupées en morceaux, 2 gousses d'ail hachées et quelques brins de persil ciselés pendant 10 minutes. Salez légèrement et réservez. Mettez 2 courgettes coupées en lamelles dans un plat avec une cuillère à soupe d'huile d'olive et un peu de sel et mélangez bien. Enfourez 20 minutes à feu doux.

Mélangez 3 cuillères à soupe de mascarpone avec 1 œuf battu ; sel, poivre.

Garnissez un plat à tarte avec une pâte brisée ; parsemez-là de parmesan râpé puis disposez le mélange de ciboule puis les courgettes et ensuite le mélange œuf/mascarpone.

Mettez cuire au four 10 minutes à 200 degrés et 40 minutes à 180 degrés.

Laissez bien refroidir avant de servir.

*Bon appétit !*

