

Tagetes lucida - Estragon mexicain



Utilisation :

Considérée comme une plante médicinale et sacrée, les Aztèques nommaient la Tagète Lucida « Yauhtli » ou « herbe des nuages » et ils affirmaient que la plante stimule les règles et provoque l'avortement. Moulue avec du cacao, la plante faisait baisser la fièvre. Selon les Aztèques, le Yauhtli soulage ceux qui ont été effrayés par la foudre et ceux qui ont perdu la tête. La Tagète Lucida était étroitement liée à Tlaloc, dieu de la pluie. Par conséquent, les Aztèques réduisaient le Yauhtli en poudre afin de l'utiliser comme encens pour Tlaloc. Les prêtres utilisaient aussi la plante pour la souffler sur le visage des hommes qui allaient être sacrifiés au feu.

Aujourd'hui, l'usage rituel de la Tagète Lucida perdure encore chez les huichols qui mélangent parfois la Tagète Lucida avec un tabac du genre nicotiana rustica afin d'atteindre des états visionnaires.

Recette du sirop aux Tagetes lucida

200 g de sommités fleuries de tagètes

Un demi-litre d'eau

Sucre brut de canne non raffiné

Préparation : 15 min – Cuisson : 20 min environ

Amenez l'eau à ébullition, et progressivement y introduire la masse des fleurs et feuilles dans l'eau bouillante.

Tournez pour que toutes les parties soient bien au contact de l'eau.

Arrêtez le gaz, couvrir et laissez infuser 30min, c'est mieux.

Filtrez en pressant bien les pétales pour recueillir le maximum de jus...et de goût.

Pesez le liquide obtenu et ajoutez le même poids de sucre.

Remettez à chauffer doucement, puis aux premiers bouillons, mettez dans des petites bouteilles en verre préalablement ébouillantées et fermez aussitôt (stérilisation à chaud).

Ce délicieux sirop, au surprenant goût anisé, vous servira tout au long de l'année pour aromatiser pâtisseries, fromages blancs ou yaourts, réaliser des kirs ou cocktails, des sauces pour desserts ...

Tartelette à l'estragon du Mexique, aux abricots rôtis et aux framboises

Pour le fond sablé :

90 gr de beurre demi-sel, bio, cru et mou

80 gr de farine

35 gr de sucre glace

Pour la crème de noisettes

50 gr de noisettes torréfiées

50 gr de beurre demi-sel, bio, cru et mou

50 gr de sucre

1 bel œuf du poulailler

25 gr de crème liquide bio et crue

Pour la garniture :

4 sommités d'estragon du Mexique

6 jolis abricots frais et bio

4 cuillères à soupe de sucre

Quelques copeaux de beurre demi-sel

Une douzaine de framboises fraîches du jardin

Une dizaine de pistaches non salées et torréfiées

Commencer par la base sablée : préchauffer le four à 180°, chaleur tournante. Malaxer à la spatule pour rendre pommade avant d'ajouter le reste des ingrédients en mélangeant soigneusement, toujours à la spatule, jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson, déposer 4 cercles à pâtisserie d'environ 10 à 15 cm de diamètre (ou 4 petits moules à tartelette). Déposer dans chaque cercle un quart de la pâte à l'aide d'une cuillère et égaliser. Enfourner pour une dizaine de minutes.

Poursuivre avec la réalisation de la crème de noisette : dans un saladier, mélanger tous les ingrédients sauf la crème jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Ajouter la crème et l'incorporer entièrement en mélangeant le moins possible (afin de limiter le gonflement de la pâte lors de la cuisson). Filmer et réserver au frais jusqu'à utilisation (au minimum 45 minutes).

Disposer les oreillons des abricots dénoyautés dans un plat métallique beurré. Saupoudrer de sucre et enfourner pour une vingtaine de minutes : les abricots doivent confire et rôtir.

Lorsque les fonds de tarte sont cuits et tièdes, répartir la crème de noisette dans ces fonds. Enfourner à nouveau une quinzaine de minutes à 180°, chaleur tournante, jusqu'à une belle coloration dorée. Laisser tiédir avant de démouler. Les fonds sont prêts à être garnis.

Emincer très finement les sommités d'estragon et les répartir sur les fonds avant de recouvrir chaque tartelette de trois oreillons d'abricot rôti. Ajouter alors les framboises puis saupoudrer d'éclats des pistaches concassées au mortier.

Recette médicinale :

Tisane de Tagète lucida pour favoriser la digestion

70g de Tagète lucida

20g de fleurs de guimauve ou de mauve

10g de bois de réglisse

1 tasse d'eau bouillante (20 à 25 cl)

Prélevez 1 cuillère à soupe de mélange pour une tasse d'eau ou 4 à 5 cuillères pour 1 litre d'eau. Laissez infuser pendant 12min. Cette tisane très douce à la saveur anisée se boit sans ajout de sucre. Elle est particulièrement recommandée après les repas.

{L'utilisation des plantes médicinales, sous quelque forme que ce soit, doit toujours se faire après avis et sous le contrôle d'un médecin, en particulier pour les femmes enceintes ou qui allaitent et les jeunes enfants}