

« Cafépine »

Ingrédients

Une petite poignée de cenelles équivaut environ à une cuillerée à soupe de poudre, soit une petite tasse de type espresso.

Préparation

Pour préparer la poudre

Deux possibilités : soit utiliser les noyaux des cenelles que vous avez passées au moulin à légumes pour en faire une purée ou une compote (pas besoin de les laver, la boisson sera plus fruitée si vous laissez les restes de pulpe), soit utiliser les cenelles entières.

Les étaler sur un plat et les laisser sécher plusieurs jours (voire plusieurs semaines dans le cas des fruits entiers), au soleil ou dans un séchoir à fruits.

Lorsqu'ils sont bien secs, les moudre dans un moulin à café. Les noyaux sont très durs, il faut un engin solide. Tamiser la poudre obtenue et remettre dans le moulin ce qui n'a pas été pulvérisé en même temps qu'on ajoute une nouvelle cuillerée de noyaux ou de fruits, alternativement, jusqu'à obtenir une poudre à peu près uniforme.

Torréfier cette poudre à sec dans une poêle sur feu moyen, en remuant constamment avec une spatule et en veillant à ce qu'elle ne brûle pas. Le degré de torréfaction se mesure à l'odeur !

Pour préparer la boisson

Dans une cafetière à piston, verser 4 cuillerées à soupe de noyaux en poudre pour $\frac{1}{4}$ de litre d'eau frémissante. Laisser infuser 5 minutes et laisser doucement descendre le piston.

Dans une cafetière à filtre ou une cafetière italienne, doser comme le café, une cuillerée à soupe environ par tasse, ou selon le goût.

Recette : d'après Michaël Berthoud (cueilleurs-sauvages.ch)