

Bette à carde et fleur d'ail

La **Bette à carde** : on mange les feuilles fraîches en salade ou cuites comme des épinards à la vapeur (à la marguerite). On récolte quelques feuilles à la fois et obligatoirement celles de l'extérieur pour garder le plant de la **Bette à carde** tout l'été.

La **fleur d'ail** : vers la fin juin, la récolte de **fleurs d'ail** est disponible. Lorsque la tige centrale du bulbe d'ail fera deux tours, on coupe à la base de la tige pour la récolter. Cette récolte permet aux bulbes d'ail de grossir. La **fleur d'ail** se mange crue comme un oignon vert (échalote) ou cuites comme des asperges ou des haricots.