

Persil frisé



Nom scientifique : *Petroselinum crispum*

Famille : Apiacées

Couleur de la fleur : Jaune verdâtre

Ne pas confondre avec : Le persil plat
(feuilles plates)

Période de plantation : Mai à Septembre

Période de floraison : Été

Sensibilité : Résistance au froid

Besoins : Mi-ombre et mi-soleil, sol drainé,
arrosage régulier

Qualités gustatives : Utilisé comme herbe aromatique cuite ou crue

Recette : Persillade

Pour : 1 bol de sauce

Difficulté : Facile, 20 min

Ingrédients :

- 3 branches de persil frisé
- 1 gousse d'ail
- Sel / poivre
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe de d'huile d'olive

Préparation :

- 1- Laver et équeuter le persil
 - 2- Hacher le persil et l'ail ensemble
 - 3- Dans un mixeur, mixer le mélange persil et ail avec l'huile d'olive
 - 4- Saler, poivrer et réserver au frais
 - 5- Badigeonner de persillade vos viandes, poissons et légumes avant cuisson
- Se conserve jusqu'à 3 jours au réfrigérateur sous couvert

Bon app'