MICRO-FERME URBAINE DE MONTAUBAN

Planta Viva

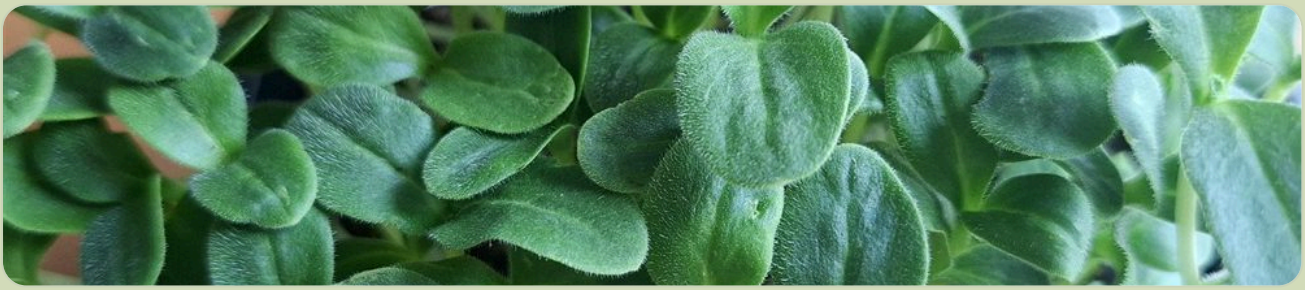
De la graine à l'assiette

Bourrache

Borago officinalis — la note iodée du potager

Un goût frais de concombre, avec une note iodée qui rappelle l'huître.

FRAIS · IODÉ · CONCOMBRE



EN CUISINE

- **Huîtres et fruits de mer** : sur l'huître, avec une mignonnette.
- **Poissons crus** : tartare de daurade, carpaccio de bar, truite marinée.
- **Poissons vapeur ou grillés** : cabillaud, merlu, lieu, en finition.
- **Salades fraîches** : concombre, radis, fromage frais, herbes.
- **Veloutés froids** : concombre, petits pois, en garniture.
- **Beurres et sauces** : beurre blanc, sauce au yaourt, crème citronnée.
- **Fromages frais** : chèvre frais, faisselle, burrata.
- **Au bar** : gin tonic, spritz, eaux aromatisées.

AU DRESSAGE

Larges feuilles tendres : entières, à cru, posées en fin de dressage.

LIVRÉ VIVANT

En barquette, sur son terreau : coupez aux ciseaux juste avant le dressage.

CONSERVATION

4 à 6 °C, sans mouiller. À consommer sous 7 jours.

www.plantaviva.fr

Entreprise incubée à Ad'Occ — Région Occitanie