

# Limonade au coquelicot

Une boisson à la belle couleur rouge, pour allier la subtilité florale des fleurs de coquelicot avec l'acidité sucrée de la limonade.

POUR 1 L  
PRÉPARATION : 10 MIN

- Le jus de 2 citrons
- 4 c. à soupe de koso, ou de sirop cru de coquelicot (voir page 61)
- 1 l d'eau gazeuse
- Fleurs d'hibiscus séchées (facultatif)

✳ Mélangez le jus des citrons, le sirop cru de coquelicot et complétez avec l'eau gazeuse. ✳ C'est une boisson peu sucrée, mais vous pouvez ajouter davantage de sirop si vous le souhaitez. ✳ Si la couleur n'est pas assez rouge pour vous, vous pouvez utiliser quelques fleurs d'hibiscus séchées. ✳ Dégustez bien frais avec quelques glaçons.

## COQUELICOT

*Papaver rhoeas*

✳ **SAVEURS** : florale, subtile. Il est possible de réaliser de délicieux sirops ou gelées, d'aromatiser des glaces ou encore des bonbons aux saveurs délicates.

Les jeunes feuilles peuvent être consommées crues dans des salades par exemple.

Vous pouvez également utiliser les graines des coquelicots, qui ont une saveur proche de celles du pavot, dans des crackers, des cakes ou du pain.

✳ **HABITAT** : On retrouve souvent le coquelicot au bord des champs et des chemins, sur des terrains où le sol a été perturbé.

✳ **REMARQUE** : Les pétales des coquelicots ont des propriétés apaisantes. Ils étaient utilisés dans des infusions pour calmer la toux et favoriser le sommeil et ce depuis l'Antiquité par plusieurs populations, telles que les Grecs, les Romains et les Égyptiens. Bien que moins puissant que son cousin le pavot, le coquelicot contient de légères propriétés sédatives.

