

Fișă de documentare pentru elevi

Domeniul de pregătire de bază: TURISM ȘI ALIMENTAȚIE

Modulul: Sortimentul de preparate și băuturi **Clasa:** a X-a

Flori comestibile

Istoria florilor ca sursă de hrană pentru om începe undeva în anul 140 Î.H. Folosirea lor în scop culinar a fost pentru prima oară menționată în literatură. Multe civilizații ale lumii au adus în bucătăria lor tradițională florile. Păpădia, de exemplu, este menționată pentru prima oară în Biblie. În antichitate, florile comestibile erau transportate ca și condimente selecte.

CALENDULA Cunoscută sub numele de „șofranul săracului”, floarea de gălbenele cu culoarea soarelui are un gust ca șofranul când este sărită în ulei de măsline pentru a-și elibera aroma.

Toate gălbenelele (*Calendula officinalis*) au **petalele** comestibile. Acestea au o aromă care variază de la piperată până la amăruie și dă un plus de culoare la supe și salate.



Florile galbene strălucitoare ale plantei **de dovlecel** au un gust delicat și ușor dulce. Se consumă umplut cu ierburi și brânză de capră - sau pe o pizza



HIBISCUS Petale sunt dulci, au o aromă asemănătoare cu merișoare care le face perfecte pentru ceaiuri și cocktail-uri. Arunca muguri proaspete de hibiscus în pahare de bule și lasă-i pe oaspeții tăi să-i privească să înflorească în fața ochilor.



Lavanda

Numele științific este *Lavandula*, are o **aroma dulce și puternic parfumată**.

De cele mai multe ori o folosești sub forma de esență în rețete de deserturi, dar este o combinație plăcută și sub forma de **flori adăugate în dressinguri, în cocktailuri sau limonade**.



Condurul doamnei Aceste flori superbe au un gust ușor de piper, aproape ca creierul, ceea ce le face aromă ușor ierboasă, perfecte pentru rulourile de hârtie de orez de vară. așa că funcționează bine în cocktailurile de vară cu aromă de plante și în salate de fructe. Pentru o călătorie rapidă, ușoară și festivă de vară, împrăștiați niște brânză cremă pe o biscuită mică rotundă și adăugați-o cu o panseluta întregă.



În timp ce **trandafirii** au un parfum floral puternic, aroma lor este destul de subtilă și fructată. Trandafirii se pretează bine la orice, de la supe și salate, la ceaiuri, gemuri și deserturi precum această delicioasă căpșună, rodie și petale de trandafir.



Violetele, care vin într-o gamă de culori pastelate și vibrante, au un gust dulce și floral, făcându-le un tovarăș perfect pentru orice, de la salate până la băuturi înghețate. Sunt deosebit de frumoase atunci când sunt cristalizate și obișnuite să topească prăjiturile înghețate și alte deserturi.



MUȘEȚELUL

Alegeți mușețelul german (Matricaria chamomilla) pentru florile sale de tip margaretă pentru cea mai bună aromă. Acestea pot fi folosite în stare proaspătă sau uscată și fac un ceai deosebit de bun, care are un gust vag, ca mărul. Petalele pot fi utilizate în salate și supe. Cred că florile de mușețel sunt printre cele mai cunoscute la noi, bunicii și străbunicii culegându-le mereu pentru ceaiuri sau leacuri.



Bibliografie <https://www.gustarte.ro/gustory/istoria-florilor-comestibile-arta-cu-petale-in-bucatarie-15102589>

Reflecții:

- Identificați cinci flori comestibile
- Descrieți la alegere două flori comestibile
- Care sunt proprietățile muștelului?