

# LA CRESSONNIERE DE BOIGNEVILLE A 90 ANS 1905 - 1995



EXPOSITION  
30 SEPTEMBRE 1995  
ET  
1er OCTOBRE 1995

# LA CRESSONNIERE DE BOIGNEVILLE A 90 ANS 1905 - 1995

## SOMMAIRE

LES PREMIERS PAS DE LA CULTURE DU CRESSON EN FRANCE.....	2
LA PREMIERE CRESSONNIERE A BOIGNEVILLE	
La création de la cressonnière.....	3
Rétrospective des 90 années.....	5
Environnement de la cressonnière.....	5
La cressonnière de 1905 a encouragé la création d'autres cressonnières.....	6
LE CRESSON	
Présentation de la plante.....	7
La technique de la culture.....	8
Le cycle de production.....	9
Le conditionnement.....	10
La commercialisation.....	10
Les conditions d'une bonne récolte.....	10
Un label de qualité.....	11
Les outils.....	11
Les propriétés du cresson.....	13
Des recettes à base de cresson.....	14

On a toujours trouvé du cresson à l'état sauvage. Il est cultivé en France depuis le début du 19ème siècle, dans l'Oise puis dans les vallées de la Juine, de la Chalouette, de l'Ecole et de l'Essonne.

Dans le département de l'Essonne des pionniers se sont installés en 1856 à VAYRES SUR ESSONNE, à MEREVILLE en 1894....

A BOIGNEVILLE, c'est César LESAGE qui fut le créateur de la première cressonnière en 1905. Il avait trouvé en BOIGNEVILLE, le lieu idéal : la source Saint-Gervais, la vallée à fond plat... tout était propice à la culture du cresson.

Aujourd'hui, on compte 170 exploitants en France dont 54 en Essonne. Ce département est le premier producteur national voire européen avec une production annuelle de 2.100 tonnes ou 7 millions de bottes de cresson.

Les sites de cressiculture sont classés "paysages de reconquête" depuis 1993 par les pouvoirs publics. Aussi sont-ils assurés de préserver leur environnement.

Quant à la plante par elle-même, elle devrait connaître un regain d'intérêt pour sa qualité gustative et ses propriétés thérapeutiques : c'est un produit excellent et sain.

## LES PREMIERS PAS DE LA CULTURE DU CRESSON EN FRANCE

On a toujours mangé du cresson. On ne le cultivait pas. On le trouvait à l'état sauvage près des sources, dans des zones humides.

C'est M. CARDON, gestionnaire des hôpitaux de l'armée napoléonienne qui l'introduit en France.

En 1809-1810, il a découvert des cressonnières cultivées près d'ERFURT en THURINGE (ALLEMAGNE). Alors qu'il s'inquiétait de l'approvisionnement sanitaire des soldats (le scorbut menaçant), Il fut surpris de voir un vaste bassin de verdure qui contrastait avec les champs de neige aux alentours. C'était une cressonnière exploitée depuis le XVIIème siècle. Il se documenta et de retour en France, il introduit la culture du cresson dans l'Oise, entre Senlis et Chantilly à SAINT-LEONARD.

En 1835, il existait plus de cinquante cressonnières. Et CARDON reçut la médaille de la Société Royale d'Horticulture pour services rendus à l'humanité, à la science et à la Ville de Paris.

La culture du cresson requiert des sites particuliers avec de l'eau de source et des vallées à fonds plats non inondables par les rivières. C'est en prospectant la région parisienne, que d'autres pionniers ont essaimé dans les vallées du Sud de l'Essonne et notamment dans les vallées de l'Essonne, de l'Ecole, de la Chalouette et de la Juine. C'est en 1856 que s'ouvre une cressonnière à VAYRES-SUR-ESSONNE. Jean-Baptiste LEFEVRE, âgé de 35 ans arrivait de l'Oise avec son frère. Ils y creusèrent la première cressonnière. Puis en 1894, son fils cadet, Charles s'installa à MEREVILLE. Et c'est en 1905 que César LESAGE arrivait à BOIGNEVILLE et creusa la première cressonnière.

## LA PREMIERE CRESSONNIERE A BOIGNEVILLE

### LA CREATION DE LA CRESSONNIERE

En 1905, César LESAGE creuse une cressonnière à BOIGNEVILLE. Après avoir scruté les alentours, Il découvrit la source de la Velvette au sud-est de la commune.

On imagine très bien son parcours : depuis l'église, il suivit la direction de Malersherbes par le quartier Saint-Gervais, il traversa la Velvette, prit le chemin à droite puis longea le cours d'eau jusqu'à la source Saint-Gervais.

L'eau coulait en abondance, sa température était idéale : 11° été comme hiver et de très bonne qualité.



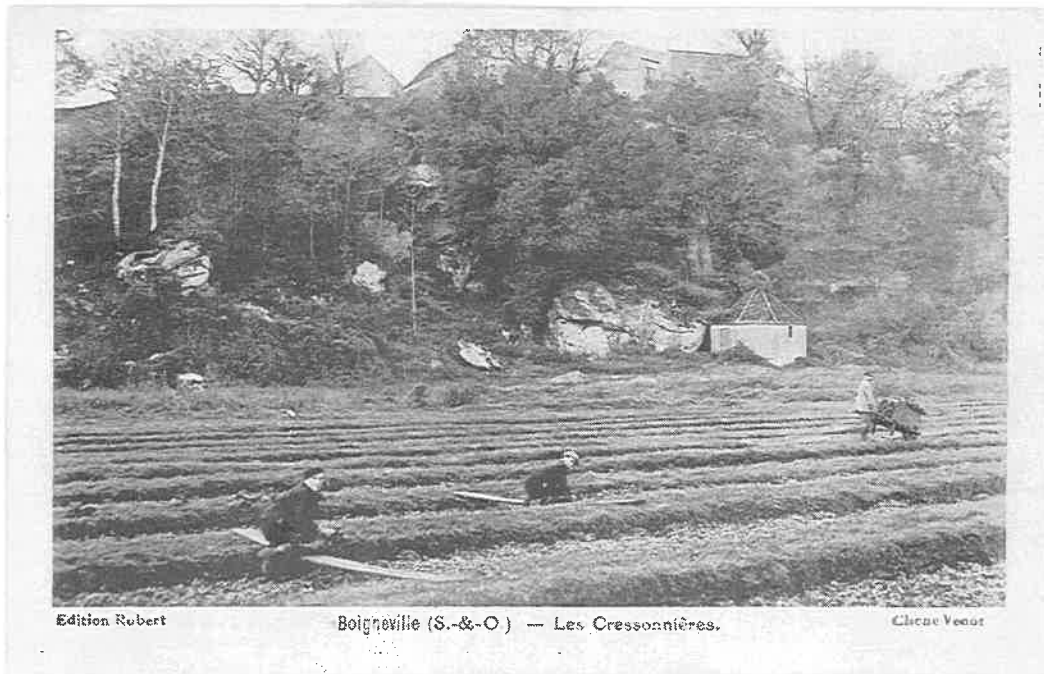
La source Saint-Gervais

Le site au lieudit : "la roche Bruno" lui plût de suite et il choisit de s'y installer. Il commença à creuser la cressonnière.

Il a fallu dégager le terrain, déboiser, défricher, assécher, remuer la terre, creuser les fosses, transporter le tuf à la brouette, faire circuler l'eau.

César avait les qualités physiques, d'endurance et d'habileté nécessaires à ce métier. C'est plein d'entrain qu'il semait son cresson dès qu'une fosse était prête. Fosse après fosse, il agrandit l'exploitation. Il a travaillé dur César Lesage, du lever du jour jusqu'au couchant. Il a transmis son savoir-faire et son amour de la culture du cresson à quelques Boignevillois.

Les uns coupaient les tiges, les façonnaient et les liaient en bottes. Ils les jetaient sur le chemin puis ils les ramassaient et les transportaient dans une brouette jusqu'à la cabane. Pendant que des ouvriers roulaient le cresson pour l'enfoncer et replacer les plants pour la prochaine récolte, d'autres emballaient les bottes et partaient avec César livrer la récolte du jour. Il fallait charger la voiture à cheval et la décharger. Puis de retour, l'hiver à la veillée chacun préparait ses liens pour le lendemain.



## RETROSPECTIVE DES 90 ANNEES

César LESAGE a cédé son exploitation à Monsieur DAVID. Et depuis on apprend le métier en famille.

En 1952-1953 Emile Marchant (gendre de Monsieur DAVID), ouvre d'autres fosses. Aujourd'hui, la superficie de cresson cultivé est de 60 ares. Le cresson "blond moyen" est récolté dans les fosses.

Etienne Marchant (fils d'Emile) a apporté quelques modifications et améliorations à l'exploitation. Il a élargi les chemins. Il assure seul l'entretien de la cressonnière et des 250 mètres d'eau et de berges en amont.

Le travail est resté pénible que ce soit celui de la coupe ou de l'entretien. Il faut éviter tous les parasites et surtout les lentilles d'eau.

Le cressiculteur travaille en partie, encore à l'ancienne. Les berges sont toujours en terre contrairement à d'autres qui sont en ciment. Il faut donc les faucher régulièrement, remonter la terre des fosses sur les berges, la rouler à la brouette.

Il a toujours les pieds dans l'eau et ses outils ne sont pas tellement différents de ceux de César LESAGE. Le travail est essentiellement manuel.

Son souci majeur est la qualité et le débit de l'eau. De nos jours, il y a 30 % d'eau en moins.

## L'ENVIRONNEMENT DE LA CRESSONNIERE

### **La Source**

Les eaux de la Velvette sont captées pour passer dans les fosses. La température de l'eau est de 11°.

### **La flore**

On rencontre : des algues, des gallitriches, des véroniques, des lenticules....

### La faune

Les rongeurs : les campagnols, les surmulots, les rats musqués

Les oiseaux : les canards sauvages, les corbeaux des marais,  
les hérons

Les insectes : Les altises, les chrysomèles, les tenthrèdes, les  
pucerons, la mouche du cresson, les phryganes

Autres : Les limnés, les crevettes d'eau douce.

### LA CRESSONNIERE DE 1905 A ENCOURAGE LA CREATION D'AUTRES CRESSONNIERES

Depuis 1905 d'autres cressonnières se sont ouvertes à Boigneville. On compte aujourd'hui 3 cressonnières encore exploitées.

En 1930 Monsieur David et Emile Marchant ont ouvert une deuxième cressonnière au lieudit "les fonceaux".

Dans les années 1950, Monsieur André DEFRERE, qui avait appris le métier de 1941 à 1946 avec Emile MARCHANT, ouvre une cressonnière derrière la gare.



Noël, André DEFRERE  
creusent la cressonnière



en compagnie de Marc



André DEFRERE et Noël font passer l'eau  
dans les fosses



## LE CRESSON

### PRESENTATION DE LA PLANTE

Le cresson ou *Nasturtium officinale* est une plante herbacée qui croît dans l'eau douce et que l'on cultive dans les cressonnières pour ses feuilles comestibles. De la même famille que le chou, le colza, la moutarde, le radis, le navet, la corbeille d'argent, la giroflée, c'est un crucifère.

Les tiges sont vertes, luisantes et anguleuses. Elles peuvent atteindre 2,50 m de longueur. Elles sont plus ou moins couchées sur le sol ou rampantes. Elles portent des racines adventives.

Les feuilles, épaisses et pétiolées sont découpées en folioles arrondies ou ovales. La foliole terminale est plus grande que les autres.

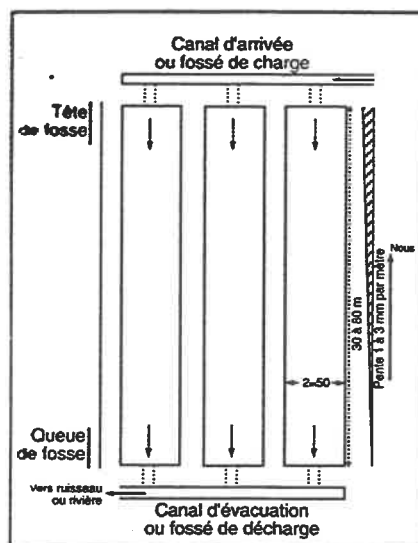
Les fleurs sont régulières, blanches et apparaissent de juin à septembre. Petites, groupées en grappes terminales, elles comprennent :

- un calice à quatre sépales,
- une corolle à quatre pétales en croix,
- six étamines dont deux courtes et quatre longues,
- un ovaire à deux carpelles surmonté de deux stigmates réunis.

Le fruit est une silique recourbée en dedans assez courte.

## LA TECHNIQUE DE LA CULTURE DU CRESSON

La culture est pratiquée dans des fosses aménagées de façon à ce qu'elles soient traversées par l'eau d'une source. L'eau de source arrive en tête de fosse par un ruisseau dit fossé de charge qui communique avec les fosses de culture par des tuyauteries à débit réglable et s'évacue ensuite en queue (ou pied) de fosse vers la rivière par un fossé de décharge. L'eau doit couler assez vite pour ne pas se refroidir trop vite en hiver mais en laissant à la plante le temps d'y puiser les éléments nutritifs.



les fosses sont organisées avec une pente de 1 à 1,5 cm par 10 mètres et mesurent 50 à 70 mètres de longueur pour 2 à 3 mètres de largeur sur 50 cm de profondeur. Les fosses sont creusées dans des terrains alluviaux, avec une orientation Nord-Sud pour éviter le gel en hiver. Elles sont séparées par des talus herbeux qui servent de chemin.

On compte en moyenne, un litre d'eau à la seconde par are de cresson.

L'eau est à une température d'environ 12° dans les fosses.

Les fosses sont vidées lors du semis, puis l'eau est progressivement réintroduite lors de la levée et de l'enracinement. Le cresson arrive à terme pour la récolte en 6 semaines. Les coupes se succèdent au rythme d'environ une toutes les 4 semaines.

Le cresson peut geler mais il dégèle ensuite progressivement sans être perdu mais cela ralentit sa croissance. Aussi, de novembre à mars, les fosses peuvent être recouvertes d'un voile de polystyrène afin de préserver la plante. Ce voile maintient la température de l'eau le plus longtemps possible proche de sa température idéale qui est de 8° à 13°. Il se conserve après la coupe à une température de 2° à 4° pendant environ une semaine.

## LE CYCLE DE PRODUCTION

### LE SEMIS

Le semis se fait durant la première quinzaine de juillet sur sol humide. Les graines sont fines et légères (3 500 à 4 000 graines au gramme). On sème environ un demi-litre de graines à l'are, soit 250 grammes.

### LA CROISSANCE

Les graines germent en trois ou quatre jours. Au bout de huit jours les plantes ont quelques centimètres de hauteur. Si le soleil est brulant, il faut mettre un peu d'eau dans les fosses afin que le jeune plant ne dessèche pas. Le soir il faut l'évacuer. On fait circuler un peu d'eau dans les fosses en augmentant le débit au fur et à mesure de la croissance.

### LA RECOLTE

Au bout de six semaines la première récolte peut être faite. Ensuite le cresson repousse au fur et à mesure qu'on le coupe et les récoltes se font environ toutes les quatre semaines. Le même plant produit huit à dix récoltes dans une saison. Après le mois de mai on peut récolté le petit cresson.

André DEFREERE coupe le cresson  
en compagnie de son chien



## **L'ENTRETIEN**

Après chaque récolte, alors que la plante vient de subir un traumatisme, on sème un peu de superphosphate pour l'aider à reprendre vigueur plus rapidement. Cet engrais utilisé depuis 1910 est inoffensif pour la faune et la flore ainsi que pour le milieu ambiant de la rivière.

Au mois de mai, quand le cresson fleurit, on laisse les plants de quelques fosses "monter à graines" pour récolter de la semence, tandis que les autres plants sont arrachés. Les fosses sont alors nettoyées, renivelées, désinfectées au formol avant d'être réensemencées pour un nouveau cycle de production.

## **LE CONDITIONNEMENT**

Le cresson est vendu en botte ( la botte pèse de 350 g à 450 g) et mis dans des cageots de 6, 12 ou 20 bottes.

Une nouvelle forme de conditionnement dit "4ème gamme" voit le jour. Il s'agit de cresson prêt à l'emploi. Ensaché hermétiquement et maintenu à basse température, il peut avoir une durée de conservation de 7 jours. Mais les contraintes techniques, notamment liées au maintien de la chaîne du froid, rendent difficile, pour le moment, le développement de cette forme de commercialisation qui a été, malgré tout, exporté jusqu'au JAPON.

## **LA COMMERCIALISATION**

Le cresson est vendu au marché de Rungis, sur les marchés régionaux, à la société DAREGAL (DARBONNE) à Milly-La-Forêt qui est spécialisée dans la déshydratation, la lyophilisation et la surgélation.

## **LES CONDITIONS D'UNE BONNE RECOLTE**

Le cressiculteur surveille attentivement le débit de la source et le niveau de la nappe. En certaines périodes, notamment après une longue période de sécheresse, c'est avec inquiétude qu'il suit les variations de débit. Sa culture est directement dépendante du maintien du niveau de la nappe. Il arrive, que des sources tarissent durant un temps et que des cressonnières soient arrêtées plusieurs années dans l'attente du retour de l'eau. Les anciens évoquaient des "cycles de l'eau".

## **UN LABEL DE QUALITE**

Le cresson est le seul produit frais commercialisé obligatoirement avec sa marque d'origine régionale. Certains producteurs ont leur étiquetage personnalisé visible sur le lien de chaque botte uniquement s'ils ont obtenu un label sanitaire individualisé.

## **LES OUTILS**

### **POUR LES SEMIS**

- un semoir.

### **POUR LA CUEILLETTE TRADITIONNELLE ET MECANIQUE**

- un couteau bien aiguisé,
- une planche à couper de 3,50 m,
- des caillebotis ou des raquettes,
- des genouillères,
- des liens en osier ou maintenant en plastique,
- une brouette pour le transport de la cueillette,
- une machine à couper.

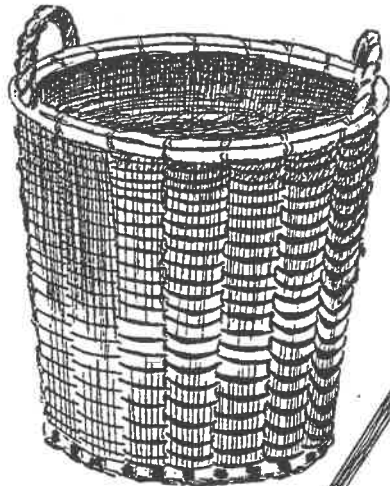
### **POUR LE CONDITIONNEMENT, L'ENSACHAGE ET LE TRANSPORT**

- une cabane où se trouve un bassin pour rafraîchir et laver les bottes,
- une station d'emballage et une chambre froide,
- une camionnette pour la livraison.

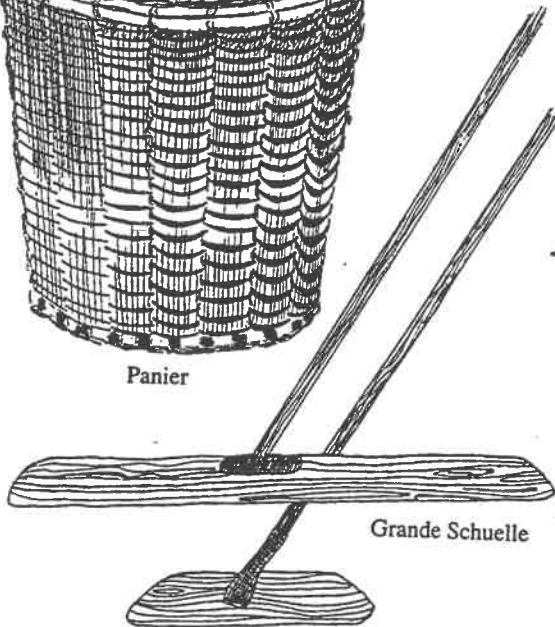
### **POUR L'ENTRETIEN**

- un rateau pour arracher le cresson en fin de saison,
- un rouleau à donner un sens (utilisé avant et après la cueillette),
- le rouleau à renfoncer pour immerger le cresson sans l'écraser,
- une petite schuelle pour préparer les fosses,
- une grande schuelle pour immerger le cresson,
- une motofaucheuse (qui remplace aujourd'hui la faux),
- une débroussailleuse pour nettoyer les berges,

- une petite et une grande ramonette pour capturer les insectes nuisibles et les lentilles d'eau qui surnagent à la surface de l'eau.



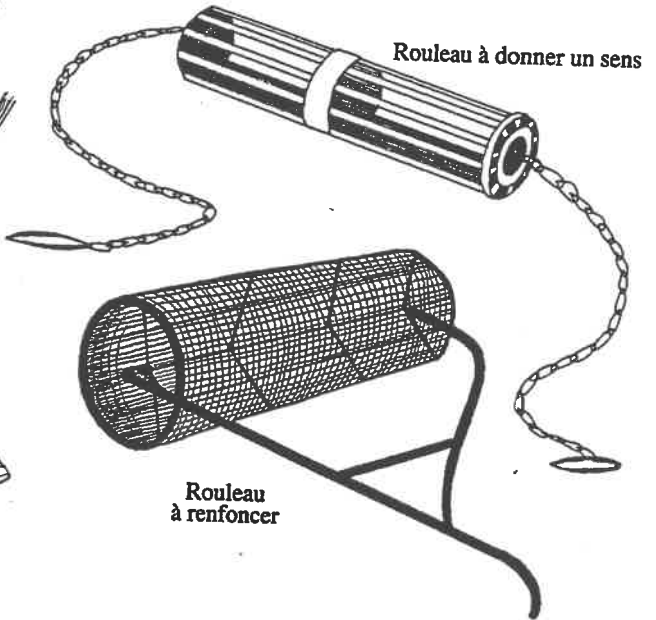
Panier



Grande Schuelle

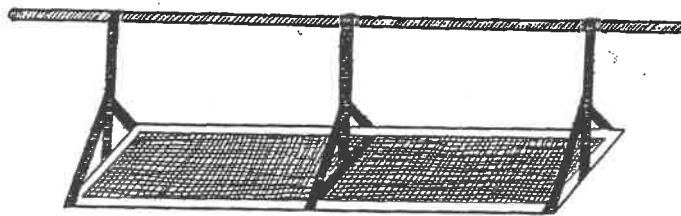


Petite Schuelle

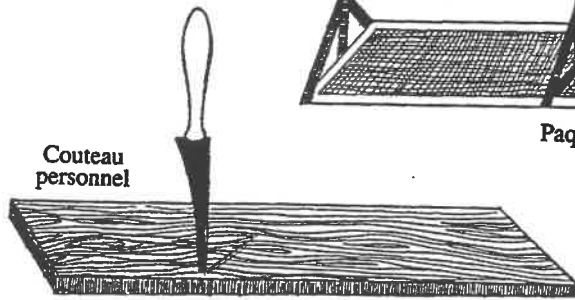


Rouleau à donner un sens

Rouleau à renforcer

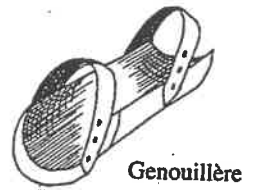


Paque

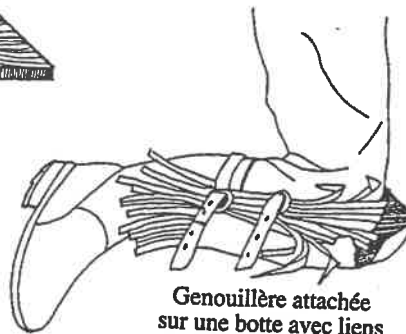


Couteau personnel

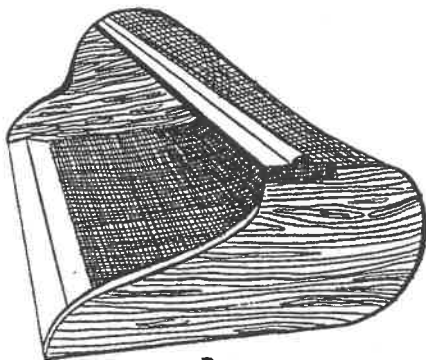
Planche (de 2 à 3 mètres)



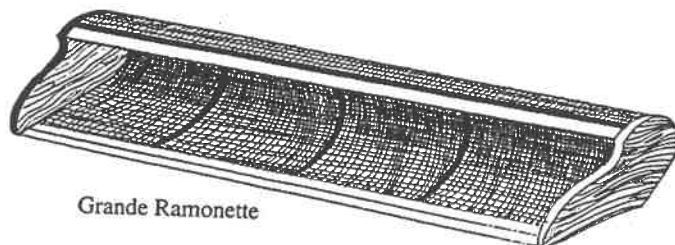
Genouillère



Genouillère attachée sur une botte avec liens



Ramonette



Grande Ramonette

## LES PROPRIETES DU CRESSON

On sait que le cresson contient plus de fer que les épinards. Il apporte à l'organisme du phosphore du calcium, du soufre, du magnésium, et de l'iode (3mg par botte). Il est diurétique, fébrifuge et dépuratif. Il contient des vitamines A, B2, C et PP.

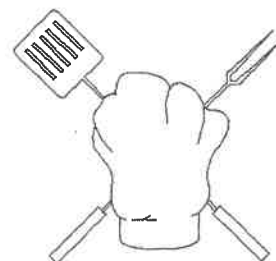
Le cresson était dénommé "santé du corps" dès l'Antiquité. Hippocrate le recommandait comme expectorant et Discoride puis Pline affirmaient ses propriétés diurétiques.

Au Moyen Age, on y avait recours comme dépuratif dans les affections pulmonaires. Le roi Saint Louis était un fervent défenseur du cresson.

A partir du XVIème siècle, les vertus diurétiques, apéritives et antiscorbutiques du cresson sont unanimement reconnues.

Aujourd'hui, le cresson connaît un regain d'intérêt. C'est un produit naturel qui a conservé ses nombreuses vertus.

Alors : "MANGEZ DU CRESSON !"

**RECETTES A BASE DE CRESSON****SOUPE DE CRESSON**

Préparation et cuisson 1 heure  
 Ingrédients : 1 botte de cresson  
 Pour 4 à 5 personnes 4 pommes de terre  
 1 1/2 l d'eau  
 150 g de crème fraîche  
 sel, poivre

Coupez les tiges de cresson juste à la limite des feuilles. Lavez le tout très soigneusement à plusieurs eaux. Mettez de côté une vingtaine de feuilles.

Epluchez les pommes de terre. Lavez-les et coupez-les en gros dés. Faites bouillir l'eau avec du sel et du poivre. Plongez-y les pommes de terre, les tiges et feuilles de cresson.

Passez le potage au moulin à légumes ou au mixeur. Versez le tout dans une soupière chaude. Décorez avec les feuilles fraîches de cresson.

**SALADE DE CRESSON**

Ingrédients pour 6 personnes : 1 botte de cresson

Lavez soigneusement une botte de cresson après l'avoir équeutée. Faites une sauce vinaigrette simple ou à la moutarde. Placez dans un saladier le cresson égoutté, versez la sauce dessus et remuez.

**VINAIGRETTE AU CRESSON**

Ingrédients : 3 bottes de cresson  
 1 l de crème fleurette  
 1/4 l de vinaigre de Xérès  
 sel, poivre

Lavez soigneusement et bien essorer le cresson. Au dernier moment, pour éviter l'oxydation donc le changement de couleur, mixer très finement le cresson, ajouter cette purée de cresson à la crème, puis le vinaigre, sel, poivre.

Cette sauce permet d'accompagner des poissons froids, terrines de poissons, terrines de légumes, ou des crudités...

**ASSAISONNEMENT AU CRESSON**

Ingrédients 150 g de cresson  
 2 gousses d'ail  
 3 cl de mayonnaise  
 sel, poivre  
 1 jus de citron

Ecrasez ail et cresson au mixeur. Salez, poivrez et incorporez la mayonnaise. Mettez au réfrigérateur et servez très froid.

Cet assaisonnement accompagne : salade, avocat, poisson, hors d'oeuvre, viande froide.



## FLANS DE CRESSON AUX MOULES

Préparation :	20 minutes
Cuisson :	40 minutes
Ingrédients :	1 botte de cresson
pour 4 personnes	2,5 dl de crème
	20 g de beurre
	1,5 kg de moules
	1 dl de vin blanc
	2 échalotes hachées
	sauce aux moules
Pour le flan :	2 oeufs + 2 jaunes
	1/4 litre de lait
	1 dl de crème
	8 cuillerées à soupe de crème de cresson
	sel, poivre, muscade.

Faites cuire les moules avec le vin blanc et les échalotes. Les décoquiller et filtrer le jus de cuisson.

Lavez le cresson, le blanchir 4 minutes à l'eau bouillante. Le rafraîchir, l'égoutter et le mixer. Le mettre dans une casserole avec 2,5 dl de crème, cuire jusqu'à bonne consistance.

Battre les oeufs et les jaunes, ajouter le lait et 1 dl de crème assaisonnée et bouillante. Ajouter 3 cuillerées à soupe de crème de cresson.

Beurrez des petits moules, répartir les moules décortiquées et verser dessus la précédente préparation. Mettre au four au bain-marie à feu moyen 35 à 40 minutes. Vérifier la cuisson avec une aiguille.

Démoulez les flans sur assiette et entourez de sauce bien chaude.

## SAUCE AU CRESSON A LA CREME

Préparation	5 minutes
Cuisson :	3 minutes 30
Ingrédients :	1 botte de cresson
	100 g de crème fraîche
	15 g de beurre
	sel, poivre

Lavez et effeuillez le cresson

Mettez-le dans la petite cocotte avec le beurre et faites cuire deux minutes au micro-ondes à la puissance maximale.

Ajoutez la crème. Salez, poivrez, remuez. Remettre une minute au four. Passez au mixeur.

## MOUSSE DE COQUILLES SAINT-JACQUES SAUCE CRESSON

Ingrédients : 400 g de noix de coquilles Saint-Jacques  
 pour 4 personnes 2 oeufs  
 300 g de crème fraîche  
 Sel, poivre  
 Jus d'1/2 citron  
 1 botte de cresson  
 40 g de beurre  
 1 échalote

Préchauffez le four à 220 °. Beurrer 4 ramequins

Pour la mousse : lavez 400 g de noix de coquilles Saint-Jacques. Les mettre dans le mixeur. Mixer, ajoutez ensuite 2 oeufs, 100 g de crème fraîche, le sel et du poivre. Versez dans les ramequins. Faites cuire dans le four chaud, thermostat 220° au bain-marie 30 minutes

Pour la sauce : laver une botte de cresson. Mixer le cresson, 1 échalote, et 40 g de beurre. Faire cuire en remuant pendant 5 minutes. Ajoutez le jus 1/2 citron, 200 g de crème fraîche liquide, sel et poivre. Cuire 5 minutes tout en remuant. Démouler les ramequins, et les napper de sauce.

## FILETS DE SAINT-PIERRE A LA CREME DE CRESSON

Ingrédients : 1 Saint-Pierre de 1,500 kg (faites lever les filets par le poissonnier, gardez les parures pour la confection du fumet)  
 1 oignon et 2 échalotes  
 1 blanc de poireau  
 1 bouquet garni  
 2 dl de vin blanc sec  
 70 g de beurre  
 2 dl de crème fraîche liquide  
 1 botte de cresson bien frais

Le fumet : pelez et émincez l'oignon et les échalotes. Hachez grossièrement les parures du poisson, essuyez-les. Faites chauffer 40 g de beurre dans une casserole où vous mettrez les parures à revenir. Ajoutez ensuite oignon, échalotes, poireau et bouquet garni. Mouillez avec un demi-litre d'eau et avec le vin blanc. Laissez bouillir doucement 30 minutes.

La crème de cresson : pendant ce temps, nettoyez le cresson à l'eau courante et essorez-le. Dans une casserole, faites chauffer 30 g de beurre où vous mettrez le cresson à fondre à feu doux avec une pincée de sel. Quand le cresson est fondu, ajoutez la crème. Laissez cuire l'ensemble jusqu'à ce que vous obteniez une sauce onctueuse. Vérifiez l'assaisonnement. Vous pouvez l'utiliser telle quelle ou bien la passer au mixeur : en ce cas, elle sera plus fine. Maintenez cette sauce au chaud jusqu'au moment de servir.

Le Saint-Pierre : faites pocher pendant 4 minutes les filets de poisson dans ce fumet maintenu au frémissement.

Présentation : Etalez les filets sur le plat de service chaud, nappez-les avec la crème de cresson.

**SOUFFLE AU FROMAGE ET AU CRESSON**

Préparation	15 minutes	
Cuisson :	40 à 50 minutes	Four à 180°
Ingrédients :	25 g de beurre	
Pour 4 personnes	25 g de farine	
	30 cl de lait	
	80 g de gruyère râpé	
	1 botte de cresson équeuté	
	3 oeufs, blancs séparés des jaunes	
	sel, poivre	
	beurre pour graisser le plat.	

Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine et remuez 2 à 3 minutes.

Incorporez le lait peu à peu, portez à ébullition sans cesser de remuer, puis laissez cuire 3 minutes. Hors du feu, ajoutez le fromage.

Réservez quelques feuilles de cresson pour la décoration et hachez le reste. Ajoutez-le dans la casserole ainsi que les jaunes d'oeufs. Salez et poivrez.

Incorporez les blancs d'oeufs battus en neige très ferme.

Versez dans un moule à soufflé beurré, faites cuire 40 à 50 minutes.

Décorez avec les feuilles de cresson et servez avec des tomates à la provençale.

**BON APPETIT !****VIN DE CRESSON**

Préparation et cuisson :	10 minutes
Ingrédients :	1 botte de cresson
	2 bouteilles de bon vin
	200 g de sucre
	20 cl d'eau de vie

Mettre le cresson dans un saladier et le vin par dessus, enfoncez le cresson dans le vin pour que le vin recouvre le cresson ; laisser ainsi macérer pendant 20 à 24 h.

Mettre le cresson et le vin dans une passoire et écraser le cresson avec un pilon. Le cresson devient une boule ; 1,5 litre de liquide devient 1,75 litre.

Passez le liquide avec un chiffon. Mesurez le liquide

Ajoutez 150 à 200 g de sucre en poudre par litre et 20 cl d'eau de vie en même temps que le sucre. Bien remuer pour faire fondre le sucre.

Mettre en bouteilles avec un bouchon peu hermétique pendant 24 h et ensuite boucher les bouteilles pour pouvoir le conserver. Pour le consommer attendre 10 jours.

**BONNE DEGUSTATION !**

