
FLEURS COMESTIBLES & HERBES AROMATIQUES

LUCIE BOUR, JADE GUEZENEC ET TIMOTHÉE SOUGY

PROJET TUTORE - ETUDIANTS DE L'IUT DE CRÉTEIL-VITRY

TUTRICE : NATHALIE LEROY



SOMMAIRE

Présentation des étudiants

- Timothée SOUGY
- Lucie BOUR
- Jade GUEZENEC

Les fleurs comestibles et herbes aromatiques – les notions de base

Intervention du 18 mars

- Atelier cuisine
- Déjeuner
- Conférence

Remerciements

Questions

Présentation des étudiants – Timothée SOUGY



BACCALAURÉAT SÉRIE
ÉCONOMIQUE ET SOCIAL



MASTER ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE
LA PERFORMANCE SPORTIVE ET NUTRITION



2^{ÈME} ANNÉE DE DUT⁽¹⁾ GÉNIE
BIOLOGIQUE OPTION DIÉTÉTIQUE



PRATIQUE SPORTIVE



COACHING



LECTURE

⁽¹⁾diplôme universitaire de technologie

Présentation des étudiants – Lucie BOUR



BACCALAURÉAT SÉRIE SCIENCES ET
TECHNOLOGIES DE LABORATOIRE



2^{ÈME} ANNÉE DE DUT⁽¹⁾ GÉNIE
BIOLOGIQUE OPTION DIÉTÉTIQUE



LECTURE



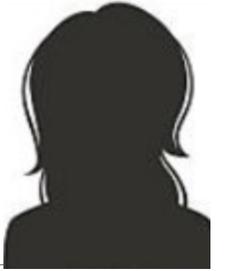
CUISINE



DANSE

⁽¹⁾diplôme universitaire de technologie

Présentation des étudiants – Jade GUEZENNEC



BACCALAURÉAT SÉRIE SCIENTIFIQUE



2^{ÈME} ANNÉE DE DUT⁽¹⁾ GÉNIE
BIOLOGIQUE OPTION DIÉTÉTIQUE



MUSIQUE



BENEVOLAT



THEATRE

⁽¹⁾diplôme universitaire de technologie

Les fleurs comestibles

Manger des fleurs, c'est à la mode !

Cette pratique date de l'Antiquité

Saveur, couleur, odeur...

Sauvages ou domestiques

Environ 50 fleurs avec un intérêt gastronomique (sur 200 comestibles)

Les fleurs ont une partie protectrice et une partie fertile



Fleurs comestibles



Fleurs de décoration



Fleurs à salade



Fleurs épicées

Les herbes aromatiques

Saveurs et odeurs, mais pas que !

Assaisonner et parfumer

Vertus médicinales

Souvent consommées fraîches et entières

Feuilles des plantes

N.B. : graines de coriandre = épices ; feuilles de coriandre = herbes aromatiques



Herbes aromatiques



Herbes à notes florales



Herbes à odeurs
anisées



Herbes à sensation de
fraicheur



Intervention du 18 mars – Atelier cuisine

10h – 12h

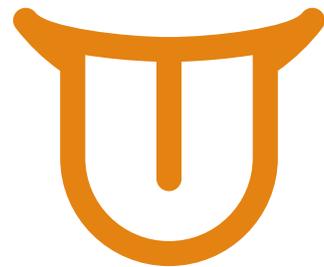
3 recettes

3 étudiants

3 appartements

6 résidents

Intervention du 18 mars – Déjeuner



Dégustation



Discussions et échanges

Intervention du 18 mars – Conférence

Groupes de 5-6 personnes

Présentation de fleurs comestibles et d'herbes aromatiques (à la carte !)



Rose



Ail des ours



Pensée



Primevère



Persil



Angélique



Bourrache

Remerciements

Nathalie Leroy

L'IUT de Créteil-Vitry

DOMITYS

Tania Barbosa

Aurélie Lançon

A background image showing a kitchen scene where several people are preparing fresh vegetables. In the foreground, there are various vegetables like tomatoes, radishes, and bell peppers on a cutting board. A person is holding a head of broccoli. A glass pitcher with oil is on the left. The scene is dimly lit, with a dark overlay.

Nous avons hâte de vous retrouver
JEUDI 18 MARS

Avez-vous des questions ?

Lucie – Jade - Timothée