

Elle a une couleur exceptionnelle, une odeur incomparable, des vertus extraordinaires. Rien que ça ! Elle a élu domicile au coeur de la Provence, et offre à nos yeux le spectacle de ses immenses champs bleutés. Depuis peu, elle fait l'objet d'une nouvelle tendance dans les coffee shop, spécialement outre-Atlantique... Vous l'avez reconnue, celle qui fait des ravages aussi bien à Vancouver qu'à Los Angeles ?

Un mélange étonnant !

Vous auriez eu idée vous-même d'associer du café à de la lavande ? Improbable, non ? Et pourtant, non seulement le mélange de ces saveurs fonctionne bien, mais en plus l'effet est doublement intéressant.

Ce n'est plus à prouver, le café a des **vertus énergisantes** agissant sur la concentration.

Outre son apport en caféine, même la sensation en bouche joue un rôle tonifiant.

Quant à la lavande, c'est simple, c'est tout l'inverse ! Réputée pour ses vertus apaisantes, elle préserve le système nerveux de l'anxiété et aide à combattre les troubles du sommeil.

Vous combinez les deux, et vous obtenez le "Latte à la lavande", une potion magique au goût unique. L'arôme doux et floral de la lavande se mêle au côté amer et corsé du café, créant ainsi une nouvelle saveur captée par la mousse de lait (ingrédient phare également de cette composition).

Un sirop de lavande maison

Dans le "Latte à la lavande", la fleur se trouve avant tout sous forme de sirop. Si vous voulez le faire vous-même, ce n'est pas bien compliqué :

Mettre dans une casserole $\frac{1}{2}$ tasse d'eau et $\frac{1}{4}$ de tasse de lavande séchée.

Laisser frémir 3 minutes, puis retirer du feu.

Laisser infuser 20 minutes.

Filtrer les fleurs et les jeter.

Dans une autre casserole, ajouter $\frac{1}{2}$ tasse de sucre et 3 c. à soupe d'eau.

Porter à ébullition en remuant pour dissoudre le sucre.

Le latte lavande : *Une plongée insolite au coeur de la Provence !*

Laisser frémir 3 minutes, puis ajouter le liquide de lavande.

Bien mélanger, retirer du feu et laisser refroidir.

Transvaser dans une bouteille fermée et conserver au réfrigérateur.

La recette du “Latte à la lavande”

Pour une tasse :

1 petite tasse de café, plutôt corsé

¼ de tasse de lait de vache ou lait végétal

2 c. à soupe de sirop de lavande

Un peu de lavande séchée

Préparer un espresso.

Faire chauffer le lait sans le faire bouillir.

Le verser dans une bouteille fermée, et secouer. Le lait doit devenir mousseux.

Verser 2 cuillères à soupe de sirop de lavande dans une tasse.

Verser le café chaud sur le sirop.

Ajouter le lait mousseux.

Parsemer de quelques fleurs de lavande séchée.

Bien sûr, n’hésitez pas à tester et ajuster les quantités de chaque ingrédient selon vos goûts.

Le tout est de trouver le juste dosage qui donnera à votre café un arôme floral bien équilibré.

Quel café choisir ?

Le **Grand Arabica** nous semble particulièrement approprié : rond, charpenté, crémeux, tout en restant assez neutre pour laisser les saveurs de la lavande s'exprimer pleinement.

L'intensité et la longueur en bouche du café **Cameroun Frères du Noun** s'intègrent également avec harmonie à cette boisson.

Quant au **Nicaragua**, il s'avère être un café à la fois puissant, gourmand et velouté, s'accordant bien avec la fleur bleutée de notre belle région ensoleillée.

Nous vous invitons joyeusement à vous lancer dans ce type d'expérience audacieuse !

Articles similaires



**Comment bien
préparer sa rentrée ?
Nos conseils**



**Recette
rafraîchissante: Café
glacé au caramel**



**Slow cosmétique à
faire soi-même !**