

## *Les plantes et leurs secrets*

### *Des recettes et des histoires - Le vinaigre des 4 voleurs*



#### *L'histoire (ou la légende)*

En 1630 une épidémie de peste ravage la région de Toulouse, on compte plus de 50000 morts en un rien de temps. Quatre voleurs, en excellente forme, sont pris sur le fait en train de détrousser des cadavres. Ils racontent alors qu'ils s'enduisaient le corps d'un vinaigre de leur composition, qui les protégeait de cette maladie horriblement contagieuse. Depuis, on l'appelle vinaigre des 4 voleurs. Mais sa recette varie selon les auteurs. En voici deux.

#### *Recette 1 (version longue, cueillie sur un blog) :*

Laisser macérer pendant 10 à 15 jours (minimum) dans 1 litre de vinaigre :

20 g de romarin ; 20 g de lavande ; 20 g de sauge ; 20 g d'absinthe ; 20 g de rue ; 20 g de thym ; 20 g de menthe ; 3 g de muscade en poudre ; 30 clous de girofles ; 3 g de cannelle en poudre ; 3 gousses d'ail.

Filtrez et mettez dans des petites bouteilles en verre à l'abri de la chaleur et de la lumière.

#### *Recette 2 (version courte, la mienne) :*

Comme il n'y a que 4 voleurs, j'utilise seulement 4 ingrédients : du thym, du romarin, de la sauge et de la lavande. Je mets les plantes, en parts égales, dans un récipient en verre et je couvre de vinaigre chaud, du vinaigre biologique de cidre ou de pommes. Je ferme le bocal et je laisse macérer à l'ombre durant une lunaison (4 semaines, on reste sur le chiffre 4 !).

Ce vinaigre se prépare de préférence à partir du mois de mai (le romarin puis la sauge sont en fleurs) jusqu'en septembre avec des plantes tout juste cueillies par une journée sèche et bien ensoleillée. On peut utiliser ensuite, au cours de l'hiver, des plantes séchées.

Outre ses propriétés antiseptiques, c'est un vinaigre très aromatique au parfum subtil, qui vous ravira pour assaisonner les salades.

**Note :** le vinaigre est un antiseptique naturel, on peut l'utiliser en friction, en lotion, dilué (1 partie de vinaigre pour 10 d'eau, au moins), il rend aussi les cheveux brillants. Attention cependant de ne pas en donner aux femmes enceintes et aux enfants car il contient de l'alcool.