

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

BOUTONS D'AIL DES OURS AU VINAIGRE ET AUX EPICES

Pour 3 pots de confiture :

300g boutons d'ail des ours – 600ml vinaigre de cidre – 40g sucre – 2 càc sel fin – 2 càc graines de coriandre – 2 càc poivre en grains – 2 feuilles de laurier -

Laver les boutons et les égoutter. Les disposer dans les pots (trempés dans l'eau bouillante et égouttés) en les tassant. Dans une casserole, porter à ébullition le vinaigre avec le sucre, le sel et les aromates. Verser sur les boutons jusqu'à ras bord. Refermer, retourner les pots et laisser refroidir. Conserver dans un placard à l'abri de la lumière. A ne consommer qu'un mois après.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr