



BOUILLON DE LEGUMES

RECETTE FACILE AVEC DES EPLUCHURES



Ingrédients

- 400grs de légumes avec:
- Epluchures de carottes
- Verts de poireaux
- Persil un peu flétri
- Morceaux de céleri
- Morceaux d'oignons (pas la peau marron)
- 200grs de gros sel max
- 2 c.à.s. d'huile d'olive
- Curcuma, feuille de laurier, thym séché....

PRÉPARATION : 10 MIN

CUISSON : 5H À 60°C

CONSERVATION: 6 MOIS

Préparation

1. Gardez dans une poche au congélateur vos épluchures et morceaux d'aromatiques avant qu'ils ne vieillissent un peu trop. Ne pas mettre de pommes de terre. Cèleri, vert de poireaux, peaux de carottes (propres) et persil sont vraiment la base pour un bouillon qui a du goût.
2. Une fois la poche pleine, soit environ 400grs, faire revenir les épluchures dans un tout petit peu d'huile (pas trop sinon ça va rencir) et remuer jusqu'à évaporation de l'eau.
3. Mettre à sécher, soit au four à température mini (50-60°C) pendant 5h dans un plat, soit au déshydrateur.
4. Vérifier que le mélange soit bien sec, puis mixer avec du gros sel et les épices souhaitées. Se conserve 6 mois dans un pot hermétique et à l'abri de la lumière.