

Série A : Les fruits et les baies d'automne



La confiture de mûres ou de sureau noir

- ☞ Enlève la queue des fruits, nettoie les bien.
- ☞ Mets les fruits préparés dans une casserole et verse en pluie le gélifiant puis remue.
- ☞ Porte à ébullition et fais bouillir à feu vif en continuant de remuer.
- ☞ Ajoute du sucre (même quantité que le poids des fruits ramassés)
- ☞ Porte à ébullition et laisse cuire à gros bouillon pendant 5 mn.
- ☞ Enlève la casserole du feu et remplis tes pots propres et couvre-les avec un couvercle.



ATTENTION, C'EST TRES CHAUD.

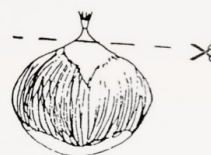
Tu peux conserver tes pots dans un endroit frais et sec.



Les châtaignes grillées

- ☞ Dans une vieille casserole, mets au fond une double feuille d'aluminium.

- ☞ Avec un couteau, coupe le haut des châtaignes.
- ☞ Puis, mets le feu assez fort sous la casserole. Quand une bonne odeur se dégage, tu peux éteindre.

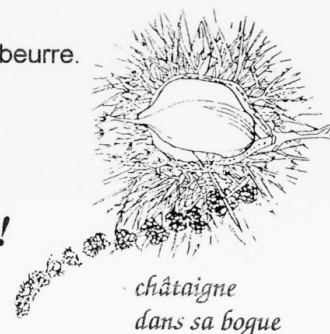


châtaigne

- ☞ Déguste tes châtaignes épluchées avec une petite noix de beurre.

C'est délicieux.

***A toi d'essayer
gros gourmand !***



Association La Cicadelle

☞ La Boirie - 85 190 AIZENAY

☞ 02 51 34 72 57 - ☞ accueil@cicadelle.org

☞ <http://cicadelle.org>

