

LE SOBRELIER
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ
ROUTIÈRE VIVRE,
ENSEMBLE

HORS les mûres

Recette liquide

N°1

POUR 1 LITRE DE BOISSON

INGRÉDIENTS

Mûres x 500 g
Pomme de terre x 1 pièce
Poivron rouge x 1 pièce
Vinaigre balsamique x 10 cl
Eau de cuisson de riz x 50 cl

MATÉRIEL

1 planche à découper
1 couteau
1 économe
1 four
1 saladier

1 tamis
à mailles fines
1 louche
1 bol
2 casseroles
1 écumoire araignée
1 entonnoir
1 bocal à couvercle
en verre de 2 litres
1 bouteille de 1 litre

TEMPS DE PRÉPARATION

1 heure

TEMPS DE REPOS

24 heures

DATE LIMITE D'UTILISATION

OPTIMALE

3 jours après mise
en bouteille

ALLERGÈNES

Riz, sulfites (vinaigre
balsamique)



Sur une planche à découper, au moyen d'un couteau, tranchez le poivron en 2 et évidez-le en prenant également soin de retirer sa tige



Avec un économe, ôtez la peau de la pomme de terre

Placez les 2 moitiés de poivron et les pelures de pomme de terre sur une plaque de cuisson au four pendant 40 minutes à 180 °C

Remplissez un saladier avec 500 g de mûres que vous écraserez à la main afin d'en libérer le jus

Filtrez le contenu du saladier à travers un tamis à mailles fines en y pressant les mûres avec le dos d'une louche pour en extraire un maximum de jus frais que vous récupérerez dans un bol

Dans une casserole, versez la purée résiduelle de mûres captée par le tamis dans 50 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen pendant 30 minutes pour en obtenir une décoction

Dans une deuxième casserole, et dans le même temps, faites chauffer à feu moyen pendant 30 minutes 50 cl d'eau de cuisson de riz et

ôtez la mousse d'amidon à mesure qu'elle apparaît au moyen d'une écumoire araignée

Dans un saladier, débarrassez l'eau de cuisson de riz écumée ainsi que la décoction de purée de mûres que vous filtrerez à travers un tamis à mailles fines

Transvasez la préparation dans un bocal à couvercle et ajoutez-y 10 cl de vinaigre balsamique

En sortie de four, pelez les 2 moitiés de poivron et incorporez au bocal leur peau ainsi que celle de la pomme de terre

Fermez le bocal et laissez reposer à température ambiante durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvasez le contenu du bocal, après l'avoir filtré à travers un tamis à mailles fines, dans une bouteille de 1 litre au moyen d'un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servir frais

