CHLOROPHYLLES D’AIL DES OURS

CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 10 grammes

Ingrédient	Quantité
feuille ail des ours	200 gr
eau de source	400 gr

Préparation

1. Mixer les feuilles d'ail des ours et l'eau au blender.

2. Passer le liquide au chinois étamine et le chauffer tout doucement pour atteindre +/- 70°C. De petites particules vertes vont se séparer du liquide et apparaître à la surface.

3. Récupérer ces particules et les déposer sur un linge étamine poser sur une passette. Quand le liquide est égoutté, récupérer la chlorophylle et la conserver au frais

CC BY SA Cuisine Sauvage ASBL, 2015-2025