

# CHLOROPHYLLES D'AIL DES OURS



## 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  
\_\_\_\_\_