

# GELÉE D'ORTIES ET GRAINES D'ORTIES

## Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Ortie	10 gr
Sucre fin	70 gr
Agar-agar	2 gr
eau	100 ml
Graines d'orties	3 gr
Jus de citron	1/4 pc

## Préparation

1. Préparer les herbes : Laver et essorer les orties. Rincer et éponger les graines.  

---

---
2. Marquer en cuisson la gelée : Bouillir l'eau, une fois à ébullition couper la source de chaleur et infuser les feuilles d'ortie 15 minutes à couvert. Filtrer à l'étamine. Ajouter le sucre fin, porter à nouveau à ébullition 10 minutes.  

---

---
3. Ajouter l'agar-agar (délayé dans un peu d'eau froide préalablement). Amener à ébullition et cuire 5 minutes. Ajouter les graines d'orties.  

---

---
4. 4. Finition Verser la préparation chaude dans des bocal stérilisés (quelques minutes dans une eau bouillant).  

---

---