



La
virée
bocal



EFFILOCHÉ DE COURGETTES



Conservation :
+ 1 an à température
ambiante

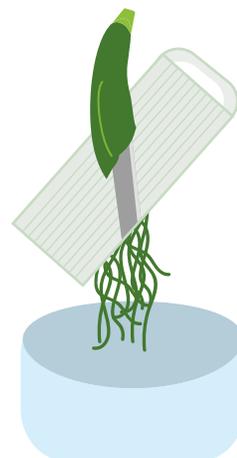
Ça pourrait aussi s'appeler un bon vieux **chutney de zucchini**. Mais on dirait que ça fait moins "chic"! La plupart des gens finissent par broyer les légumes, faute de temps ou d'équipement. Mais ça vaut vraiment la peine de s'équiper d'une bonne **mandoline** pour pouvoir **jouer avec les textures**. Vous pourriez ramener au goût du jour la recette de relish de courgettes de votre grand-mère en effilochant les courgettes plutôt qu'en les broyant, tout simplement! Celle-ci est inspirée des chutneys que l'on sert avec les **plats indiens épicés**. **Alors... on se lance!**

LISTE DES INGRÉDIENTS

- 1kg de courgette
- 250g de carottes
- 5g de gingembre frais
- 5g de piment fort frais (ou congelé)
- (125ml) ½ tasse de vinaigre blanc
- 1g de sel
- 1¼ de tasse de vinaigre blanc
- ⅔ tasse d'eau
- Moutarde, au goût
- Curcuma, au goût
- Muscade, au goût
- Graines de tournesol, au goût
- Raisins secs, au goût

LISTE DU MATÉRIEL

- Robot mélangeur
- Mandoline ou robot culinaire avec râpe
- 6 pots Mason de 500ml
- Marmite à conserves
- Support à conserves
- Chaudron
- Louche
- Entonnoir à conserves
- Spatule non-métallique





LA RECETTE

- 1 Au robot mélangeur, broyer le gingembre, le piment fort et ½ tasse de vinaigre. Réserver au frigo.
- 2 À l'aide d'une mandoline ou d'un robot culinaire muni d'une râpe, **râper les courgettes et les carottes**. Mélanger avec le sel et réserver pour un **maximum de 24h**. Au bout d'au moins 1h, égoutter les carottes et les courgettes (ne pas rincer, seulement égoutter).
- 3 Dans une marmite, mettre le support à conserve au fond et chauffer assez d'eau pour y plonger les pots Mason. Laisser réchauffer les pots.
- 4 Dans un chaudron, amener à ébullition 1 ¾ de tasse de vinaigre blanc et 2/3 de tasse d'eau. Ajouter la moutarde, le curcuma, la muscade, les graines de tournesol et les raisins secs.
- 5 Une fois revenu à ébullition, ajouter les légumes, fermer le couvercle et chauffer **20 minutes à feu élevé**.
- 6 À l'aide d'une louche, entasser le mélange chaud dans les pots chauds jusqu'à ½ pouce du bord.
Astuce: Utiliser un entonnoir à conserves pour faciliter le travail.
- 7 À l'aide d'une spatule non métallique, **retirer les bulles d'air** qui auraient pu se former dans le mélange. Puisque celui-ci est assez épais, vous pouvez aussi vous aider avec un pilon.
Nettoyer les bords du pot si ceux-ci ont été salis.
- 8 Traiter **20 minutes** dans un chaudron d'eau bouillante ou un bain de vapeur prévu pour les conserves. Cette étape est nécessaire pour détruire les microorganismes nuisibles. Une fois le traitement terminé, sortir les pots et les déposer sur un linge propre. C'est le moment où les couvercles devraient émettre un "**pop**", signe du retrait de l'oxygène.

