

# GELÉE DE BAIE DE SUREAU

## CUEILLETTE

Récolter seulement les baies de sureau bien mûres : secouer énergiquement les grappes dans un grand récipient afin de faire tomber les baies à pleines maturités et ne pas conserver celles qui restent fermement accrocher car elles ne sont pas mures.

## TEMPS TOTAL

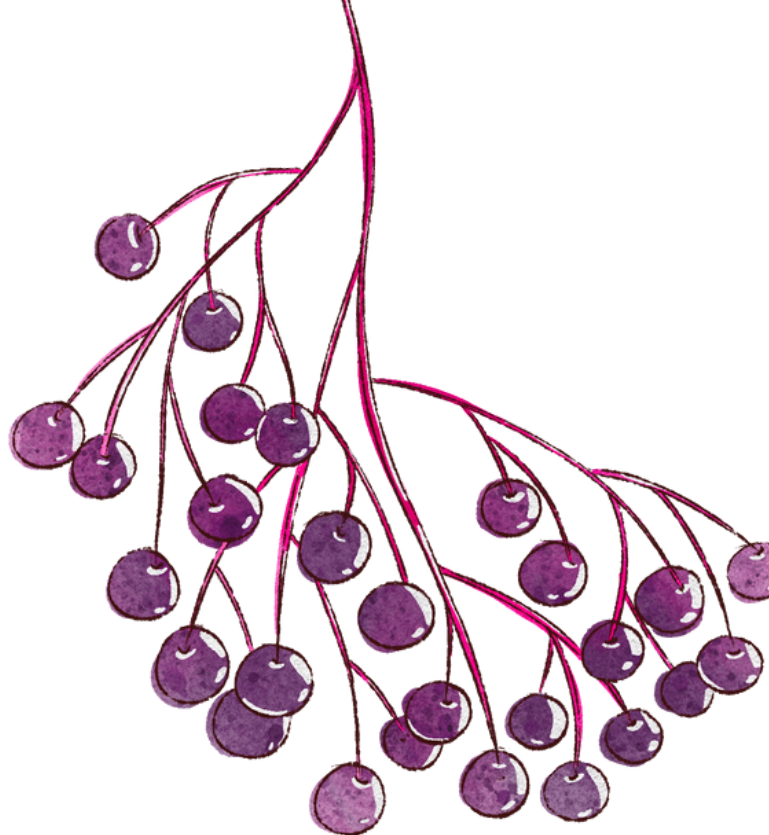
préparation : 1 heure

## INGRÉDIENTS

1,5 kg de baies (environ 1L de jus)

500 g de sucre (pour 1L de jus)

4 g d'agar-agar (pour 1L de jus)



## PRÉPARATION

Ne lavez pas les baies afin de ne pas apporter d'eau à votre future gelée.

Chauffer à feu doux les baies dans une bassine à confiture pour les faire éclater. Passer le jus dans un tamis fin et pressez avec le dos d'une cuillère pour extraire le jus.

Filtrer le jus qui doit être le plus propre possible (sans pépins, ni peau). Mesurer le jus ainsi obtenu.

Verser le jus chaud dans une marmite, ajouter le sucre et l'agar-agar préalablement mélangés ensemble. Chauffer jusqu'au premier bouillon.

Versez le jus chaud dans vos pots propres. Fermez les pots.

Attendez que le contenu ait bien figé.

# GELÉE DE FLEUR DE SUREAU

---

## CUEILLETTE

Récolter les ombelles l'après-midi quand les fleurs sont bien ouvertes. Secouer pour faire tomber les éventuels insectes puis effleurer les ombelles (retirer les tiges et tigettes).

## TEMPS TOTAL

infusion : 72h

préparation : 30 min

## INGRÉDIENTS

500g de fleurs fraîches

---

5 litres d'eau

---

4 kg de sucre

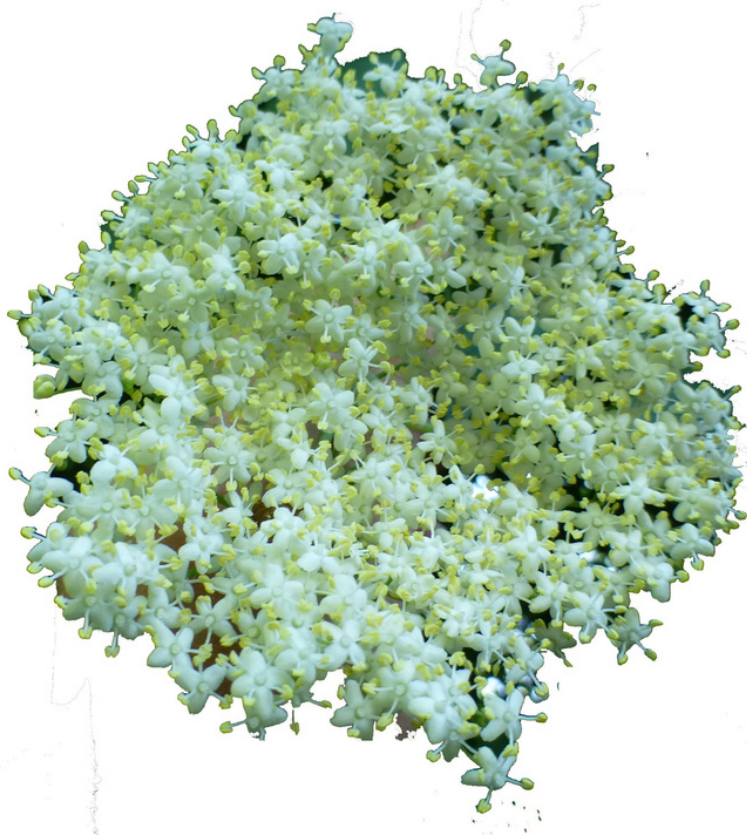
---

250 g du jus de citron

---

35 g d'agar-agar

---



## PRÉPARATION

Amener les 5 litres d'eau à ébullition.

Verser les 500 g de fleurs de sureau et ramenez au bouillon. Éteindre le feu, couvrir et laissez infuser 72 h.

Filter l'infusion puis diluer l'agar-agar dans 1/2 litre d'infusion.

Rajouter le sucre et le jus de citron puis amener le mélange à ébullition en remuant régulièrement.

Laisser bouillir 5 minutes, rajouter l'agar-agar dilué et laisser bouillir à nouveau 5 minutes.

Éteindre le feu et mettre en pot.

Pour la stérilisation vous pouvez soit retourner les pots jusqu'à refroidissement, soit passer les pots 15 minutes dans l'eau bouillonnante.

# PÉTILLANT DE FLEUR DE SUREAU

## CUEILLETTE

Récolter les ombelles l'après-midi quand les fleurs sont bien ouvertes. Secouer pour faire tomber les éventuels insectes puis effleurer les ombelles (retirer les tiges et tigettes).

## TEMPS TOTAL

infusion et fermentation : 1 semaine  
préparation : 30 min

## INGRÉDIENTS

10 ombelles

4,5 litres d'eau

750 g de sucre

4 citrons, zeste et jus

1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre

## MISE EN BOUTEILLE

Stériliser les bouteilles à bouchon mécanique avec de l'eau bouillante. Filtrer le pétillant et remplir les bouteilles jusqu'à 2cm de l'ouverture. Stocker dans un endroit frais et à l'abri de la lumière.

Le 'pétillant' est prêt à boire après une semaine. On peut le stocker plusieurs mois.



## PRÉPARATION

Porter à l'ébullition 2L d'eau, ajouter le sucre. Remuer jusqu'à ce que tout le sucre soit dissout. Laisser tiédir et verser le mélange dans un récipient avec un couvercle (éviter les insectes).

Rajouter 2,5L d'eau froide puis les fleurs, le vinaigre, le zeste et jus des citrons ( $T^{\circ} < 25^{\circ}C$ ).

Couvrir et laisser macérer 24h à 36h à température ambiante (environ  $20^{\circ}$ ). Mélanger une fois par jour avec une cuillère stérilisée.

Après ce temps d'infusion enlever les fleurs et les zestes de citron avec une passoire et laisser le mélange fermenter encore 3 jours.

Pendant ces 2 ou 3 premiers jours la levure naturelle des fleurs va commencer à s'activer.



# SIROP DE FLEUR DE SUREAU

## CUEILLETTE

Récolter les ombelles l'après-midi quand les fleurs sont bien ouvertes. Secouer pour faire tomber les éventuels insectes puis effleurer les ombelles (retirer les tiges et tigettes).

## TEMPS TOTAL

infusion : 72h

préparation : 30 min

## INGRÉDIENTS

35 ombelles

1,5 litres d'eau

1,5 kg de sucre

3 citrons (bio de préférence)



## PRÉPARATION

Ne pas passer les fleurs sous l'eau.

Laver les citrons bio et les couper en fines tranches.

Dans de grands contenants, mettre les fleurs de sureau et les tranches de 2 citrons. Ajouter l'eau bouillante, couvrir puis laisser infuser 48 à 72h.

Filterer alors avec un chinois puis ajouter le sucre et le jus d'1 citron dans l'infusion. Chauffer la préparation jusqu'à ce que tout le sucre soit dissout.

Verser le sirop bouillant dans une bouteille propre et préalablement passée à l'eau bouillante. Fermez et tenir au frais après refroidissement.

Le sirop parfamera vos citronnades et peut se consommer pur pour soulager les mots de gorge.

