

FloraTrek

des hommes et des plantes

Câpres de capucine

Préparation : 20 mn

Niveau : Facile

Budget : Faible

Ingrédients

- Fruits de capucine (*tropolanum majus*)
- Estragon
- Ail
- Poivre
- Gros sel

Préparation

- Cueillez les fruits verts des câpres.
- Lavez les bien, et placez les dans un récipient bien couverts de gros sel.
- Laissez reposer toute une nuit.
- Égouttez les, puis mettez les en bocal avec poivre, estragon et ail.
- Couvrez avec du vinaigre.
- Laissez de côté le bocal 1 bon mois avant de vous en servir.

FloraTrek

des hommes et des plantes

Pourquoi ne pas les utiliser en sauce blanche avec des filets de cabillaud ?

Pour les cabillauds:

Faites cuire les filets panés, en les faisant cuire 5 minutes de chaque côté.

Pour la sauce blanche:

Mélangez 2 jaunes d'oeufs, avec un peu de fumet de poisson filtré (20 minutes), ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche et 2 cuillères à soupe de câpres. Faites chauffer à feu doux, puis ajoutez un peu de Maïzena. C'est prêt !

Bon Appétit.