



## GELÉE

### SORBIER DES OISELEURS

Le long de la route Napoléon et dans le massif de l’Aigoual, les sorbiers des oiseleurs flamboyaient de toutes leurs baies . Crues elles sont toxiques mais si immangeables qu’elles ne sauraient tenter même un enfant , fût-il le plus désobéissant du monde !

Mais quant au dessinateur il ne peut qu’admirer la finesse des feuillages et le charme de ces petites baies qui “éclatent” de tous les feux de milliers de pierres précieuses, des citrines aux rubis “coeur de pigeon” , de vraies parures de maharadjah !

Inversement ces baies forment une gelée aussi jolie que savoureuse car son amertume est des plus plaisantes aux palais de certains . La gelée accompagnent particulièrement bien les desserts douceâtres ou les sauces de gibiers ou de viandes blanches

La version “sucrée” met toute la fraîcheur de la montagne en automne sur votre table

#### **Ingrédients :**

des baies de sorbiers

poudre de Perlimpimpin de Noël ( note 1)

Éventuellement du sucre roux ( note 2)

purée fraîche de pommes Ste Germaine ( note 2)



#### **Méthode:**

Triez et égrainez les baies soigneusement . Très souvent “squattées” par les punaises des bois, une seule d’entre elles cachée dedans suffirait à détruire votre travail de façon irréversible .

Rincez et mettez dans votre bassine à confiture avec un mini-fond ( 1/2 cm) d’eau . Réglez le feu pour qu’au fur et à mesure qu’elles chauffent , elles gonflent, puis éclatent libérant jus , pulpe et pépins . Ne laissez mijoter pas trop longtemps car toute l’amertume est dans la peau .

Assaisonnez d’un peu de poudre de Perlimpimpin de Noël : ATTENTION tout en délicatesse: Le parfum des épices se développe avec la chaleur d’abord et surtout votre jus va se concentrer et donc concentrer les dits parfums . Il ne faudrait pas qu’on ne sente plus que les épices et qu’on cherche l’odeur des baies !

Filtrez le jus . Au besoin passez le tout avec le vieux moulin à légumes de Mamy mais pas trop “à fond” pour garder juste le jus et la pulpe.

NB ne jetez pas graines et peaux à vos poules : cuites elles deviennent mauvaises pour elles !

A PARTIR D ICI deux versions :

**T.S.V.P -->**

destinée aux seules sauces “salées” vous n’ajouterez rien et le jus clair obtenu vous le mettez réduire “a pitchoun foc” le temps nécessaire pour obtenir la concentration optimum ( note 4)

destiné à des desserts vous ajoutez le sucre choisit ( note 2) et vous le dissolvez bien dans le jus peu à peu . Ensuite vous ajouterez la purée de pommes ( *maximum un tiers du volume de jus* ) Comme dans le premier cas vous faites mijoter “a pitchoun foc” jusqu’à obtenir une belle prise .(note 4)



Mettez en pots bouillant, vissez vos couvercles à fond et retournez sur un linge mouillé à l’eau froide

Il ne vous restera qu’à déguster mais attendez un peu : les confits et confitures c’est comme le bon vin ça s’améliore en vieillissant !

#### NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Rappel : poudre de Perlimpimpin de Noël ?? C’est un mélange d’herbes et épices “chaudes” cannelle, coriandre, écorces d’oranges et autres agrumes séchées, hibiscus, mélisse, noix de muscade , poivre blanc et rose , maniguette, safran, tilleul, verveine par exemple  
Bien sûr, comme toujours vous choisissez *selon vos goûts à vous*

(note 2) Sucre ??? préférez le “repaya”, le sucre le plus “brut” qui garde encore ses parfums de plante , voir de la vraie “mélasse brune” , bref un sucre le moins raffiné possible, un vrai sucre qui a “son” goût propre.

(note 3) Quant aux pommes je choisis des Ste Germaine qui sont des pommes de saison et dont vous savez maintenant que je les préfère à toutes autres en cuisine . Là aussi se sont des fruits à goût marqué de terroir .

(note 4) **NB ATTENTION** quand même dans les deux cas , ne pas trop réduire quand même il ne faut pas faire de la pâte de fruits ! Pensez qu’en refroidissant cela va considérablement s’épaissir car la baie contient énormément de pectine, donc de gélifiant .

#### NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour la version “salée” pas de problèmes pour tous les “sans” car les baies contiennent très peu de sucre et cela convient donc même aux diabétiques .

Pour la version “sucrée” problème pour les “sans sucre” . Optez pour la version “salée” et utilisez de la pulpe de potiron en lieu et place des pommes . Ajoutez votre “faux sucre” à vous ( attention un qui “tient” à la chaleur) *en fin de cuisson* et le tour est joué

D'accord ce n'est pas tout à fait pareil ... mais vous connaissez ma formule :

**ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A**