



**“VINAIGRE DE 4 PANAIRES” O “DE 4 VOLURS”**  
dites:” vinégré dé kattré panaires ou dé kattrè boloursse”  
**dit “Vinaigre des 4 voleurs”**

Selon la tradition , le vinaigre des 4 bandits est la panacée universelle . Je n’irais pas jusque là mais néanmoins il vous rendra service lors des petits désagréments dans votre cuisine . Traditionnellement il sert pour la désinfection, la décontamination, le nettoyage des plaies, le tout pur ou dilué par exemple avec de l’eau bouillie pour une coupure ou une égratignure . Vous pouvez en pulvériser pour nettoyer un plan de travail et de même dans l’eau de votre serpillière pour vos sols, il fera merveille!!! .

Recette la plus répandue :

Les plantes les plus utilisées sont les suivantes: :Acetum / Artemisia absinthium, lavandula augustifolia, rosmarinus, satureia hortensis, salvia officinalis, allium sativum, cinnamomum cassia, eugenia caryophyllus / Camphor

Donc

Pour 20 g romarin, de sauge, de lavande, de thym, de menthe, de muscade en poudre, de poudre de girofle + 3 g de cannelle en poudre + 3 g de camphre et 3 gousses d’ail

Mettre le tout dans 1.5 litre de vin blanc, laisser macérer durant 10 jours et filtrer. Conserver au frais et à l’abri de la lumière

Une recette un peu différente ajoute de l’absinthe et dissout le tout dans du vinaigre de cidre.

### **MÉTHODE LVC**

Pour moi, le savez, je suis allergique à l’alcool aussi vais-je vous donner une version un peu plus personnelle . Solvant ?? 1 litre de vinaigre d’alcool, mais oui vous savez le vinaigre “à cornichons” . Bien sur pur et non coloré !

Servez-vous que des plantes que vous avez vous-même cultivées (voir collectées) dont vous connaissez les qualités et en particulier l’absence des pesticides . Elles ont dû sécher rapidement et dans des conditions telles qu’elles n’ont pas été polluées pendant leur conservation .

Pour

20 g de romarin	20 g de lavande
20 g de sauge	20 g d’absinthe
20 g d’armoise	20 g de rue
20 g d’hysope	20 g de thym
20 g de menthe poivrée	20 g de rue
20 g d’écorce d’oranges séchées	20 g de feuilles d’eucalyptus
20 g de bulbes d’acore (fraîche si possible)	sinon 3 g de poudre
3 g de muscade râpée fraîche et fin	30 clous de girofle
3 g de cannelle en poudre frais moulue	3 cuillères à moka d’huile camphrée
3 cuillère moka huile d’onagre LVC	et éventuellement 3 gousses d’ail .

NB : En saison optez pour les capitules fleuris l’odeur de l’ail est moins “prenante”

Vous laissez macérer pendant 10 à 15 jours, puis vous filtrez dans un filtre en papier (type filtre à café)et vous mettez en bouteilles bien “cachetées” .

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

Vous les conserverez au frais et à l’abri de la lumière. Pensez à toujours agiter énergiquement au moment de l’utiliser car la partie”grasse” va remonter en surface et doit donc être bien émulsionnée lors de l’usage.

En cas d’urgence, lorsque par exemple, vous n’avez plus de votre cher élixir, vous pouvez utiliser les mêmes plantes et épices à faire infuser dans le vinaigre chaud quelques minutes . Filtrer dans une bouteille avec un filtre en papier. Bouchez à fond et retourner le flacon qui refroidira à l’envers: Refroidi il sera stérilisé pour une conservation encore plus longue . Mais pour plus de sécurité, vous pouvez cacheter le flacon à la cire le lendemain . Une jolie étiquette et une super idée de cadeau original ... et utile

#### EN CUISINE PROPREMENT DITE :

Si vous **n’utilisez pas d’huile camphrée** et si vous n’avez utilisé que les herbes aromatiques et épices classiques, vous avez une excellente “version liquide de la poudre de Perlimpimpin” pour des “vinaigrettes” et autres sauces “piquantes” .

#### EN PLUS

En ajoutant nos 5 poivres habituels (1 g pour 20 g du mélange) + 1g de piment d’Espelette dans 10 centilitres de votre mélange, vous obtenez un super liniment pour les douleurs (coups ou douleurs type rhumatisme)

mais aussi en mettant dans un vaporisateur votre liquide **sans huile d’onagre**, mais avec 3 cuillères de savon noir + 1 cuillères d’eau de javel concentrée par litre, vous avez de quoi nettoyer à fond votre “laboratoire-cuisine” après la “grande cuisinée des conserves”, du “gras”ou du “tessou”

ET

ce même liquide dans l’eau de lavage des sols, sur la serpillière ou la “sasse espagnole” vous aurez des sols super-propres, sans effort et bon marché

D'accord ce n'est pas tout à fait une recette de cuisine  
... mais c'est un bon “truc” quand même  
et puis, vous connaissez ma formule :

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