



DESHYDRATATEUR

SÉCHAGE DES FLEURS FRUITS et LÉGUMES

*Il ne faut jamais sécher de gros éléments épais
et les "portions" doivent toujours être d'une épaisseur régulière*

Dans tous les cas il faut laisser un espace entre les éléments pour que l'air circule bien

MÉTHODE :

Si possible procurez vous un deshydratateur électrique : c'est très fonctionnel . Les paniers sont pratiques et aucun insecte ni aucune poussière ne rentrent à l'intérieur pendant le séchage . La régularité du séchage donne des produits plus réguliers

A défaut utilisez le séchage mode LVC : posez vos végétaux à sécher en une seule couche et sans qu'ils se touchent dans des plateaux en plastique bien nets (passés à l'eau javellisée puis bien séchés) . Recouvrez d'une mousseline qui ne touche pas les plantes (un vieux rideau lessivé et bien sec fera l'affaire)
Posez les plateaux sur les barres horizontales d'un sèche linge . Le tout au soleil . Rentrez le tout si le temps "se brouille" à l'intérieur et ressortez après l'alerte .



Tous les soirs rentrez les à l'intérieur car avec le soir tombe le "serein" et cette humidité , même faible perturberait le séchage , voir provoquerait des moisissures . Or une plante mal séchée est impropre à la consommation : les moisissures qui s'y sont "attachées" peuvent être pathogènes de notre organisme .

Pour une très petite quantité, vous pouvez essayer de poser vos plantes sur du papier chiffon sur la plaque de verre de votre cher FAO . Couvrez d'une autre feuille . Mettez à four normal quelques secondes . Surveillez très souvent : il ne faut pas aller trop loin : vous risqueriez un incendie dans votre four : plantes et papiers trop secs s'enflammeraient spontanément

Dans tous les cas gardez les végétaux secs à l'abri de l'humidité et de la poussière

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

La meilleure technique de conservation ?? Un sac de toile suspendu au plafond . Voir vos sacs de [séchages des plantes](#)

Dans une pièce très "circulée" mettez en plus un petit chapeau de papier traversé par le cordon de suspension: les éventuelles poussières resteront sur le papier et l'air continuera à circuler dans vos sacs

QUELQUES EXEMPLES :

FLEURS (voir photo au au dessus):

N'utilisez bien entendu que les fleurs du jardin ou au moins des "non traitées"

Essayez les mini-roses de juin . Référez - vous aux photos . C'est très simple , mettez toujours le plus épais dessous (d'où arrive le mouvement d'air) donc ici la queue peut permettre de "caler" les corolles : l'air circulera bien . ça marche aussi pour des fleurs plus grosses entières ce sera juste plus long .

Gardez les produits secs bien à l'abri et vous aurez de quoi faire toute l'année "boulhons" (et mouillements divers) et de délicieuses tisanes

Vous souhaitez faire des fleurs "givrées" ??? Préparez deux soucoupes avec un blanc d'oeuf juste fouettés à la fourchette dans la première et du gros sucre cristallisé dans l'autre . Malheureusement on ne trouve plus de gros sucre cristal de nos jours . Dommage car l'effet est plus joli . Avec un pinceau silicone passez le haut de pétales au blanc d'oeuf puis retournez la corolle dans la sucre secouez un peu . Faites sécher assez longtemps .

la fleur cristallisée décorera vos dessert d'une élégante façon . Et lorsqu'il s'agit d'une fleur comestible en plus c'est bon

PLANTES CONDIMENTAIRES :

N'utilisez bien entendu que les plantes du jardin ou au moins des "non traitées"

Se traitent exactement comme les fleurs et se conservent de la même façon . Toutefois, comme vous serez appelé à en utiliser souvent et près de sources d'humidité, stockez les donc dans des bocaux bien fermés (type bocaux avec couvercle à vis faciles à utiliser) .

Testez le persil ou le fenouil pas exemple : Un peu de produit sec écrasé entre les doigts au dernier moment sur un plat qui fume : c'est ... génial (Mettez un couvercle: quelques secondes suffisent pour que la plante se réhydrate avec la vapeur qui se dégage)

LES FRUITS ET LÉGUMES

Passez par l'étape découpage en tranches régulières . Bien sûr si vous êtes un spécialiste de la mandoline c'est idéal puisque vous pouvez régler l'épaisseur de coupe . Plus c'est fin bien sûr plus ça sèche vite mais toutefois les orange par exemple mettront plus longtemps mais des tranches moins fines seront plus "solides" et plus décoratives . Vous pourrez même vous en servir pour faire un "mobile" qui embaumera votre entrée à l'arrivée de vos invités !

Pour le céleri en revanche des tranches de 2 mm seront parfaites . Mettez les aussitôt dans un sac avec un peu de vinaigre d'alcool secouez bien : quelques soient la durée du séchage vos "pétales" de céleri resteront blancs . Voilà de délicieux niamaniamas pour les "sans sel" ... et pour les autres car c'est très original et fort bon .

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

Si vous avez le moindre souci appelez “la vieille chouette” au secours . TEL 05.63.63.10.63 ou la.vieille.chouette@wanadoo.fr

NB Mon cher vieux hibou” déteste le céleri cuit (potage, gratin) et a aimé mes “pétales de céleri” ! Mettez en donc quelques uns dans votre bouquet garni (pot au feu, daube) et vous verrez que c’est délicieux

NOTES TECHNIQUES:

Dans tous les cas gardez les végétaux secs à l’abri de l’humidité et de la poussière . La meilleure technique ?? [Un sac de toile](#) suspendu au plafond . Dans une pièce “circulée” mettez en plus un petit chapeau de papier traversé par le cordon de suspension : les éventuelles poussières resteront sur le papier et l’air continuera à circuler dans vos sacs

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pourvu que le produit de base soit autorisé dans le régime , la technique est valable pour tous , alors pour une fois la formule sera très optimiste

ON FÉ CA KOI KON VEU AVÉ CA KOI KON A