

# THE SAILING CHEF

## INGRÉDIENTS :

Pour Pour 2 bocaux de 50 cl ou  
4 bocaux de 25 cl STÉRILISÉS:

1 kg de rosés-des-prés  
le jus de 2 citrons  
20 g de beurre  
100 g de sel de mer

## PRÉPARATION:

- 1) Verser 1 l d'eau et le sel dans une casserole, portez à ébullition en remuant avec une cuillère en bois afin d'aider le sel à fondre. Retirer la casserole du feu et laissez refroidir.
- 2) Couper le bout de la queue des rosés-des-prés et les essuyer avec un torchon humide. Les mettre au fur et à mesure dans une jatte contenant le jus d'un citron afin d'éviter qu'ils ne noircissent.
- 3) Verser 50 cl d'eau dans une casserole, ajouter le jus du second citron ainsi que le beurre et porter à ébullition. Ajouter les rosés-des-prés dans la casserole et laisser bouillir 3 minutes environ.
- 4) Retirer les rosés-des-prés à l'aide d'une écumoire et les mettre dans les bocaux

Champi  
en  
consève



- 5) Verser de l'eau salée jusqu'à 2 cm du bord et boucher hermétiquement les bocaux.
- 6) Les mettre dans un stérilisateur ou un grand faitout et verser de l'eau à hauteur des bocaux. Laisser stériliser 10 minutes et laisser refroidir les bocaux dans l'eau. Attendre un mois avant de consommer.

