

Chips sucrées aux pommes

Ingrédients

Sucre
Pelures de pommes

Recette

Saupoudrez de sucre et/ou de cannelle en poudre des pelures de pommes et placez les au four chaud à 165°C afin de les rendre légèrement craquantes. Surveillez pour ne pas qu'elle ne cuisent trop.

Rosaces de pommes au chocolat

Ingrédients

Pelures de 6 pommes
1 tablette de chocolat noir à cuisiner

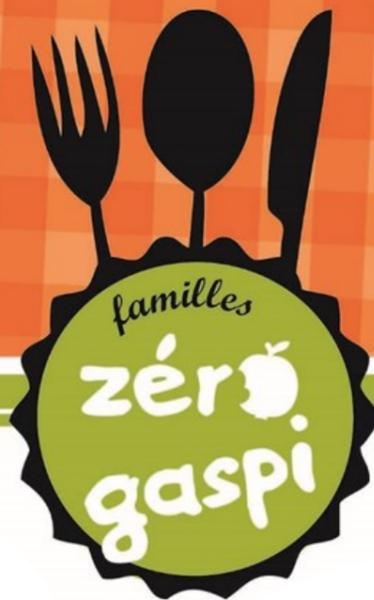
Recette

Pour un dessert simple, original et décoratif, lavez et pelez les pommes en commençant par le haut et en tournant autour de chaque pomme sans jamais cassez l'épluchure. Une fois terminée et posée, l'épluchure se referme toute seule en formant une rosace. Préparez un chocolat liquide en faisant fondre la tablette de chocolat doucement au bain-marie. Une fois la sauce chocolat bien liquide, trempez une à une les rosaces dans le chocolat en prenant bien soin qu'elles ne se cassent pas. Retirez-les et laissez-les sécher et durcir.

Opération réalisée avec le concours financier du Ministère de l'Agriculture, de l'Agro-alimentaire et de la forêt (MAAF).



BRESSE DU JURA



Jus de pectine

Ingrédients

Trognons et épluchures de 5 pommes
Eau
1 citron

Recette

Mettez à bouillir dans 1 litre d'eau, pendant au moins 30 min, les épluchures des pommes avec les trognons (c'est dans les trognons qu'il y a plus de pectine). Ajoutez le jus de 1 citron et laissez monter à ébullition. Une fois refroidi, filtrez et versez le jus dans une bouteille en verre avec un bouchon. Conservez-le jusqu'à vos premières confitures ou lorsque vous avez besoin d'un gélifiant pour un dessert.

« Une pomme par jour éloigne le médecin pour toujours »

Il existe de nombreuses variétés de pommes. Choisissez toujours les plus fermes, signe d'une bonne qualité. La peau des pommes renferme la plus grande partie de leur haute teneur en provitamine A. Le fruit contient également de la vitamine C, la majorité des vitamines du groupe B, du fer, du magnésium, du calcium, du phosphore, du sodium et une grande richesse en potassium qui est indispensable au bon fonctionnement cardiaque et musculaire. Le jus de pommes est laxatif, diurétique et on lui reconnaît de bonnes propriétés antirhumatismales. »

Rien ne se perd ! Du bon usage des épluchures, Larousse 2017

Opération réalisée avec le concours
financier du Ministère de l'Agriculture, de
l'Agro-alimentaire et de la Forêt (MAAF).



BRESSE DU JURA