

Boutons floraux d'ail des ours au vinaigre et baies



“Un petit bocal offert par Solange, ma voisine, avec qui j’échange et partage souvent des petits trucs, des gâteaux, des légumes, un petit café, des moments de papote et surtout du bon temps. Voici sa recette...”

Les Ingrédients :

(Pour 6 à 8 personnes) :

- 200 g de boutons floraux d'[ail des ours](#)
- 100 ml de vinaigre blanc
- Baies (poivre, coriandre...)
- Herbes ([thym](#), [romarin](#), [laurier](#)...)
- 25 g de sucre
- Sel

Les Étapes :

Rincez puis égouttez les boutons floraux. Déposez-les dans un bocal avec les baies, les herbes et le sel.

Versez le vinaigre bouillant dans lequel vous aurez dilué le sucre.

Refermez le bocal et conservez au moins 1 mois au frais avant de les consommer.

Et Que Dire De Plus ?

→ Consultez la fiche-plante sauvage : [Ail des ours](#).

© Les Papilles Estomaquées... 2013

<http://papillesestomaquees.fr/boutons-floraux-dail-des-ours-au-vinaigre-et-baies/>
