

L'Érable en conserves



En partenariat avec





Un mot de notre ambassadrice

J'ai toujours aimé l'automne. Ses teintes enveloppantes, ses mets réconfortants, ses arômes enivrants. Tout de l'automne me donne envie de savourer et d'apprécier... le temps, comme les aliments!

Quand Érable du Québec m'a lancé le défi de concocter douze recettes de conserves avec de l'érable, et des ingrédients locaux de surcroît, j'ai accepté d'emblée. Déjà, j'étais inspirée par la palette de goûts, de couleurs et de textures que nous proposent les fruits et légumes du Québec.

Conçu en partenariat avec Aliments du Québec, ce livret vous offre la simplicité à travers des recettes tantôt salées, tantôt sucrées, et toujours avec la qualité des produits bien de chez nous.

La polyvalence de l'érable permet d'ailleurs une variété infinie de combinaisons, peu importe la saison. L'érable rehausse également la saveur des aliments et remplace avantageusement les autres agents sucrants. Pratique, non?

Cet automne, c'est à la découverte des produits d'ici que nous partons.

Parce que manger local, ça goûte tellement bon!

Stéphanie

Stéphanie Côté
Nutritionniste et ambassadrice
Érable du Québec



Méthode de préparation des bocaux et des couvercles (de type pot Mason)

⌚ Temps de préparation : 20 minutes

1. Inspecter chaque bocal et rejeter ceux qui ont des fissures ou dont le rebord est abîmé.
2. Laver les bocaux à l'eau chaude savonneuse et bien les rincer.
3. Déposer les bocaux dans la marmite qui servira à la mise en conserve. Remplir la marmite et les bocaux d'eau. Faire chauffer jusqu'à frémissement. Éteindre le feu et laisser les bocaux dans l'eau chaude jusqu'au remplissage.
4. Placer les couvercles dans une petite casserole remplie d'eau. Porter à ébullition, mais ne pas laisser bouillir. Éteindre le feu et laisser les couvercles dans l'eau chaude jusqu'à leur utilisation.

Important : utiliser uniquement des couvercles neufs. Leur scellant ne peut assurer l'étanchéité qu'une seule fois. Les bagues métalliques sont, pour leur part, réutilisables.

Méthode pour la mise en conserve


⌚ Temps de préparation : 15 minutes

1. Essuyer le bord des bocaux avec un linge humide propre pour enlever tout résidu. Centrer les couvercles et les visser jusqu'au point de résistance, sans plus.
2. Placer les bocaux dans la marmite, au fur et à mesure qu'ils sont remplis et fermés, puis les recouvrir d'au moins 2,5 cm (1 po) d'eau. Couvrir la marmite, porter à ébullition et laisser bouillir 15 minutes.
3. Éteindre le feu, enlever le couvercle de la marmite et attendre 5 minutes avant de sortir les bocaux en les tenant bien droits.
4. Laisser refroidir les bocaux debout sur une planche ou un linge, sur le comptoir, sans les bouger pendant 24 heures. Ne pas resserrer les bandes.
5. Lorsque les bocaux ont refroidi, vérifier si les couvercles sont bien scellés. Les disques scellés sont courbés vers le bas et ne bougent pas quand on les presse.
6. Identifier le contenu des bocaux à l'aide d'étiquettes, puis les entreposer dans un endroit sombre et frais. Consommer au cours de l'année qui suit.


Carottes et panais marinés à l'érable, à l'ail et au romarin




 Temps de préparation : 30 minutes

 Temps de cuisson : 25 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produits d'érable : vinaigre d'érable et sucre d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

125 ml (1/2 tasse) de vinaigre d'érable

500 ml (2 tasses) de vinaigre de cidre

500 ml (2 tasses) d'eau

30 g (1/4 tasse) de sucre d'érable

4 gousses d'ail, en quartiers

2 branches de romarin frais, chacune coupée en deux

12 g (2 c. à thé) de sel à marinade

3 g (1 c. à thé) de grains de poivre entiers

2 g (2 c. à thé) de graines de coriandre entières

750 g (5 tasses) de carottes, pelées et coupées en rondelles ou en bâtonnets de même taille

450 g (3 tasses) de panais, pelés et coupés en rondelles ou en bâtonnets de même taille

Méthode


1. Suivre les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
2. Dans une grande casserole, faire la marinade en portant à ébullition le vinaigre d'érable, le vinaigre de cidre, l'eau, le sucre d'érable, l'ail, le romarin, le sel, le poivre et la coriandre.
3. Ajouter les carottes et les panais et cuire 3 minutes à partir du moment où le liquide bout de nouveau.
4. Retirer la casserole du feu. Sortir les légumes à l'aide d'une écumoire ou de pinces en silicone et les répartir dans les bocaux stérilisés et encore chauds jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut.
5. Verser la marinade chaude pour couvrir les légumes jusqu'à 1 cm (3/8 po) du haut, puis ajouter les aromates restés au fond de la casserole (romarin, ail, poivre et coriandre). Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
6. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.

Suggestions d'utilisation:


En apéro, dans un sandwich ou dans un couscous.


Betteraves parfumées à l'érable, à la menthe et au basilic

 Temps de préparation : 40 minutes

 Temps de cuisson : 70 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produits d'érable : sirop d'érable et vinaigre d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

2 kg (4 1/3 lb) de betteraves, lavées et brossées

250 ml (1 tasse) d'eau de cuisson des betteraves

170 ml (2/3 tasse) de sirop d'érable
(de préférence ambré pour son goût riche)

60 ml (1/4 tasse) de vinaigre d'érable

250 ml (1 tasse) de vinaigre blanc

6 g (1 c. à thé) de sel fin

15 feuilles de menthe fraîche, lavées et asséchées

20 feuilles de basilic, lavées et asséchées

Suggestions d'utilisation :

Telles quelles comme légume d'accompagnement, en salade (p. ex. avec des suprêmes d'orange, du fromage de chèvre émietté et des noix hachées) ou dans un bol de poké.

Méthode


1. Dans une grande casserole, déposer les betteraves, recouvrir d'eau, couvrir et porter à ébullition. Laisser mijoter de 30 à 40 minutes ou jusqu'à ce que les betteraves soient tendres en les piquant au couteau. Prélever 250 ml (1 tasse) du liquide de cuisson avant de les égoutter.
2. Pendant la cuisson des betteraves, effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
3. Dans une casserole, préparer la marinade en versant le sirop d'érable, le vinaigre d'érable, le vinaigre blanc et le sel. Porter à ébullition, puis couvrir et garder au chaud à feu doux.
4. Égoutter les betteraves, les laisser tiédir, les peler, puis les trancher. Les répartir dans les bocaux stérilisés et encore chauds, en alternant avec les feuilles de menthe et de basilic, jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut.
5. Verser la marinade très chaude pour couvrir les betteraves jusqu'à 1 cm (3/8 po) du haut. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique. Essuyer le bord des bocaux avec un linge humide propre pour enlever tout résidu. Centrer les couvercles et les visser jusqu'au point de résistance, sans plus.
6. Placer les bocaux dans la marmite, au fur et à mesure qu'ils sont remplis et fermés, puis les recouvrir d'au moins 2,5 cm (1 po) d'eau. Couvrir la marmite, porter à ébullition et laisser bouillir 30 minutes.
7. Suivre les étapes 3 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.




Bouquets de chou-fleur marinés, parfumés à l'érable et au carvi




 Temps de préparation : 20 minutes

 Temps de cuisson : 25 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produits d'érable : vinaigre d'érable et sirop d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

500 ml (2 tasses) de vinaigre blanc

125 ml (1/2 tasse) de vinaigre d'érable

500 ml (2 tasses) d'eau

60 ml (1/4 tasse) de sirop d'érable
(de préférence doré pour son goût délicat)

10 g (4 c. à thé) de graines de carvi

12 g (2 c. à thé) de sel à marinade

3 g (1 c. à thé) de grains de poivre

1,2 kg (2 2/3 lb) de chou-fleur (blanc, orange ou mauve) en petits bouquets

Suggestions d'utilisation:

En apéro, en salade (p. ex. avec des pommes et des raisins secs) ou comme légume d'accompagnement.

Méthode


1. Suivre les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
2. Dans une très grande casserole, préparer la marinade en portant à ébullition les vinaigres, l'eau, le sirop d'érable, le carvi, le sel et le poivre.
3. Ajouter le chou-fleur et cuire 4 minutes à partir du moment où le liquide bout de nouveau.
4. Retirer la casserole du feu. Sortir les bouquets à l'aide d'une écumoire ou de pinces en silicone et les répartir dans les bocaux stérilisés et encore chauds jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut.
5. Verser le liquide de cuisson chaud jusqu'à 1 cm (3/8 po) du haut, puis ajouter les aromates restés au fond de la casserole (carvi et poivre). Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
6. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.

Confiture de fraises à l'érable et au basilic

En collaboration avec




 Temps de préparation : 30 minutes

 Temps de cuisson : 30 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produit d'érable : sucre d'érable

 Portions : 4 bocaux de 250 ml (1 tasse) ou 8 bocaux de 125 ml (1/2 tasse)

Ingrédients

900 g (6 tasses) de fraises fraîches

150 g (1 tasse) de sucre d'érable

60 ml (1/4 tasse) de jus de citron

12 feuilles de basilic frais,
lavées et asséchées

Durée de conservation:

Un mois au réfrigérateur une fois ouvert.


Méthode


1. Suivre les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
2. Laver les fraises, les équeuter et les couper en dés. Déposer dans une casserole profonde.
3. Ajouter le sucre d'érable et le jus de citron. Mélanger, couvrir et porter à ébullition.
4. Réduire le feu et laisser mijoter à découvert 15 minutes. Ajouter le basilic et remuer pour obtenir un mélange homogène. À l'aide d'une cuillère en bois, écraser les fraises jusqu'à l'obtention de la texture désirée. Pour obtenir une texture plus lisse, utiliser un pied-mélangeur.
5. Remplir les bocaux stérilisés et chauds jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
6. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.







Poivrons rôtis marinés à l'érable et au thym

 Temps de préparation : 30 minutes

 Temps de cuisson : 35 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produits d'érable : vinaigre d'érable
et sirop d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

12 à 15 poivrons, selon la taille, rouges,
orange ou jaunes

60 ml (1/4 tasse) de vinaigre d'érable

250 ml (1 tasse) de vinaigre blanc

250 ml (1 tasse) d'eau

60 ml (1/4 tasse) de vin blanc

60 ml (1/4 tasse) de sirop d'érable
(de préférence doré pour son goût délicat)

4 branches de thym frais

4 gousses d'ail

Suggestions d'utilisation:

*Idéal dans des sandwichs, paninis,
salades et bols de poké, sur une pizza ou
comme accompagnement de grillades.*

Méthode


1. Préchauffer le four au mode gril (*broil*).
2. Tapiser une plaque de cuisson de papier d'aluminium.
3. Couper les poivrons en deux et les épépiner. Déposer les moitiés de poivron sur la plaque, face bombée vers le haut.
4. Cuire sous le gril jusqu'à ce que la peau des poivrons noircisse, de 15 à 20 minutes. Sortir du four, mettre dans un grand plat et couvrir d'un couvercle ou de papier d'aluminium. Laisser reposer 10 minutes, le temps que la vapeur fasse lever la pelure des poivrons.
5. Pendant ce temps, effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
6. Peler les poivrons, les couper en lanières et les répartir dans les bocaux stérilisés et chauds, en laissant un espace d'au moins 2 cm (7/8 po) au-dessus. Réserver.
7. Mettre tous les autres ingrédients dans une casserole de taille moyenne et faire bouillir 1 minute.
8. Déposer une branche de thym et une gousse d'ail dans chaque bocal et verser la marinade jusqu'à 1 cm (3/8 po) du haut. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
9. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.


Courgettes marinées à l'érable, au cari et au gingembre

 Temps de préparation : 20 minutes

 Temps de cuisson : 20 minutes

 Temps de macération : une nuit

 Produits d'érable : vinaigre d'érable et sirop d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

1 kg (8 1/3 tasses) de courgettes, coupées en rondelles minces

1 oignon blanc, émincé

70 g (1/4 tasse) de sel à marinade

23 g (3 c. à soupe) de gingembre frais, haché finement

80 ml (1/3 tasse) de vinaigre d'érable

375 ml (1 1/2 tasse) de vinaigre de cidre

375 ml (1 1/2 tasse) d'eau

125 ml (1/2 tasse) de sirop d'érable (de préférence ambré pour son goût riche)

3 g (1 1/2 c. à thé) de cari

2 g (1 c. à thé) de curcuma

Suggestions d'utilisation :

En apéro, dans un sandwich, un burger ou un hot-dog ou sur une pizza.

Méthode

1. Dans un grand bol, bien mélanger les courgettes, l'oignon et le sel. Couvrir et réfrigérer jusqu'au lendemain.
2. Le lendemain, effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
3. Dans une passoire, égoutter et rincer abondamment les courgettes et l'oignon sous l'eau courante. Presser pour retirer le maximum d'eau.
4. Remettre dans un grand bol et ajouter le gingembre.
5. Répartir les légumes dans les bocaux stérilisés et chauds jusqu'à environ 2 cm (7/8 po) du haut.
6. Dans une grande casserole, porter à ébullition les vinaigres, l'eau, le sirop d'érable, le cari et le curcuma.
7. Verser le vinaigre chaud dans les bocaux jusqu'à 1 cm (3/8 po) du haut (pour couvrir les légumes). Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
8. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.





Choucroute rapide à l'érable, à l'ail et au piment fort


En collaboration avec




 Temps de préparation : 25 minutes

 Temps de cuisson : 45 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produit d'érable : sirop d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

1 chou vert d'environ 1,2 kg (2 2/3 lb), tranché finement au couteau ou à la mandoline

1,25 L (5 tasses) d'eau

250 ml (1 tasse) de vinaigre de vin blanc

125 ml (1/2 tasse) de sirop d'érable (de préférence foncé pour son goût prononcé)

4 gousses d'ail, émincées

6 g (1 c. à thé) de sel

2 g (1 c. à thé) de piment fort en flocons, ou plus, selon le degré épicé désiré

Suggestions d'utilisation:

Excellent pour garnir hot-dogs, hamburgers et autres sandwiches ou pour accompagner des grillades ou un « fish'n chips ».

Méthode

1. Dans une grande casserole, mettre le chou, l'eau, le vinaigre, le sirop d'érable, l'ail, le sel et le piment fort. Couvrir et faire mijoter à feu moyen 30 minutes ou jusqu'à ce que le chou soit *al dente*. Remuer à quelques reprises durant la cuisson.
2. Entre-temps, effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
3. Sortir le chou à l'aide d'une écumoire ou de pinces en silicone et le répartir dans les bocaux stérilisés et encore chauds, jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut, puis verser le liquide jusqu'à 1 cm (3/8 po) du haut*.
4. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
5. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.

- * Si une trop grande quantité de liquide s'est évaporée durant la cuisson et qu'il en manque, faire bouillir le mélange suivant pour compléter le remplissage :
- 250 ml (1 tasse) d'eau
 - 60 ml (1/4 tasse) de vinaigre de vin blanc
 - 30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable
 - 1 pincée de sel



Compote de pommes, de prunes et de bleuets parfumée à l'érable


En collaboration avec



 Temps de préparation : 20 minutes

 Temps de cuisson : 35 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produits d'érable : sucre d'érable et vinaigre d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

65 g (1/2 tasse) de sucre d'érable

23 ml (1 1/2 c. à soupe) de vinaigre d'érable

1 kg (4 tasses) de pommes (Paulared, Cortland ou McIntosh), pelées et coupées en morceaux

1 casseau (2 lb) de prunes, dénoyautées et coupées en morceaux

600 g (4 tasses) de bleuets

15 ml (1 c. à soupe) d'essence de mélilot ou d'extrait de vanille

Méthode

1. Dans une grande casserole, mélanger le sucre d'érable et le vinaigre d'érable. Ajouter les fruits au fur et à mesure qu'ils sont coupés pour éviter qu'ils brunissent.
2. À feu moyen-élevé, porter à ébullition et laisser mijoter 20 minutes en remuant régulièrement.
3. Entre-temps, effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
4. Au mélangeur électrique ou au pied-mélangeur, réduire les fruits en purée plus ou moins grossière selon la texture désirée.
5. Remplir de ce mélange 4 bocaux stérilisés et encore chauds jusqu'à 4 cm (1 1/2 po) du haut. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
6. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.

Durée de conservation :


Deux semaines au réfrigérateur une fois ouvert.







Haricots à l'érable, à l'aneth et au piment fort

 Temps de préparation : 15 minutes

 Temps de cuisson : 20 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produits d'érable : vinaigre d'érable
et sirop d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

500 ml (2 tasses) de vinaigre blanc

60 ml (1/4 tasse) de vinaigre d'érable

500 ml (2 tasses) d'eau

60 ml (1/4 tasse) de sirop d'érable
(de préférence ambré pour son goût riche)

4 gousses d'ail, en quartiers

2 g (1 c. à thé) de piment fort en flocons,
ou plus, selon le degré épicé désiré

12 g (2 c. à thé) de sel à marinade

3 g (1 c. à thé) de grains de poivre,
grossièrement écrasés

1,2 kg (10 tasses) de haricots verts
ou jaunes

4 brins d'aneth frais

Méthode


1. Effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
2. Dans une grande casserole, préparer la marinade en portant à ébullition les vinaigres, l'eau, le sirop d'érable, l'ail, le piment, le sel et le poivre.
3. Ajouter les haricots et l'aneth et cuire 1 minute.
4. Retirer la casserole du feu. Sortir les légumes à l'aide d'une écumoire ou de pinces en silicone et les répartir dans les bocaux stérilisés et chauds. Inclure le piment et un brin d'aneth par bocal.
5. Verser la marinade chaude pour couvrir les légumes jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut, puis ajouter les aromates restés au fond de la casserole (ail et poivre). Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
6. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.

Suggestions d'utilisation:


En apéro, en salade (p. ex. avec du maïs et des lardons) ou comme légume d'accompagnement.

Ketchup aux tomates maison

 Temps de préparation : 45 minutes

 Temps de cuisson : 86 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produits d'érable : vinaigre d'érable et sucre d'érable

 Portions : 4 bocaux de 250 ml (1 tasse)

Ingrédients

15 tomates italiennes, de préférence San Marzano ou Romanello

60 ml (1/4 tasse) de vinaigre d'érable

125 ml (1/2 tasse) de vinaigre de vin blanc

65 g (1/2 tasse) de sucre d'érable

4 g (1 c. à thé) de poudre d'oignon

4 g (1 c. à thé) de poudre d'ail

1 g (1/2 c. à thé) de cannelle

6 g (1 c. à thé) de moutarde de Dijon

3 g (1/2 c. à thé) de sel

Durée de conservation :

Deux semaines au réfrigérateur une fois ouvert.

Méthode

1. Effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
2. Faire bouillir de l'eau dans une grande casserole. Pratiquer une légère incision en forme de croix à la base des tomates. Plonger la moitié des tomates 30 secondes dans l'eau bouillante. Les retirer à l'aide d'une écumoire, puis les plonger dans un grand bol d'eau glacée. Répéter avec l'autre moitié des tomates. Peler et épépiner les tomates.
3. Réduire les tomates en purée au robot culinaire.
4. Transférer la purée de tomates dans une casserole. Porter à ébullition, puis laisser mijoter 1 heure à découvert pour faire réduire (on obtient environ 1 litre [4 tasses] de sauce à ce terme).
5. Ajouter tous les autres ingrédients à la sauce tomate, puis laisser mijoter 10 minutes.
6. Remplir les bocaux stérilisés et chauds jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
7. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.




Pommes de terre à l'érable et au poivre des dunes


En collaboration avec


**ÉPATANTE
PATATE!**

 Temps de préparation : 20 minutes

 Temps de cuisson : 40 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produit d'érable : sucre d'érable

 Portions : 4 bocaux de 500 ml (2 tasses)

Ingrédients

8 pommes de terre blanches (variété Envol) de taille moyenne

625 ml (2 1/2 tasses) de bouillon de poulet ou de légumes

40 g (1/3 tasse) de sucre d'érable

12 g (2 c. à thé) de sel à marinade

6 g (1 c. à soupe) de grains de poivre des dunes ou de poivre noir, grossièrement écrasés

Suggestions d'utilisation :

Idéal en salade de pommes de terre, rissolées, dans une omelette ou dans un sauté de viande ou de tofu et de légumes.

Comme la pomme de terre est un aliment peu acide et que le bouillon proposé dans cette recette ne l'est pas non plus, la seule façon de conserver longtemps et de manière sécuritaire les bocaux de pommes de terre est d'utiliser un autoclave. Si on effectue plutôt la technique de cuisson à l'eau bouillante, il faudra faire cuire complètement les pommes de terre, puis placer les bocaux remplis et fermés dans une marmite, les recouvrir d'au moins 2,5 cm (1 po) d'eau, couvrir la marmite, porter à ébullition et laisser bouillir 15 minutes. Les bocaux devront être conservés au réfrigérateur et consommés dans la semaine qui suit.

Méthode

1. Effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
2. Laver, peler et laver à nouveau les pommes de terre. Les couper en cubes de 2 cm (7/8 po).
3. Mettre les pommes de terre dans une casserole et recouvrir d'eau. Porter à ébullition et cuire 5 minutes. Égoutter.
4. Répartir les pommes de terre dans les bocaux stérilisés et chauds jusqu'à 4 cm (1 1/2 po) du haut.
5. Dans une casserole, porter le bouillon, le sucre d'érable, le sel et le poivre à ébullition 1 minute pour permettre au sucre et au sel de se dissoudre.
6. Verser le liquide chaud sur les pommes de terre jusqu'à 2,5 cm (1 po) du haut.
7. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique. Essuyer le bord des bocaux avec un linge humide propre pour enlever tout résidu. Centrer les couvercles et les visser jusqu'au point de résistance, sans plus.
8. Placer les bocaux remplis et fermés dans l'autoclave avec la quantité d'eau recommandée par le fabricant. Effectuer un traitement de chaleur de 35 minutes, puis laisser la pression diminuer naturellement après avoir éteint le feu. Attendre 5 minutes avant de sortir les bocaux en les tenant bien droits.
9. Suivre les étapes 4 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.

Durée de conservation :

Une semaine au réfrigérateur une fois ouvert.





Confiture de canneberges à l'érable et au gingembre

 Temps de préparation : 15 minutes

 Temps de cuisson : 30 minutes

 Temps de refroidissement : 24 h

 Produit d'érable : sirop d'érable

 Portions : 4 bocaux de 250 ml (1 tasse) ou 8 bocaux de 125 ml (1/2 tasse)

Ingrédients

700 g (6 2/3 tasses) de canneberges fraîches ou surgelées

250 ml (1 tasse) de sirop d'érable (de préférence foncé pour son goût prononcé)

250 ml (1 tasse) de jus d'orange

250 ml (1 tasse) d'eau

15 g (2 c. à soupe) de gingembre frais, râpé

Durée de conservation:

Un mois au réfrigérateur une fois ouvert.

Méthode

1. Effectuer les étapes de la « Méthode de préparation des bocaux et des couvercles » expliquée à la page 3.
2. Dans une casserole, mélanger tous les ingrédients et porter à ébullition. Réduire à feu moyen et cuire 10 minutes ou jusqu'à ce que la plupart des canneberges aient éclaté.
3. À l'aide d'une cuillère en bois, écraser les canneberges jusqu'à l'obtention de la texture désirée.
4. Répartir les canneberges dans les bocaux stérilisés et chauds jusqu'à 2 cm (7/8 po) du haut. Retirer les bulles d'air à l'aide d'un ustensile non métallique.
5. Suivre les étapes 1 à 6 de la « Méthode pour la mise en conserve » expliquée à la page 3.





Découvrez plus de recettes sur
erableduquebec.ca