

UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

POUR ACCOMPAGNER DES

*Huîtres*



*Kiwi,  
riz,  
piment*



# PIKIRI

POUR 1 LITRE DE BOISSON

**INGRÉDIENTS**

Kiwi vert x 8 pièces  
Riz de Camargue x 100 g  
Piment d'Espelette  
x 1 cuillère à café

**MATÉRIEL**

1 couteau  
1 planche à découper  
2 casseroles  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 bocal à couvercle en  
verre de 2 litres  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille de 1 litre

**TEMPS DE PRÉPARATION**

3 heures et 30 minutes

**TEMPS DE REPOS**

24 heures



*Recette liquide*

N°1



**A** l'aide d'un couteau, ôtez la peau des kiwis que vous couperez ensuite en deux

Réservez les peaux de kiwi

Placez 7 kiwis dans une casserole en y versant 25 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

Pendant ce temps, mettez à cuire le riz dans une autre casserole avec 20 cl d'eau que vous porterez à ébullition et laisserez ensuite cuire à feu moyen durant 20 minutes jusqu'à absorption totale de l'eau

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation avec les kiwis et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes de kiwi avec très peu de sucrosité

Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Ajoutez-y le riz que vous laisserez macérer dans la décoction de kiwi durant 2 heures en recouvrant le saladier d'un torchon et ce afin d'apporter notamment de la rondeur à votre préparation grâce à l'amidon dont le riz est naturellement riche

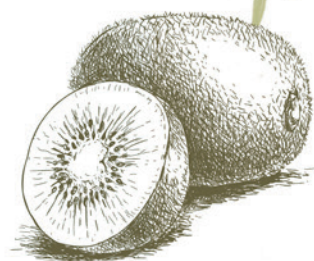
Après macération, débarrassez la préparation dans un bocal à couvercle à travers votre tamis à mailles fines

Ajoutez une cuillère à café de piment d'Espelette, le kiwi coupé en deux restant ainsi que la peau des kiwis préalablement réservée

Fermez le bocal et placez-le au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvaser le contenu du bocal, après l'avoir filtré à travers un tamis à mailles fines, dans une bouteille de 1 litre au moyen d'une louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servir frais



UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO

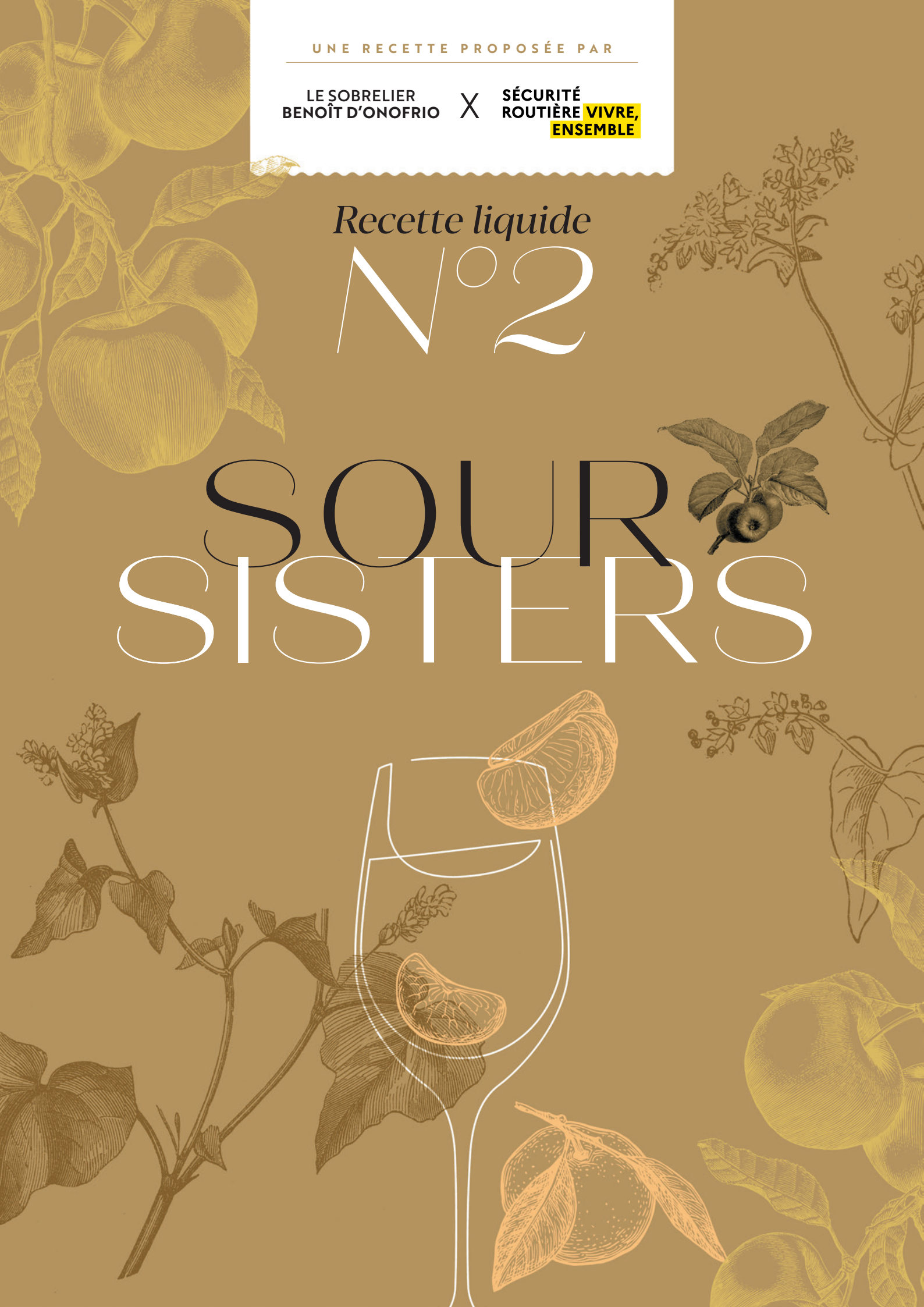


SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

*Recette liquide*

N°2

# SOUR SISTERS



RECETTE LIQUIDE POUR ACCOMPAGNER UN

# Saumon fumé

# SOUR SISTERS

*Clémentine,  
sarrasin,  
vinaigre  
de cidre*



## POUR 1 LITRE DE BOISSON

### INGRÉDIENTS

Clémentine x 8 pièces  
Sarrasin x 100 g  
Vinaigre de cidre x ½  
verre à eau

### MATÉRIEL

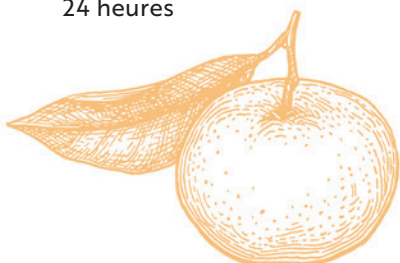
1 casserole  
1 poêle  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 bocal à couvercle en  
verre de 2 litres  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille de 1 litre

### TEMPS DE PRÉPARATION

2 heures et 45 minutes

### TEMPS DE REPOS

24 heures



Pelez les écorces des clémentines  
et réservez-les

Placez 7 clémentines sectionnées en  
quartiers dans une casserole en y  
versant 25 cl d'eau et faites chauffer  
à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette  
préparation et poursuivez la chauffe  
à feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation  
et poursuivez la chauffe à feu moyen  
durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de  
chauffe, vous obtiendrez un liquide  
concentré en arômes de clémentine  
avec très peu de sucrosité

Dans un saladier, débarrassez la  
décoction obtenue en la filtrant  
à travers un tamis à mailles fines

Dans une poêle, disposez les graines  
de sarrasin et faites-les torrifier durant  
15 minutes à feu doux

Versez ensuite le vinaigre de cidre  
et déglacez jusqu'à évaporation de  
ce dernier

Ajoutez les graines de sarrasin encore  
chaudes dans le saladier contenant la  
décoction de clémentine et laissez-les  
macérer durant 1 heure en recouvrant  
le saladier d'un torchon

Après macération, débarrassez la  
préparation dans un bocal à couvercle  
à travers votre tamis à mailles fines

Ajoutez la clémentine restante  
sectionnée en quartiers ainsi que  
les écorces de clémentine

Fermez le bocal et placez-le au  
réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvasez  
le contenu du bocal, après l'avoir filtré  
à travers un tamis à mailles fines, dans  
une bouteille de 1 litre au moyen d'une  
louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur  
et servez frais



UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

POUR ACCOMPAGNER UN

*Foie gras*

# RACINE QUEEN



*Betterave,  
litchi,  
graines  
de courge*



POUR 1 LITRE DE BOISSON

**INGRÉDIENTS**

Betterave cuite  
x 2 pièces

Litchi au sirop  
x 1 conserve

Graines de courge  
x 100 g

**MATÉRIEL**

1 couteau

1 planche à découper

1 casserole

1 poêle

1 tamis à mailles fines

1 saladier

1 bocal à couvercle  
en verre de 2 litres

1 louche

1 entonnoir

1 bouteille de 1 litre

**TEMPS DE PRÉPARATION**

3 heures et 45 minutes

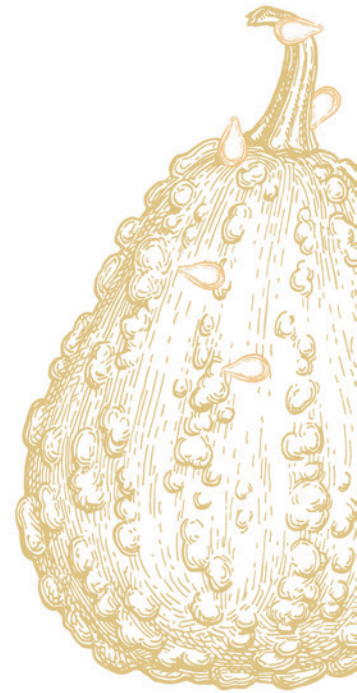
**TEMPS DE REPOS**

24 heures



*Recette liquide*

N°3



Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Dans une poêle, disposez les graines de courge et faites-les torrifier durant 15 mn à feu doux

Versez ensuite l'équivalent d'un ½ verre à eau de sirop des litchis en conserve et déglacez jusqu'à évaporation de ce dernier

Ajoutez les graines de courge encore chaudes dans le saladier contenant la décoction de betterave et laissez-les macérer durant 2 heures en recouvrant le saladier d'un torchon

Après macération, débarrassez la préparation dans un bocal à couvercle à travers votre tamis à mailles fines

Ajoutez-y les litchis coupés en 2 et le reste de leur sirop

Fermez le bocal et placez-le au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvasez le contenu du bocal, après l'avoir filtré à travers un tamis à mailles fines, dans une bouteille de 1 litre au moyen d'une louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servir frais

**A**u moyen d'un couteau découpez les betteraves en 4 et les litchis en 2

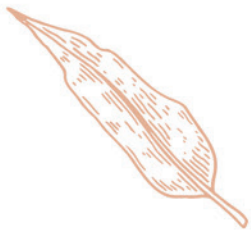
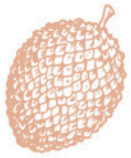
Réservez les litchis

Placez les betteraves dans une casserole en y versant 25 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes de betterave avec très peu de sucrosité et des notes légèrement terreuses



UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO

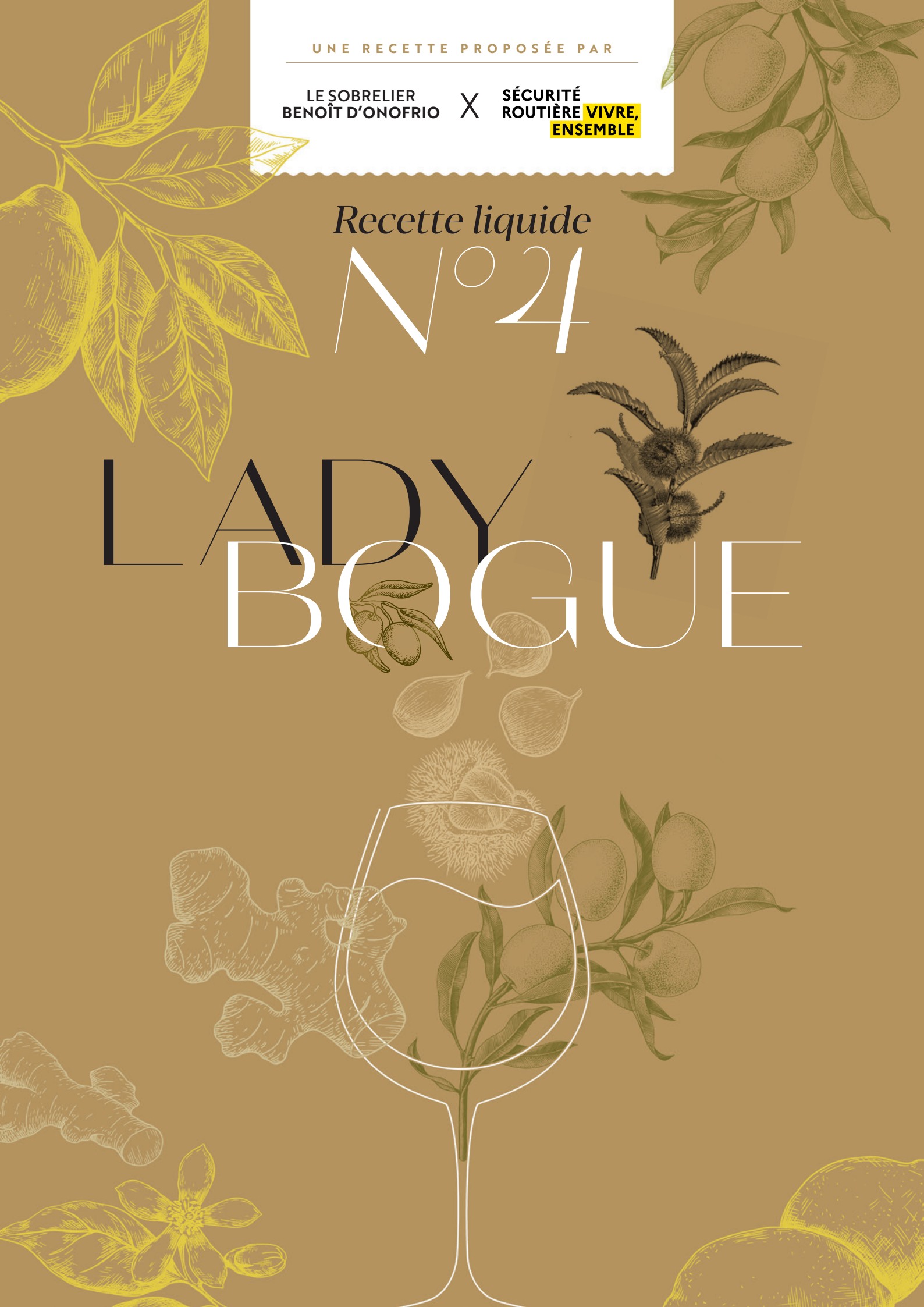


SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,**  
**ENSEMBLE**

*Recette liquide*

N° 24

# LADY BOGUE



RECETTE LIQUIDE POUR ACCOMPAGNER UN

# Risotto aux cèpes

# LADY BOOGUE



*Châtaigne,  
gingembre,  
citron,  
saumure  
d'olive verte*

## POUR 1 LITRE DE BOISSON

### INGRÉDIENTS

Châtaigne x 1 bocal  
Gingembre x 2 pièces  
Citron x 8 pièces  
Saumure d'olive verte  
x le contenu d'un bocal

### MATÉRIEL

1 couteau  
1 économe  
1 planche à découper  
1 casserole  
1 four  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 bocal à couvercle  
en verre de 2 litres  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille de 1 litre

### TEMPS DE PRÉPARATION

3 heures et 45 minutes

### TEMPS DE REPOS

24 heures



Au moyen d'un économe, pelez le gingembre et à l'aide d'un couteau coupez chacune des 2 pièces en 4

Muni d'un couteau, prélevez l'écorce des citrons, réservez-la, et coupez les citrons en 2 ainsi que les châtaignes

Préchauffez votre four à 120 degrés pendant 10 minutes et placez-y la moitié des châtaignes à griller pendant 40 minutes à 160 degrés

Placez les citrons, le gingembre ainsi que l'autre moitié des châtaignes dans une casserole en y versant 25 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes de citron et

gingembre, légèrement épaissi grâce à l'amidon naturellement contenu dans la châtaigne

Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Ajoutez les châtaignes encore chaudes dans le saladier contenant la décoction de citron, gingembre et châtaigne et laissez macérer le tout durant 2 heures en recouvrant le saladier d'un torchon

Après macération, débarrassez la préparation dans un bocal à couvercle à travers votre tamis à mailles fines

Ajoutez-y la saumure d'olive verte ainsi que les écorces de citron réservées préalablement

Fermez le bocal et placez-le au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvaser le contenu du bocal, après l'avoir filtré à travers un tamis à mailles fines, dans une bouteille de 1 litre au moyen d'une louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servir frais





UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

POUR ACCOMPAGNER UNE

*Dinde*



# POPINAMBOUR

*Poire,  
Topinambour,  
Pain*

POUR 1 LITRE DE BOISSON

**INGRÉDIENTS**

Poire x 8 pièces

Topinambour x 8 pièces

Pain x 125 g

**MATÉRIEL**

1 couteau

1 planche à découper

1 casserole

1 four

1 tamis à mailles fines

1 saladier

1 bocal à couvercle en  
verre de 2 litres

1 louche

1 entonnoir

1 bouteille de 1 litre

**TEMPS DE PRÉPARATION**

4 heures

**TEMPS DE REPOS**

24 heures



*Recette liquide*

*N°5*



**A**u moyen d'un couteau découpez les poires en 4 et les topinambours en 2 sans les éplucher

Préchauffez votre four à 120 degrés pendant 10 mn et placez-y les topinambours en cuisson pendant 50 minutes à 180 degrés

Placez les poires dans une casserole en y versant 25 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes de poire avec très peu de sucrosité

Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Ajoutez les topinambours encore chauds dans le saladier contenant la décoction de poire

Dans votre four encore chaud, placez votre pain découpé en tranches épaisses et faites-le griller durant 20 minutes à 160 degrés

Ajoutez-le dès sa sortie du four au saladier contenant la décoction de poire et les topinambours et laissez macérer le tout durant 2 heures en recouvrant le saladier d'un torchon

Après macération, débarrassez la préparation dans un bocal à couvercle à travers votre tamis à mailles fines

Fermez le bocal et placez-le au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvasez le contenu du bocal dans une bouteille de 1 litre au moyen d'une louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servez frais



UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

POUR ACCOMPAGNER UN

*Fromage à la truffe*

# OXI-MO RON



*Ananas,  
Noisette,  
Radis noir*

## POUR 1 LITRE DE BOISSON

### INGRÉDIENTS

Ananas au sirop  
x 1 conserve  
Noisette x 100 g  
Radis noir x 1 pièce

### MATÉRIEL

1 couteau  
1 planche à découper  
1 casserole  
1 four  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 bocal à couvercle en  
verre de 2 litres  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille de 1 litre

### TEMPS DE PRÉPARATION

3 heures et 30 minutes

### TEMPS DE REPOS

24 heures



*Recette liquide*

N°6



**A**u moyen d'un économe, pelez le radis noir, râpez-le dans un bol

Muni d'un couteau, coupez les tronçons d'ananas en 4 ainsi que les noisettes en 2

Préchauffez votre four à 120 degrés pendant 10 minutes et placez-y les noisettes à torréfier pendant 30 minutes à 160 degrés

Placez l'ananas dans une casserole en y versant 25 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes d'ananas avec très peu de sucrosité

Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Ajoutez les noisettes encore chaudes dans le saladier contenant la décoction d'ananas puis laissez macérer le tout durant 2 heures en recouvrant le saladier d'un torchon

Après macération, débarrassez la préparation dans un bocal à couvercle à travers votre tamis à mailles fines

Ajoutez-y le sirop de l'ananas et le radis noir râpé

Fermez le bocal et placez-le au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvasez le contenu du bocal, après l'avoir filtré à travers un tamis à mailles fines, dans une bouteille de 1 litre au moyen d'une louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servez frais



UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



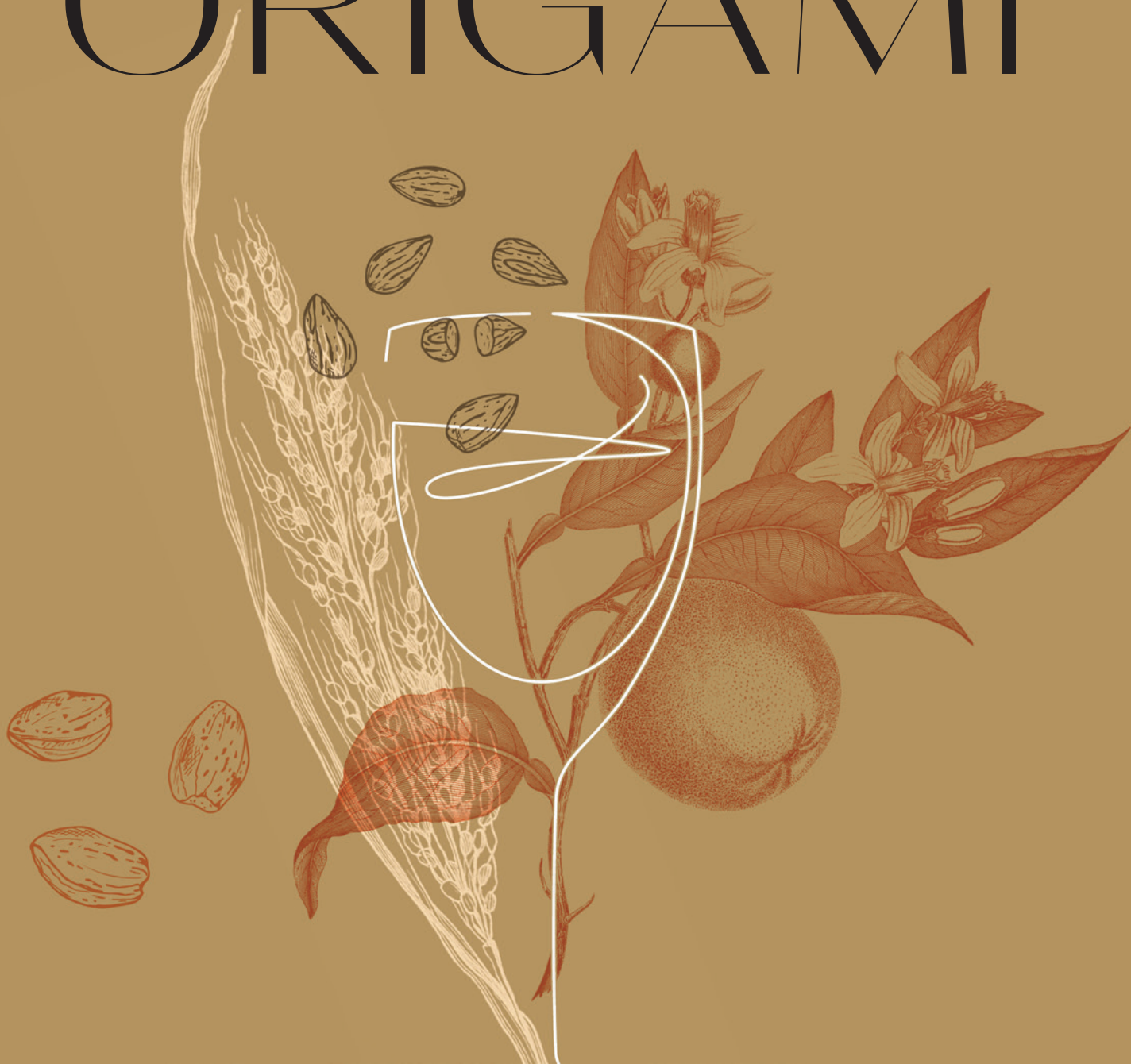
SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

*Recette liquide*

N°7



# ORIGAMI



RECETTE LIQUIDE POUR ACCOMPAGNER UN

# Dessert au marron

# ORIGAMI



*Eau de riz,  
fleur  
d'oranger,  
orange,  
amande*



## POUR 1 LITRE DE BOISSON

### INGRÉDIENTS

Riz de Camargue x 150 g  
Poudre d'amande x 50 g  
Orange x 2 pièces  
Hydrolat de fleur  
d'oranger x 4 cl

### MATÉRIEL

1 couteau  
1 planche à découper  
2 casseroles  
1 mixeur  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 bocal à couvercle en  
verre de 2 litres  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille de 1 litre

### TEMPS DE PRÉPARATION

1 heure et 40 minutes

### TEMPS DE REPOS

24 heures

Au moyen d'un couteau, pelez les oranges et coupez-les en 4

Préchauffez votre four à 120 degrés pendant 10 minutes et placez-y 75 g de riz à torréfier pendant 30 minutes à 160 degrés

Mettez à cuire 75 g de riz dans une casserole avec 15 cl d'eau que vous porterez à ébullition et laisserez ensuite cuire à feu moyen durant 20 minutes jusqu'à absorption totale de l'eau

Placez les oranges dans une autre casserole en y versant 25 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes d'orange avec très peu de sucrosité

Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Dans un robot-mixeur, versez la moitié de riz torréfié, la moitié de riz cuit à l'eau, 25 g de poudre d'amande et la moitié de la décoction d'orange puis mixer

Débarrassez la préparation dans un bocal à couvercle en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Renouvelez l'opération avec le mixeur pour l'autre moitié de riz torréfié, de riz cuit à l'eau, de décoction d'orange et 25 g de poudre d'amande

Intégrez cette préparation à celle identique contenue dans votre bocal à couvercle après l'avoir filtrée à travers un tamis à mailles fines

Ajoutez l'hydrolat de fleur d'oranger, fermez le couvercle et laissez reposer au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvaser le contenu du bocal, après l'avoir filtré à travers un tamis à mailles fines, dans une bouteille de 1 litre au moyen d'une louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servir frais



UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

*Recette liquide*

N°8

À VOS  
CADEAUX



RECETTE LIQUIDE POUR ACCOMPAGNER DU

# Chocolat



# À VOUS CADEAUX

*Avocat,  
cacahuète,  
pomme*



## POUR 1 LITRE DE BOISSON

### INGRÉDIENTS

Avocat x 1 pièce  
Cacahuète (non salée)  
x 50 g  
Pomme x 2 pièces  
Sel x 1 pincée

### MATÉRIEL

1 couteau  
1 planche à découper  
1 casserole  
1 mixeur  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 bocal à couvercle en  
verre de 2 litres  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille de 1 litre

### TEMPS DE PRÉPARATION

1 heure et 40 minutes

### TEMPS DE REPOS

24 heures

Au moyen d'un couteau, ouvrez l'avocat en 2, ôtez le noyau et évidez-le afin de séparer la chair de l'écorce

Au moyen d'un couteau, coupez les pommes en 4 sans les épéucher

Préchauffez votre four à 120 degrés pendant 10 minutes et placez-y les cacahuètes à torréfier pendant 30 minutes à 160 degrés

Placez l'avocat et les pommes dans une casserole en y versant 25 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes d'avocat et pomme avec très peu de sucrosité

Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Récupérez l'avocat

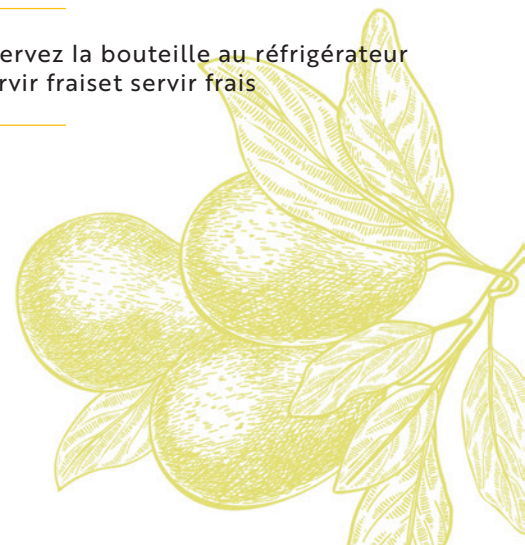
Dans un robot-mixeur, versez la décoction d'avocat et pomme, l'avocat récupéré et les cacahuètes puis mixez

Débarrassez la préparation dans un bocal à couvercle en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Ajoutez une pincée de sel, fermez le couvercle et laissez reposer au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvaser le contenu du bocal, après l'avoir filtré à travers un tamis à mailles fines, dans une bouteille de 1 litre au moyen d'une louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur et servez frais et servir frais





UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

*Recette liquide*

N°9



# LA COUROUNNE VERTE



RECETTE LIQUIDE POUR ACCOMPAGNER UNE

# Galette des rois



# LA COURONNE VERTE

*Olive verte,  
pomme,  
céleri branche*

## POUR 1 LITRE DE BOISSON

### INGRÉDIENTS

Olive verte x 1 bocal  
Pomme x 8 pièces  
Céleri branche x 2 pièces  
Vinaigre de cidre  
x ½ verre à eau

### MATÉRIEL

1 couteau  
1 planche à découper  
1 casserole  
1 mixeur  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 bocal à couvercle en  
verre de 2 litres  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille de 1 litre

### TEMPS DE PRÉPARATION

1 heure et 45 minutes

### TEMPS DE REPOS

24 heures

Au moyen d'un couteau, coupez les  
pommes en 4 et les olives en 2

Au moyen d'un couteau, coupez les  
branches de céleri en tronçons épais et  
réservez les feuilles

Placez les pommes et les tronçons de  
céleri dans une casserole en y versant  
25 cl d'eau et faites chauffer à feu  
moyen durant 20 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau cette  
préparation et poursuivez la chauffe à  
feu moyen durant 30 minutes

Rallongez de 45 cl d'eau la préparation  
et poursuivez la chauffe à feu moyen  
durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de  
chauffe, vous obtiendrez un liquide  
concentré en arômes de pomme avec  
très peu de sucrosité et rafraîchi par les  
arômes anisés du céleri

Dans un saladier, débarrassez la  
décoction obtenue en la filtrant à  
travers un tamis à mailles fines

Dans un robot-mixeur, versez 1/3 de  
la décoction de pomme et céleri, les  
olives et les feuilles de céleri

Débarrassez la préparation dans le  
saladier contenant la décoction de  
pomme et céleri en la filtrant à travers  
un tamis à mailles fines, puis mélangez

Transvasez le contenu du saladier dans  
un bocal à couvercle et ajoutez-y un ½  
verre à eau de vinaigre de cidre

Fermez le couvercle et laissez reposer  
au réfrigérateur durant 24 heures

Au bout de 24 heures, transvaser le  
contenu du bocal, après l'avoir filtré à  
travers un tamis à mailles fines, dans  
une bouteille de 1 litre au moyen d'une  
louche, à travers un entonnoir

Conservez la bouteille au réfrigérateur  
et servez frais



UNE RECETTE PROPOSÉE PAR

LE SOBRELIER  
BENOÎT D'ONOFRIO



SÉCURITÉ  
ROUTIÈRE **VIVRE,  
ENSEMBLE**

UNE ALTERNATIVE AU

*Champagne*



Pétillance

**SUR**  
**NATURELLE**

*Coing,  
Pollen,  
Fleur  
d'oranger*

POUR 1 LITRE DE BOISSON

**INGRÉDIENTS**

Coing x 8 pièces  
Pollen  
x 2 cuillères à soupe  
Pétale de fleur d'oranger  
x 20 g  
Sucre x 80 g

**MATÉRIEL**

1 économe  
1 couteau  
1 planche à découper  
1 bol  
1 casserole  
1 tamis à mailles fines  
1 saladier  
1 louche  
1 entonnoir  
1 bouteille à bouchon  
mécanique de 2 litres

**TEMPS DE PRÉPARATION**

1 heure

**TEMPS DE FERMENTATION**

4 à 7 jours



*Recette liquide*

**N°10**



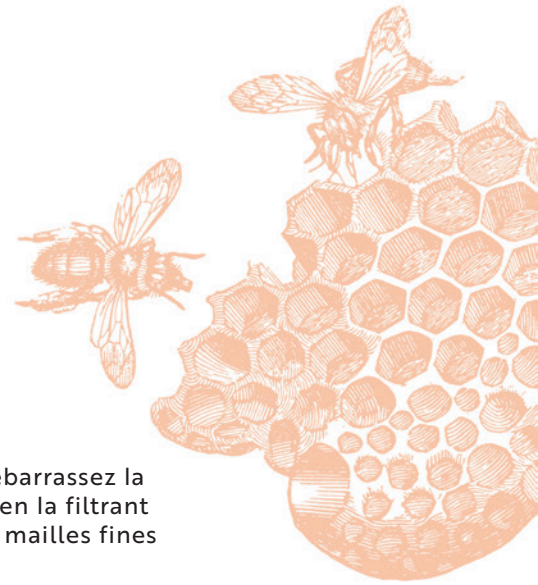
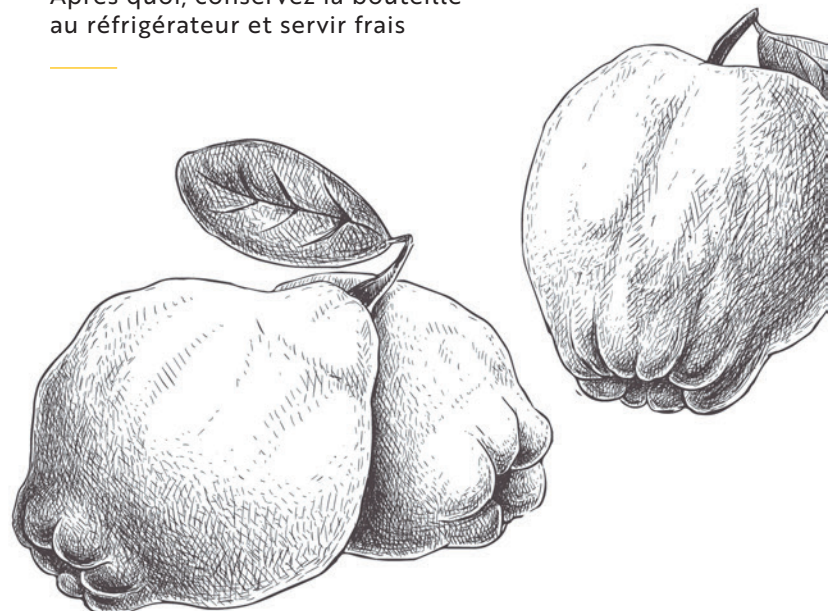
**A**u moyen d'un économe, épilchez les coings et réservez la peau d'un coing dans un bol

Au moyen d'un couteau, coupez les coings en 8 cubes

Placez les cubes de coing dans une casserole en y versant 45 cl d'eau et faites chauffer à feu moyen durant 20 minutes

Rallongez de 15 cl d'eau cette préparation et poursuivez la chauffe à feu moyen durant 30 minutes

À l'issue de cette dernière phase de chauffe, vous obtiendrez un liquide concentré en arômes de coing avec très peu de sucrosité



Dans un saladier, débarrassez la décoction obtenue en la filtrant à travers un tamis à mailles fines

Ajoutez-y le sucre puis mélangez

Transvasez le contenu du saladier après refroidissement dans une bouteille à bouchon mécanique de 2 litres

Dans la bouteille, incorporez le pollen, les pétales de fleur d'oranger et la peau de coing préalablement réservée puis rehaussez le niveau de la bouteille aux  $\frac{3}{4}$  avec de l'eau tempérée

Fermez la bouteille et laissez fermenter à température ambiante

Au bout de 48 heures, décapsulez la bouteille une première fois puis réitérez l'opération chaque jour jusqu'à ce que vous constatiez une échappée de gaz ainsi que la présence de bulles.

Après quoi, conservez la bouteille au réfrigérateur et servir frais