



PANAIS AU NATUREL

INGRÉDIENTS

Afin d'obtenir +/- 12 bocaux d'une contenance de 370 ml, il faut :

- 2 kg de panais
- 30 gr de sel (pour 3l de saumure)

TEMPS ET TEMPÉRATURE



ETAPES

1. Laver soigneusement les panais.
2. Eplucher les panais.
3. Couper les panais en rondelles en veillant à conserver une épaisseur la plus régulière possible.
4. Cuire les panais dans une casserole d'eau bouillante (\pm 5 minutes).
5. Préparer le liquide de couverture : saumure composée de 10gr de sel/litre d'eau.
6. Oter du feu et égoutter les panais.
7. Faire refroidir dans de l'eau froide.
8. Mettre les panais dans les bocaux.
9. Ajouter le liquide de couverture bouillant.
10. Fermer les bocaux en veillant à bien utiliser un joint neuf ou une capsule neuve. Pour le bocal à joint, placer 2 crochets inox pour maintenir le couvercle en verre. Pour un bocal à capsule métallique, veiller à bien serrer celle-ci.
11. Placer les bocaux dans le pasteurisateur.
12. Recouvrir les bocaux d'eau.
13. Pasteuriser 120 minutes à 100°C.



Astuce : vous pouvez ajouter quelques branches de thym dans l'eau de cuisson et les récupérer afin de garnir les bocaux.