

Cornichons lactofermentés

Cette fiche a été conçue par des étudiantes de la Mission Jeunes Experts An'Agro de l'ISTOM (École supérieure d'Agro-Développement International).



Ingrédients

- Cornichons
- 500 g de sel
- 10 L d'eau
- Grains de poivre
- Gousses d'ail
- Feuilles de raifort
- Feuilles de laurier-sauce sèches
- Feuilles de céleri
- Feuilles de cerisier
- Feuilles de groseillier
- Feuilles de persil

Matériel

- Bocal en verre de 3 L
- Bassine
- Couvercle
- Linge



Étapes

- Laver les cornichons en les plongeant dans une bassine d'eau (attention à ne pas abimer les piques du cornichon).
- Laisser les cornichons dans l'eau pendant 1 heure en agitant par moments.
- Éplucher l'ail et presser les gousses pour former une purée.
- Étaler l'ail pressé sur les parois d'une bassine.
- Placer une première couche de cornichons dans la bassine, puis ajouter un étage de condiments et ainsi de suite en finissant par une couche de condiments.
- Préparer dans une bassine la saumure en mélangeant pour dissoudre le sel dans l'eau froide.
- Verser la saumure sur les légumes jusqu'à ce qu'ils soient immergés.
- Couvrir la préparation avec un couvercle.
- Placer la bassine au soleil pendant trois jours.
- Après trois jours, laver des bocaux en verre.
- Récupérer les condiments puis les placer au fond des bocaux.
- Placer les cornichons dans les bocaux.
- Récupérer le jus (saumure), le faire bouillir et le verser chaud dans les bocaux.
- Fermer les bocaux et les couvrir d'un linge.
- Placer les bocaux directement à la cave.

Complément

→ Consommation des cornichons dès que la saumure a refroidi.