Avec Odette Morin

odemorin@journaldescitoyens.ca
www.journaldescitoyens.ca
Édition de mars 2018

Pickles de légumes vite faits

Aujourd'hui, même les restaurants chics nous proposent des « pickles » pour accompagner certains de leurs plats les plus raffinés. Le plus souvent, il s'agit d'une version « express » d'un condiment qui autrefois prenait des heures à préparer.

Ces marinades peuvent être préparées la veille, quelques heures, voire quelques minutes avant d'être dégustés, soit juste le temps de les laisser refroidir. Presque tous les légumes peuvent être marinés selon cette méthode rapide. Les plus dures, comme la plupart des légumes racines, le céleri, le fenouil, le chou-fleur peuvent être blanchis plus ou moins brièvement (selon leur dureté) dans le liquide à marinade avant d'être transférés dans un bocal (avec assez de liquide pour les couvrir). Plus les morceaux seront minces, moins ils auront besoin d'être blanchis. Dans le cas des légumes tranchés à la mandoline, cette étape peut s'avérer inutile si vous voulez préserver leur côté croustillant. Vous n'avez qu'à verser le liquide bouillant sur les légumes que vous aurez mis dans un bocal. Vous utiliserez la même technique pour les légumes comme les concombres libanais tranchés, les poivrons en lanières fines, les radis tranchés minces, les oignons en rondelles minces. Vous pourrez créer des mélanges de légumes colorés et aromatiser le liquide à marinage avec vos épices ou condiments préférés. Les marinades ainsi préparées ne sont pas faites pour être conservées pendant des mois, mais plutôt quelques semaines au frigo.

Le liquide à marinade

Ingrédients

- Vinaigre blanc ou de riz, de cidre, 170 ml (¾ de tasse)
- Eau, 560 ml (2 ½ tasses)
- Sucre, 30 à 60 ml (2 à 4 cuil. à soupe) ou au goût
- Sel, environ 5 ml (1 cuil. à thé) ou au goût
- Mélange d'épices à marinades, 5 ml (1 cuil. à thé) dans une mousseline ou une boule à thé (facultatif)
- Feuille de laurier, anis étoilé, piment fort, graines de fenouil, de carvi, de moutarde, etc. au choix (facultatifs)
- Tranches d'ail et/ou de gingembre (facultatives)

Préparation

Mettez les ingrédients dans une casserole et portez le tout à ébullition. Laissez mijoter de 5 à 10 minutes. Donne un peu plus de 730 ml soit environ 3 ¼ tasses de liquide à marinades. Si vous en avez de trop, mettez-le au frigo dans un bocal propre pour une future recette.

Bon appétit!