PRÉPARER SON VINAIGRE DE POMMES

1

Récoltez plusieurs variétés de pommes, même non calibrées ou abîmées et les nettoyer.

2

Prévoir un grand récipient en verre et 50 gr de sucre fin par litre d'eau.
Diluez le sucre dans l'eau tiède.

3

Découpez les pommes sans les éplucher, enlever les coups puis remplissez le bocal au 3/4.
Compléter avec l'eau sucrée.

4

Fermez en couvrant d'un linge. La fermeture ne doit pas être hermétique pour permettre au gaz de s'échapper.
Laissez reposer 3 à 4 semaines à température ambiante (20°C), sur le haut d'un meuble par exemple.
Remuez de temps à autre.

5

6

Filtrez puis embouteillez, couvrez d'un tissu et poursuivre la fermentation 3 semaines.

7

Deuxième et dernière filtration avant la mise en bouteille.

8

La mère du vinaigre est un champignon que vous pouvez conserver dans le vinaigre pour les prochaines préparations

9

- Le tissu a pour but de laisser passer les gaz mais pas les insectes. (photos 4&6)
- Utilisez des récipients et ustensiles en verre ou en plastique (photo 7), pas en métal.
- Plusieurs épaisseurs de filtres peuvent être utilisées (photo 7).
- Une solution économique, zéro déchet, saine et naturelle

Cette fiche est l'un des supports de l'atelier vidéo sur la conservation saine et naturelle des aliments : http://7a-savoir.com/conserves/

(c) Toutes nos fiches sont sur Nature-Simple.com