



Fabrication de gelée de Pissenlits



Objectifs :

- Respecter l'environnement (moins de déchets, de pollution), tirer bénéfice de la nature,
- Utiliser au maximum des ressources naturelles, produits sains (moins nocifs pour la santé),
- Prendre plaisir à réaliser soi-même, en famille (Do it yourself, fait maison).

Niveau : accessible à tout le monde (présence d'un adulte lors des cuissons).

Durée : de 30 à 45 mn.

Matériel et ingrédients :

- 50 g de fleurs de Pissenlits, fleurs jaunes, fleurit d'avril à octobre,
- 500 ml d'eau,
- ½ citron (jus),
- 500g de sucre,
- 1 sachet d'Agar Agar,
- 1 casserole,
- Pots à confiture vides et propres ou contenant hermétiques.

Déroulé : [Les tutos de l'ONF : une recette de gelée de pissenlits](#)

Avant de commencer lavez-vous les mains.

- Décortiquez les fleurs jaunes,
- Les mettre dans la casserole,
- Ajouter l'eau,
- Portez le tout à ébullition,
- Laisser macérer la préparation au réfrigérateur (une fois refroidi) pendant 24h,
- Récupérer la préparation pour la filtrer,
- Ajouter le demi-jus de citron,
- Incorporer le sachet d'Agar-Agar,
- Portez le tout à ébullition,
- Ajouter le sucre, remuer pendant 5mn,
- Transvaser la préparation dans des pots,
- Stériliser le pot fermé chaud en le disposant, retourné dans de l'eau froide

Astuce=) déguster sur du pain (comme du miel ou confiture) ou pour sucrer une boisson chaude (tisane ou thé).

Observations finales (+/-, compétences acquises)

Activité écologique, familiale, pratique, économique, qui valorise une démarche saine respectueuse de l'environnement.