

Four vapeur
Temps de préparation : 30 min
Temps de cuisson : 55 min

Pickles à la vietnamienne

Pour 6 bocaux de 300 g

Panier de courses

Légumes au choix

- 2 carottes
- ½ radis blanc long
- 2 feuilles de chou blanc
- 1 poivron rouge
- ¼ de chou-fleur
- ½ concombre
- 1 piment rouge (en option)

- 2 cuil. à soupe et 20 g de sel fin
- 130 g de vinaigre de riz ou de vinaigre blanc
- 120 g de sucre
- 180 g d'eau
- 3 gousses d'ail

Matériel

- 6 bocaux en verre pour conserver
- 1 casserole moyenne

Déroulé de la recette

Laver et éplucher les légumes frais (sauf le concombre) et tailler selon vos goûts.
Mélanger 2 cuillères à soupe de sel fin aux légumes pour les faire *dégorger* une dizaine de minutes.
Egoutter et disposer dans les bocaux.
Dans une casserole, porter à ébullition l'eau, le vinaigre et le sucre.
Ajouter les 20 g de sel, laisser tiédir et verser sur les légumes.
Ajouter une demie gousse d'ail pelée dans chaque pot et le piment entier.
Fermer les bocaux avant stérilisation.

Stériliser les bocaux

Déposer les bocaux dans le four vapeur.
Utiliser le programme de stérilisation ou programmer la température à 90°C pendant 55 min.
Laisser dans le four 30 min après cuisson et conserver à température ambiante et à l'abri de la lumière.

Déguster ces pickles en accompagnement de pâtés impériaux mais aussi en apéritif ou avec un assortiment de charcuteries en remplacement des traditionnels cornichons.

Le petit lexique

Dégorger : action de verser du sel sur un aliment cru afin de lui faire perdre son eau.

Astuces du Chef

Cette recette de pickles peut être agrémentée d'aromates tels que des graines de coriandre, du gingembre ou de la cardamome.
Elle permet aussi de conserver les restes de légumes.