

# Câpres d'ail des ours

Pour 2 bocaux de 2.5 dl



120 g de bourgeons d'ail des ours

2.5 dl de vinaigre balsamique blanc  
40 g de sucre  
1 cc de sel  
1 cc de grains de poivre noir  
1 cs de graines de moutarde  
1 pointe de couteau de muscade moulue  
1 cc d'estragon, haché fin  
1 cc d'aneth, haché

Stériliser les bocaux dans un four à vapeur à 100°C pendant 10 minutes, ou les chauffer dans de l'eau bouillante.

Bien laver, égoutter. Répartir dans les bocaux.

Cuire tous les ingrédients pendant 5 minutes. Verser sur les bourgeons. Fermer les bocaux et les stériliser à 90°C pendant 20 minutes.

## Remarque:

Servir avec du rôti froid, du roastbeef ou du Vitello tonnato.

Cette recette ainsi que la rubrique « **Trucs et astuces** » sont à découvrir sur [www.grangeneuve.ch/economiefamiliale](http://www.grangeneuve.ch/economiefamiliale)