



Recette à partager
Sirop de bourgeons de sapin
par Françoise

© Expo-mycos 2018

Ingrédients

- ⇒ une quantité appréciable de bourgeons de sapins, prélevés à la bonne saison (**dès leur apparition**)
- ⇒ une casserole
- ⇒ eau
- ⇒ poids en sucre équivalent aux bourgeons
- ⇒ durée de la cuisson : une fois 1h et une fois 2h

⊗ Attention, il ne s'agit pas seulement d'une gourmandise mais aussi d'un remède contre la toux !

Remplir une casserole de bourgeons de sapin.

Couvrir d'eau.

Faire cuire à feu doux durant 2 heures.

Laisser reposer toute la nuit.

Enlever les bourgeons.

Peser le tout ET ajouter autant de sucre.

Cuire 1 heure jusqu'à l'obtention d'une couleur miel.

Mettre en bouteille.

Association Autour d'un Jardin / 16 rue des Coquillards / 25500 MONTLEBON
03 81 67 44 88 - 06 42 44 30 05 / autourdunjardin@free.fr / autourljardin.canalblog.com



Recette à partager
Sirop de bourgeons de sapin
par Françoise

© Expo-mycos 2018

Ingrédients

- ⇒ une quantité appréciable de bourgeons de sapins, prélevés à la bonne saison (**dès leur apparition**)
- ⇒ une casserole
- ⇒ eau
- ⇒ poids en sucre équivalent aux bourgeons
- ⇒ durée de la cuisson : une fois 1h et une fois 2h

⊗ Attention, il ne s'agit pas seulement d'une gourmandise mais aussi d'un remède contre la toux !

Remplir une casserole de bourgeons de sapin.

Couvrir d'eau.

Faire cuire à feu doux durant 2 heures.

Laisser reposer toute la nuit.

Enlever les bourgeons.

Peser le tout ET ajouter autant de sucre.

Cuire 1 heure jusqu'à l'obtention d'une couleur miel.

Mettre en bouteille.

Association Autour d'un Jardin / 16 rue des Coquillards / 25500 MONTLEBON
03 81 67 44 88 - 06 42 44 30 05 / autourdunjardin@free.fr / autourljardin.canalblog.com



Recette à partager
Sirop de bourgeons de sapin
par Françoise

© Expo-mycos 2018

Ingrédients

- ⇒ une quantité appréciable de bourgeons de sapins, prélevés à la bonne saison (**dès leur apparition**)
- ⇒ une casserole
- ⇒ eau
- ⇒ poids en sucre équivalent aux bourgeons
- ⇒ durée de la cuisson : une fois 1h et une fois 2h

⊗ Attention, il ne s'agit pas seulement d'une gourmandise mais aussi d'un remède contre la toux !

Remplir une casserole de bourgeons de sapin.

Couvrir d'eau.

Faire cuire à feu doux durant 2 heures.

Laisser reposer toute la nuit.

Enlever les bourgeons.

Peser le tout ET ajouter autant de sucre.

Cuire 1 heure jusqu'à l'obtention d'une couleur miel.

Mettre en bouteille.

Association Autour d'un Jardin / 16 rue des Coquillards / 25500 MONTLEBON
03 81 67 44 88 - 06 42 44 30 05 / autourdunjardin@free.fr / autourljardin.canalblog.com



Recette à partager
Sirop de bourgeons de sapin
par Françoise

© Expo-mycos 2018

Ingrédients

- ⇒ une quantité appréciable de bourgeons de sapins, prélevés à la bonne saison (**dès leur apparition**)
- ⇒ une casserole
- ⇒ eau
- ⇒ poids en sucre équivalent aux bourgeons
- ⇒ durée de la cuisson : une fois 1h et une fois 2h

⊗ Attention, il ne s'agit pas seulement d'une gourmandise mais aussi d'un remède contre la toux !

Remplir une casserole de bourgeons de sapin.

Couvrir d'eau.

Faire cuire à feu doux durant 2 heures.

Laisser reposer toute la nuit.

Enlever les bourgeons.

Peser le tout ET ajouter autant de sucre.

Cuire 1 heure jusqu'à l'obtention d'une couleur miel.

Mettre en bouteille.

Association Autour d'un Jardin / 16 rue des Coquillards / 25500 MONTLEBON
03 81 67 44 88 - 06 42 44 30 05 / autourdunjardin@free.fr / autourljardin.canalblog.com