



BETTERAVES ROUGES AU VINAIGRE

INGRÉDIENTS

Afin d'obtenir +/- 10 bocaux d'une contenance de 370 ml, il faut :

- 4 kg de betteraves rouges (poids épluchées et coupées)
- 1 kg de sucre
- 1,5 l de vinaigre blanc (d'alcool)

ETAPES

1. Couper les feuilles au niveau du collet.
2. Brosser soigneusement les betteraves sous l'eau froide.
3. Peler et couper les betteraves en tranches d'environ 1 cm d'épaisseur.
4. Placer les morceaux dans une casserole en les recouvrant d'eau afin qu'elles soient parfaitement immergées. Porter à ébullition et cuire durant 10 à 15 minutes afin que les betteraves soient tendres. Les égoutter.
5. Répartir les rondelles dans les bocaux préalablement ébouillantés et séchés en tassant bien jusqu'à environ 2 cm du bord.
6. Réaliser le jus de conservation se composant de : • 2 litres de jus de cuisson des betteraves • 1 kg de sucre • 1,5 l de vinaigre blanc
Faire chauffer et verser sur les betteraves en pot pour que le niveau arrive à 1 cm du bord.
7. Fermer les bocaux en veillant à bien utiliser un joint neuf ou une capsule neuve
Pour le bocal à joint, placer 2 crochets inox pour maintenir le couvercle en verre. Pour un bocal à capsule métallique, veiller à bien serrer celle-ci.

7

 *Astuce : attendre minimum 10 jours avant de déguster la préparation afin qu'elle soit bien vinaigrée.*

(Source : HEYLEN J., Les Avins, octobre 2014)