

Angélique confite

Ingrédients :

- Tiges d'angélique sylvestre ou officinale (*si vous avez des deux, les préparer séparément pour ne pas mélanger les deux saveurs*) et ou grande berce.
- Sucre
- Eau



Préparation :

- Eplucher les tiges : prélever la « peau » externe ainsi que les plus gros fils
- Constituer des tronçons d'une dizaine de centimètres
- Les mettre dans une casserole, puis couvrir intégralement de sucre et verser de l'eau à hauteur
- Placer sur le feu jusqu'à ébullition
- Cuire pendant 15 minutes environ puis couvrir et laisser reposer
- Le lendemain, cuire à nouveau 15 minutes puis couvrir et laisser reposer
- Le surlendemain, cuire à nouveau 15 minutes puis couvrir et laisser reposer
- Au bout de 2 heures, sortir les bâtonnets un à un en veillant à les égoutter et surtout à vider le sirop accumulé à l'intérieur
- Les placer sur une feuille de papier sulfurisé (anti-adhérant) et les faire refroidir et sécher en les tournant régulièrement

Dans la mesure où les bâtonnets sont bien confits, on peut les conserver plusieurs semaines dans une boîte hermétique, en attendant de les utiliser pour accompagner quelques boules de glace par exemple.

Note : Filtrer et désépaissir légèrement à l'eau le sirop restant et le cuire quelques minutes avant de le mettre en bouteille. On peut le conserver quelques jours au frigo pour en faire de délicieuses boissons.

Ajout du 11/06/2009 :

On peut aussi appliquer pratiquement la même recette avec la berce. L'ayant déjà fait, j'ai pu constater la vitesse à laquelle tout le monde vient piocher dans le pot pour grignoter quelques bâtonnets. Mais attention, comme la berce est beaucoup plus délicate que l'angélique, il faut moins la cuire. Deux cycles de cuisson doivent suffire au lieu des trois pour l'angélique.

Par ailleurs, la berce comme l'angélique ont une sève photosensibilisante face à laquelle nous sommes inégaux. Il faut donc prendre quelques précautions lorsqu'on ne sait pas à quel point on y est sensible.