

FAIRE SON GHEE

LE TAO DU BIEN-ÊTRE

VOUS AUREZ BESOIN

- 30 minutes pour faire la recette
- Un entonnoir
- Quelques plaquettes de beurre non salé (3 livres me donne 3 pots de 400ml environ)
- Une casserole en métal à fond épais
- Une passoire en métal très fine pour filtrer le liquide ou de l'étamine
- Pots en verre pour stocker le précieux ghee

PRÉPARATION :

- Coupez vos tablettes de beurre en petit cube
- Faites les fondre à feu moyen

CUISSON :

- Juste avant le point d'ébullition, réduisez la température pour stabiliser le ghee (il va avoir tendance à vouloir monter comme le lait !)
- Une fois stabilisé (le mélange ne monte plus) , partez un chrono pour 20 min et laissez frémir.
- Après une quinzaine de minutes regardez ou vous en êtes, le liquide devrait avoir changé d'aspect: moins de mousse, un mélange plus homogène et translucide.
- La cuisson est complète après environ 20minutes: il devrait rester très peu de matière blanche en surface et le mélange est assez translucide.
- Le ghee au final devrait avoir une couleur jaune "or" soleil,
- Un ghee orangé soleil couchant est trop cuit attention à surveiller la couleur ça reste votre indicateur de prédilection.

RÉCOLTE :

- Filtrez le liquide dans une passoire en métal très fine.
- Fermez les pots et laissez figer à température ambiante .
- Après quelques heures votre ghee sera prêt.
- Vous pourrez le conserver sur la tablette ou au frais.