

Bouillon de légumes déshydraté – Recette Zéro déchet & anti gaspillage alimentaire By Cath

 Cooking By Cath

Réalisé avec les épluchures de légumes d'un jarret de porc cuit au bouillon.

Personnellement je déshydrate ensuite mes cubes dans un [déshydrateur alimentaire](#) mais vous pouvez éventuellement réaliser cette opération au four (c'est beaucoup moins économique et acheter un déshydrateur alimentaire d'entrée de gamme peut vite s'avérer beaucoup plus rentable !).

Vous pouvez, si vous le préférez, congeler le bouillon de légumes (Cf. Note)

☆☆☆☆☆
Soyez le premier à voter !




Préparation
10 min


Cuisson
27 min


Déshydratation
1 d


Durée totale
1 d 37 min

 **Catégorie :** SAUCES

 **Cuisine :** Anti Gaspi - Recette au COMPANION - Zéro Déchet

Régime : Pauvre en Calorie - Vegan - Végétarien

 **Nombre :** 20 cubes de bouillon

MATERIEL

- [ROBOT COMPANION](#)
- [ULTRABLADE](#)
- [MELANGEUR](#)
- [Bac à glaçons](#) (compatible avec le lave-vaisselle afin qu'ils supportent la chaleur à 70°C du déshydrateur alimentaire)
- [Déshydrateur alimentaire](#) (ou four (dans récipient compatible !) ou congélateur)

INGREDIENTS

- Épluchures de 2 kgs de carottes
- Épluchures de 2 navets
- La partie verte de 2 poireaux
- 1 branche céleri
- 1 oignon
- 2 [gousses d'ail](#)
- 3 branches thym
- Huile d'olive
- Sel & poivre
- 60 ml eau

PREPARATION

Pré requis

1. Pensez à bien laver et brosser vos légumes avant de les éplucher.

Dans la Poub'Soup, je laisse l'extrémité (partie à la base du feuillage) des carottes et des navets. Par contre pour le bouillon, je n'utilise pas cette partie qui deviendrait trop dure lors de la déshydratation.

Étape 1

1. Eplucher l'oignon et le couper grossièrement.
2. Eplucher les gousses d'ail et ôter leurs éventuels germes.
3. Laver et effeuiller les branches de thym.



4. Laver et couper grossièrement la branche de céleri.
5. Installer l'Ultrablade dans la cuve du robot
6. Ajouter oignon, ail, thym et céleri.
7. Fermer le couvercle et lancer le robot 10 secondes à la vitesse 12

Étape 2

1. Couper le vert des poireaux en tronçons d'1 à 2 cm maximum.
2. Ajouter les poireaux et les épluchures de carottes et de navets dans la cuve du robot.



3. Fermer le couvercle et lancer le robot 60 secondes à la vitesse 12.

Interrompre deux ou trois fois le programme pour rassembler et faire descendre correctement les légumes



Étape 3

1. Ôter l'Ultrablade et le remplacer par le mélangeur.

2. Ajouter 4 cuillères à soupe d'huile d'olive dans la cuve
3. Remuer à la spatule pour bien imbiber les légumes et rassembler la préparation au centre de la cuve.
4. Fermer le couvercle (bouchon en position MINI) et lancer le programme Slow Cook P1 en augmentant la durée à 7 minutes.

Étape 4

1. Ajouter 60 ml d'eau dans la cuve.
2. Saler et poivrer (sans excès, il vaut mieux doser l'assaisonnement lorsque vous utiliserez vos bouillons cubes.)
3. Fermer le couvercle (bouchon en position MINI) et lancer le programme Slow Cook P1 pour 20 minutes.

Étape 5

1. Écarter la préparation sur les pourtours de la cuve.
2. Remplacer le mélangeur par l'Ultrablade en décrivant un mouvement circulaire dans le sens des aiguilles d'une montre pour qu'il prenne bien sa place.
3. Rassembler la préparation au centre de la cuve.
4. Fermer le couvercle et lancer le robot à la vitesse 12 pendant une minute.



Étape 6

1. Laisser refroidir la préparation.



