

**Faire un bouillon maison avec des restes alimentaires est une excellente façon de minimiser le gaspillage tout en créant une délicieuse base pour vos soupes, sauces et plats. Voici comment procéder, étape par étape :**

## Ingrédients pour le Bouillon

**Vous pouvez utiliser une variété de restes alimentaires pour faire votre bouillon :**

**Légumes :** épluchures de carottes, de pommes de terre, de céleri, d'oignons, de poireaux, de champignons, de tomates, de courgettes, etc.

**Herbes aromatiques :** tiges de persil, de coriandre, de thym, de laurier, etc.

**Épices :** grains de poivre, clous de girofle, épices au goût.

**Restes de viande ou de poisson :** os de poulet, de bœuf, de porc, ou restes de poisson.

**Eau :** environ 2 à 3 litres, selon la quantité de déchets.

## Instructions pour Préparer le Bouillon

### 1. Préparation des Ingrédients :

Rassemblez vos restes alimentaires. Lavez bien les légumes pour enlever toute saleté ou résidu. Coupez-les en morceaux si nécessaire.

Si vous utilisez des os, assurez-vous qu'ils sont propres et qu'ils n'ont pas trop de viande attachée.

### 1. Dans une Grande Casserole :

Placez tous les restes alimentaires dans une grande casserole. Ajoutez aussi les herbes, épices et grains de poivre.

### 1. Ajouter de l'Eau :

Couvrez le tout d'eau froide, en ajoutant environ 2 à 3 litres, en fonction de la quantité de restes.

### 1. Porter à Ébullition :

Mettez la casserole sur le feu et portez à ébullition. Une fois que l'eau commence à bouillir, réduisez le feu pour laisser mijoter.

### 1. Mijoter :

Laissez mijoter le bouillon pendant au moins 1 heure. Si vous utilisez des os, vous pouvez laisser mijoter pendant 2 à 4 heures pour obtenir une saveur plus riche.

## 1. **Écumer :**

Pendant la cuisson, écumez les impuretés qui flottent à la surface avec une cuillère. Cela permet d'obtenir un bouillon clair.

## 1. **Filtrer le Bouillon :**

Une fois le bouillon prêt, retirez la casserole du feu. Utilisez une passoire fine ou un chinois pour filtrer le bouillon et enlever les solides. Pressez doucement pour extraire le maximum de liquide.

## 1. **Refroidir et Stocker :**

Laissez le bouillon refroidir à température ambiante, puis transférez-le dans des contenants hermétiques. Vous pouvez le conserver au réfrigérateur pendant quelques jours ou le congeler pour une utilisation ultérieure.

## Conseils Supplémentaires

**Personnalisation :** N'hésitez pas à personnaliser votre bouillon en fonction des restes que vous avez. Par exemple, pour un bouillon de poulet, vous pouvez ajouter des restes de carcasse de poulet, de l'ail et du gingembre pour plus de saveur.

**Bouillon Vegan :** Pour un bouillon végétarien ou vegan, concentrez-vous sur les légumes, les herbes et les épices, sans utiliser de viande.

**Ajouts de Saveur :** Pour un goût plus intense, vous pouvez faire rôtir les légumes et les os au four avant de les ajouter à l'eau, ce qui ajoutera de la profondeur aux saveurs.

**Ce bouillon peut être utilisé comme base pour des soupes, des sauces, des risottos ou simplement comme boisson réconfortante. Bon appétit !**

