

Chou-fleur en texture

RECETTE BY @jaunaultfrederic MOF

TECHNIQUE FACILE
Conservation au frais à 4 degrés

Ingrédients

1k g de chou-fleur
1 kg Eau minérale
30 g Töufood Pectinäse

Préparation

1/ Couper le chou-fleur en petites fleurettes ou sommités.
2/ Dans un bol mélanger l'eau avec la pectinase.
3/ Disposer le choux fleur dans un sac hermétique scellé avec le mélange d'enzymes,
4/ Laissez-le agir en Déposant au frais à 4 degrés durant 5 h heures ou bien le cuire à 55 degrés durant 1 h. pour le cœur il restera plus longuement que les sommités.
5/ Votre choux fleur est maintenant prêt à être dégusté ou cuisiné.

REMARQUE :
Lorsque vous mettez le choux fleur dans le sac , vous pourriez y ajouter un assaisonnement de votre choix de style épices, herbes, condiments….