



Trop de RHUBARBE au jardin, que faire?

RHUBARBE À PROFUSION

La période de récolte de la rhubarbe est plutôt courte, d'avril à fin juin au plus tard. Pendant les mois d'été, il n'est plus possible de consommer la rhubarbe, car la teneur en acide oxalique dans les tiges est trop élevée et peut être nocive. Cependant, pendant cette période, il repousse généralement plus que ce que l'on peut ou aime consommer. Cela conduit souvent à une profusion de rhubarbe. La rhubarbe fraîche peut être conservée au réfrigérateur jusqu'à une semaine si elle est enveloppée dans un linge humide. Il est toutefois aussi facile de conserver la rhubarbe de cette manière.

INGRÉDIENTS

- Rhubarbe
- Bocaux à conserves
- Eau

PRÉPARATION

1. Éplucher la rhubarbe et la couper en morceaux réguliers.
2. Répartir dans des bocaux propres et ébouillantés et remplir d'eau froide. (Sans autre ajout!)
3. Entreposer au frais et à l'abri de la lumière. Se conserve jusqu'à 3 mois.
4. Utilisation: égoutter l'eau et transformer la rhubarbe en tartes, compotes ou confitures.



TIPS:

- Ce sont les tiges de la rhubarbe qui sont récoltées. Les feuilles ne sont pas comestibles, mais peuvent être utilisées comme engrais. Dans sa première année de culture une plante de rhubarbe ne doit être récoltée car sa croissance future est compromise.
- La rhubarbe est prête à être consommée lorsque les feuilles et les tiges sont lisses et non ondulées. Les tiges ont une épaisseur d'environ de 1,5 à 2,5cm et sont fermes au toucher. La couleur des tiges peut varier entre un vert frais et un rouge vif.
- Plus vite la rhubarbe est récoltée et transformée, moins elle contient d'acide oxalique.
- La rhubarbe peut être également congelée. Lors de la décongélation elle se ramollit et convient encore pour les compotes, les smoothies et les desserts.

ensemble.compétentes.engagées.
**Nous, les
femmes
de l'espace
rural.**
paysannes.ch



MIGGA FALETT