

NOIX

Noix vertes au vinaigre

De jeunes noix entières dans un vinaigre épicé. Après maturation, elles deviennent foncées et tendres ; on peut les couper en fines tranches pour accompagner le fromage.

Auteur de la recette : Vegetarian Society



TEMPS

10 jours en saumure + séchage + 6 semaines de maturation

QUANTITÉ

Une préparation à partir de 1 kg de noix vertes

Méthode: Marinade au vinaigre après trempage en saumure

Saison et ingrédients: Au début de l'été, avant que la coque intérieure ne durcisse

Conservation: Conserver au réfrigérateur pendant le trempage et la maturation (recommandation de Fermentarnia).

Ingrédients

- 1000 g de jeunes noix vertes
- 350 g de sel
- 2000 ml d'eau
- 25 g de grains de poivre noir
- 1 c. à café de piment de la Jamaïque
- 1500 ml de vinaigre de vin blanc
- ½ c. à café de gingembre séché râpé
- Un bâton de cannelle de 5 cm, cassé en deux

Préparation

1. Préparer la première saumure

Piquer les noix de tous côtés avec une aiguille de tapissier. Les placer dans un récipient en céramique. Dissoudre la moitié du sel dans la moitié de l'eau et verser sur les noix. Couvrir et laisser 5 jours au réfrigérateur, selon la recommandation de Fermentarnia, en remuant deux fois par jour.

PRÉPARATION / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Sources et histoire sur le site Fermentarnia
fermentarnia.com



Noix vertes au vinaigre / suite

2. Renouveler la saumure

Égoutter les noix. Préparer une saumure avec le reste du sel et de l'eau, puis verser sur les noix. Laisser encore 5 jours au réfrigérateur, en remuant à nouveau deux fois par jour.

3. Laisser noircir

Égoutter les noix, les étaler en une seule couche sur un plat et les faire sécher au soleil jusqu'à ce qu'elles deviennent noires.

4. Préparer le vinaigre épicé

Écraser le poivre et le piment de la Jamaïque. Faire frémir le vinaigre avec toutes les épices pendant 20 minutes. Laisser refroidir et filtrer. Placer les noix dans des bocaux stérilisés à large ouverture, remplis au maximum aux $\frac{3}{4}$. Verser le vinaigre épicé.

5. Laisser reposer

Fermer et laisser 6 semaines au réfrigérateur avant de servir.

Notes de Fermentarnia

Recommandation de Fermentarnia : utiliser le réfrigérateur pendant le trempage et la maturation. La source indique un endroit frais sans préciser de température.

Utiliser seulement de jeunes fruits dont la coque intérieure est encore tendre. Une noix d'essai doit pouvoir être percée jusqu'au centre. Porter des gants, car le jus tache la peau.

Les noix sont un allergène.

Pour servir

Coupez en fines tranches et servez avec du fromage ou des légumes rôtis.

À la loupe

Pourquoi la coque doit encore être tendre

À mesure que la noix mûrit, de la lignine se dépose dans les parois des cellules de sa coque intérieure et les durcit. Cette recette utilise le jeune fruit entier : il faut donc le récolter avant que la coque ne durcisse. Une noix prélevée pour le test doit encore se laisser percer facilement de part en part.

Natalia Horbach

