

Courgettes à l'aigre doux et curcuma



Apéritifs et amuses bouches **Facile**

Pour : 6 personnes

Préparation : 35 mn

Cuisson : 10 mn

Ces courgettes à l'aigre doux se dégustent en apéritif ou en accompagnement d'une viande froide ou d'un plateau de charcuterie.

Ingrédients

- 2 courgettes
- 2 oignons
- gros sel
- pour la migaine à l'aigre doux :
- 2 cuillères à café de moutarde
- 300 g de sucre
- 0,5 litre d'eau
- 0,5 litre de vin
- 4 cuillères à café de curcuma
- 1 cuillère à café d'5 baies
- 1 gousse d'ail
- poivre en grains

Préparation

- 1 Le premier jour, lavez et épépinez les courgettes. Coupez-les en cubes.
- 2 Pelez, lavez et coupez les oignons en lamelles.
- 3 Dans un saladier, mélangez les cubes de courgettes et les oignons, puis saupoudrez de gros sel et laissez mariner à couvert et à température ambiante jusqu'au lendemain.
- 4 Le deuxième jour, préparez la préparation à l'aigre doux. Pour cela, dans un saladier, mélangez tous les ingrédients prévus à cet effet.
- 5 Prenez les courgettes, rincez-les et égouttez-les. Mettez tous ces ingrédients dans une casserole et portez à ébullition pendant 5 minutes. Remettez les courgettes dans un grand saladier et versez la préparation par-dessus. Laissez reposer 24 heures à couvert.
- 6 Le troisième jour, versez le tout dans une cocotte et portez à ébullition. Arrêtez la cuisson aux premiers bouillons.
- 7 Ébouillantez vos bocaux. Dès la fin de la cuisson, mettez vos courgettes dans les bocaux. Fermez-les bien et retournez-les.

Proposé par



lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

