

Les achards aux pommes – piments



Ingredients

Préparation de l'Achard de Pomme-Piment

Cet achard allie la douceur des pommes, la fraîcheur des piments verts et la texture ferme des carottes. Il apporte une touche épicée et acidulée qui se marie parfaitement avec les plats de riz, les currys ou les faratha.

- ☐ 4 pommes vertes, épluchées, épépinées et coupées en dés d'environ 1 cm
- ☐ 2 piments verts, équeutés et coupés en fines rondelles
- ☐ 2 carottes, épluchées et râpées grossièrement
- ☐ 1 cuillère à café de graines de moutarde
- ☐ 1 cuillère à café de graines de fenugrec (methi)
- ☐ 1 cuillère à soupe de poudre de curcuma
- ☐ 1 cuillère à soupe de jus de citron
- ☐ 1 cuillère à soupe de sucre
- ☐ 1 cuillère à café de sel
- ☐ 3 cuillères à soupe d'huile végétale

Directions

- 1 Dans un bol, mélanger les dés de pomme, les rondelles de piment vert et la carotte râpée.
- 2 Ajouter les graines de moutarde, les graines de fenugrec, la poudre de curcuma, le jus de citron, le sucre et le sel. Bien mélanger l'ensemble.
- 3 Verser l'huile végétale et mélanger à nouveau délicatement pour enrober tous les ingrédients.
- 4 Transférer l'achard dans un bocal en verre propre et stérilisé. Tasser légèrement pour que les ingrédients soient bien compactés.
- 5 Fermer hermétiquement le bocal et conserver dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière directe. L'achard se conservera ainsi plusieurs semaines.