



# NECTARE DE POMMES "0" DÉCHETS

*Si comme moi vous achetez des pommes bios et que vous utilisez un pèle pomme, cela vous gêne sans doute d'en jeter les peaux et le coeur. Alors voici comment ne pas gaspiller : Réaliser un nectare de pomme.*



## Ingrédients pour 1 litre :

- 800g D'eau
- 80g de sucre complet
- Le jus d'1 citron
- 400g d'épluchures de pomme BIO  
(à compléter si besoin avec des pommes coupées en 4)

## Préparation

- Dans le bol du Thermomix, peser 800g d'eau, 80g de sucre, le jus d'1 citron et **faire chauffer le tout 8 à 10mn à 100° vit 2.**
- Ajouter les pommes et **mixer 1mn vit 10.**
- Filtrer au dessus d'une bouteille en verre, fermer et coucher jusqu'à complet refroidissement.

## A noter :

*Vous pouvez aussi déguster ce nectare chaud, à la manière d'une tisane ;)*

## A savoir :

*Une fois pasteurisée, cette boisson pourra se conserver plusieurs semaines à t° Ambiante.*