



jeudi 31 décembre 2009

Le faux bouillon de poulet végétarien

[Accueil](#) >> [Mélanges d'épices](#) >>

Vous saviez que la base de bouillon de poulet qu'on vend en cubes ou en poudre ne contient la plupart du temps que la pire partie du poulet, soit son gras ? Que pensez-vous de la quantité de sel qu'on y met ? Aussi bien s'en passer, merci !

Voici [une recette](#) que m'a fait découvrir [Lucie](#), la docteur maman [gaga mais avertie](#) en transition pour [le grand nord](#).

Lucie a elle-même trouvée cette recette dans ce livre.

[STEPANIAK, Joanne](#). 2003. "All-Season Blend", p. 52 in [The Ultimate Uncheese Cookbook](#): Delicious Dairy-Free Cheeses and Classic "Uncheese" Dishes, Book Publishing Company, Summertown, Tennessee, 191 p. (contient un index), et présenté chez-elle avec leur aimable autorisation. C'est une jolie [granouille](#) orthodoxe.

Moi j'ai juste pesé, puis doublé les quantités pour en faire un pot d'un litre à la fois. Personnellement j'y met moins de sel et un peu plus de marjolaine. Pour la cuisine, je préfère du vrai bon bouillon de poulet maison, mais en vélo camping, ce mélange est une vraie bénédiction. Il m'arrive souvent de m'en faire un petit bouillon dodo à la maison aussi.

Ingrédients :

- 3 tasses (270 g) de flocons de levure alimentaire Red Star
- 6 c. à s. de sel
- 2 c. à s. de poudre d'oignon
- 2 c. à s. de paprika
- 4 c. à thé de poudre d'ail
- 2 c. à thé de flocons de persil séché
- 1 c. à thé de curcuma
- 1/2 c. à thé de thym séché
- 1/2 c. à thé de marjolaine séchée
- 1/2 c. à thé de feuilles d'aneth séchées
- 1/2 c. à thé de poivre

Procédure :

Combiner tous les ingrédients dans un mélangeur et réduire en poudre fine et uniforme. Donne environ un pot d'un litre de mélange. Bien, il est au 3/4 plein, mais c'est tout ce que peut faire mon mélangeur sans trop souffrir. :)

Pour faire le bouillon : pour chaque tasse d'eau (236 ml), ajouter 1 1/2 c. à thé de poudre, ou plus ou moins au goût. Ça nous donne environ 2 c. à s. de poudre

Contribuez pour faire avancer le blogue



J'ai mis de dizaines de milliers d'heures et des centaines de milliers de dollars pour vous offrir ce blogue. Malheureusement, je n'ai plus les moyens de le faire avancer sans vos dons. J'ai besoin de vous.

Liste des donateurs 2025

Nouveau en conserves-maison ?

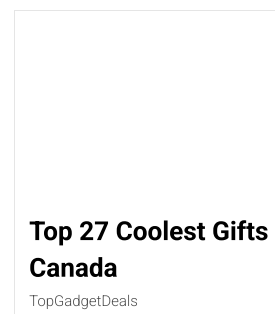
[Conserves 101 + F.A.Q.](#)
[Commencez ici SVP](#)

inscrivez-vous au forum des conserves maison



Rechercher sur ce blogue, vous trouverez votre réponse facilement!

Suivre les nouvelles recettes sur Facebook, pardon... meta :)



par litre d'eau.

Le mélange peut aussi être utilisé comme assaisonnement.

Merci Lucie !

[Accueil](#) >> [Mélanges d'épices](#) >>

Par Vincent le canneux Le : [décembre 31, 2009](#)

15 commentaires:



Manon a dit...

Ça se peut-y que je l'aie vu passer dans les commentaires d'un autre post un moment donné?

[31/12/09 12:24](#)



Vincent le canneux a dit...

Peut être. Mais pour sur dans la recette de poudre magique.

Je prépare ma page de mélange d'épices, que je m'étais promis de faire en 2009. Ce que je ferai d'ici quelques minutes. Je voulais pas que la liste soit trop ténue.

À dernière minute, le mossieux. :)

[31/12/09 12:31](#)



Vincent le canneux a dit...

Bion ben c'est fait.

Ça sent quoi chez-toi ?

[31/12/09 13:18](#)



Manon a dit...

Je suis plate aujourd'hui...

Ça sent le Touski!

[31/12/09 14:11](#)



Vincent le canneux a dit...

Maudites hormones !

Je te souhaite une belle 2010 pour toi, ton chum et tes jolis petits lutins, bien au chaud.

[31/12/09 14:19](#)



Manon a dit...

Bah avec l'allaitement les hormones ont pas rembarquées tsé ;)

Mais c'est juste que... comme disait le parrain de mon dernier: "Dans le temps des fêtes, on mange des restants à tout les jours, sauf à Noël et au jour de l'an!"

Pis nous c'est demain le jour de l'an ;)

Sinon, j'ai un congélateur rempli de viande achetée au courant du dernier mois. Les autoclaves vont se faire aller en janvier!

Conserves à l'eau bouillante

- [Produits de tomates](#)
- [Compotes](#)
- [Confitures](#)
- [Fruits au naturel en sirop](#)
- [Fruits au vinaigre adouci](#)
- [Gelées](#)
- [Conserves dans l'huile](#)
- [Marinades de légumes \(pickles\)](#)
- [Marmelades](#)

Conserves à l'autoclave

- [Fruits de mer et poissons](#)
- [Légumes](#)
- [Légumineuses](#)
- [Soupes](#)
- [Viandes, ragoûts et sauces](#)
- [Volailles](#)

Condiments

- [Chutneys](#)
- [Ketchups et sauces Chili](#)
- [Moutardes](#)
- [Relish](#)
- [Salsas \(non je ne danse pas\)](#)
- [Sauces BBQ etc.](#)

Recettes de semi-conserves

- [Légumes](#)
- [Poissons](#)
- [Produits laitiers](#)
- [Sauces et condiments](#)
- [Terrines et pâtés](#)

Conservation dans l'alcool

- [Les alcools aromatisés](#)
- [Les fruits dans l'alcool](#)
- [Les gelées ou confitures](#)

Les inclassables

- [Les recettes égarées](#)

Épices et aromates