



CONFIT de fruits du "vieux Hibou"

## "BOÂTES" PRUNES BLANCHES au "camarel"

Dans le jardin du "Vieux Hibou" il y a des vieilles prunes blanches sauvages, pas très "déterminées" mais avec un vrai bon goût d'antan . Alors la "vieille Chouette" a pensé que ce serait bien dommage de ne pas en profiter encore un peu cet hiver . Et comme ma fille adorait le "camarel" lorsqu'elle était petite, vos boîtes" auront un petit goût bien doux

### INGRÉDIENTS:

des prunes "blanches" ( note 1)  
un peu de sucre cristal (note 2)

"lichette" de Perlimpimpin de Noël  
+ ou – de miel (note 3)

### MÉTHODE :

Pour le ramassage ? :

Les vieilles prunes anciennes se ramassent à la main , pas question de les laisser se décrocher toutes seules et de les recueillir dans un linge quelconque : ça ne marche pas . Il faut les mé-ri-ter

Et comme le noyau tient dans le fruit comme le fruit sur la branche : ils ne peuvent pas être dénoyautés ou vous allez perdre le meilleur . En effet comme le long de l'os pour la viande, c'est le long du noyau que la chair est la meilleure !

Comme vous les avez cueillis à la main elles sont parfaitement saines : la "pruine", cette pellicule blanche de cire poudreuse sera préservée . Ainsi non seulement ça ne gâche pas le goût du fruit , tout au contraire

### PRÉPARATION :

#### Le "camarel"

Très simple **mais il faut surveiller** . Dans une casserole à fond épais, repartir en couche uniforme le sucre cristal, posez sur la flamme et "observez" : tout le tour une zone beige puis de plus en plus brune va gagner le centre de votre fond de sucre : le "camarel" se forme .

NE LE TOUCHER QU'AU MINIMUM

Juste au moment où vous voyez que la couleur est la bonne

EN METTANT VOS GANTS de LVC afin d'éviter les projections mettez une cuillère de miel, voir deux ou plus **selon vos goûts** en tournant vivement hors du feu .

**Voilà le "camarel" est prêt**

**ici** vous pourrez ajouter +ou- de poudre de Perlimpimpin de Noël

À partir de ce moment vous avez le choix :

Vous pourrez n'en mettre qu'une cuillère à moka par "boîte" : peu de jus dans votre bocal à l'arrivée mais le maximum de goûts

Vous pouvez le mélanger avec de l'eau (voir du sirop, préparé à l'avance ) et vous aurez plus de jus lorsque vous ouvrirez le bocal cet hiver

Tout dépend de l'usage que vous envisagez pour vos fruits plus tard



Les prunes

T.S.V.P -->>

## Les prunes

Bien sûr, si vous le pouvez, vous pouvez dénoyauter vos prunes mais , à mon avis ce n'est pas utile pour deux raisons :

vous manipulez les fruits et la chair "talée" n'a plus le même goût et  
comme c'est le long du noyau que la chair est la meilleure ,c'est donc contre-productif !

Mais c'est vrai qu'à l'ouverture les noyaux peuvent être gênants

Là vous aurez deux "trucs" de LVC :

vous vous en servez pour une préparation : versez-les dans un plat plat et entre deux de vos mignons doigts vous pressez chaque fruit délicatement et vous en extrayez très facilement les noyaux !!

Faites juste attention à ne pas en oublier : c'est terrible d'être brouillé avec toute la famille pour un dentier cassé !

Mais pour la raison sus-évoquée : **PRÉVENEZ VOS CONVIVES** : **NOYAUX** et il n'y a plus de problème ... sauf pour le petit dernier pour lequel vous interviendrez !

## MONTAGE :



Si nécessaire , vous pouvez éventuellement essayer des fruits douteux (feuilles collées, passage de moineaux) avec un chiffon mouillé mais si vous le pouvez

avec des fruits du jardin, ou des fruits pas "tripotés", gardez la prune : elle permettra une certaine "prise" de votre jus, le rendant plus "onctueux"

N. B : J'ai même retrouvé un jour un très vieux bocal "oublié" au fond d'une étagère (à l'époque stérilisé "sans jus" ) : il c'était tout "gélifié" et c'était déliiiiililillicieux!

Remplissez les bocaux en les tassant au maximum (sans les écraser quand même!).

Mettez un peu de votre préparation au "camarel". Dans chacun de vos bocaux .

Il n'est absolument pas nécessaire , comme on le faisait autrefois de "noyer" les fruits dans plein de jus qui n'ajoute rien au goût des fruits

Toutefois, si vous avez des petits enfants qui adorent boire de l'eau fraîche avec du "sirop" , gardez-en lorsque vous ouvrez les fruits pour faire des desserts : vous aurez un excellent "sirop" pour les goûters sans que ce soit sucré comme les sirops industriels . En plus il y aura plein de bon nutriments , sels minéraux etc .. et pas d'additifs et autres "renforceurs de goût" dont on préfère tout ignorer : ça nous donnerait des cauchemars pour nos petits ♥ !



UN TRUC de LVC : le jus en "excédent" dans votre dessert pourra servir de base à un délicieux cocktail "sans alcool "mais pas sans goût pour un apéro en famille!!(votre jus + poudre de fumage de LVC + quelques gouttes de potion du diable (à dose homéopatique ) avec quelques glaçons et une rondelle de citron tordue sur le bord d'un verre givré ... et c'est la fête !

## Revenons à nos bocaux .

Fermez les couvercles soigneusement après avoir vérifié le bord du verre de bocal (pas d'accros : il ne stérilisera pas), pas de sirop ou de pulpe de fruit (ça empêchera la bonne stérilisation de même)

**T.S.V.P -->>**

## STÉRILISATIONS :

Passez par sécurité un linge humide sur le bord des bocaux avant de les fermer (voir photo)

Sur celle-ci vous voyez que j'ai "récupéré" des bocaux avec couvercles à vis sans problème . Toutefois ce genre de bocaux à col étroit ne peuvent bien évidemment n'être utilisés que pour des éléments petits : les trop grands ne marcheraient pas on ne pourrait pas les "démouler"



### FERMETURE de "boîtes"

1 : Avec des couvercles à vis : fermez fermement : l'évacuation de la vapeur excessive se fera par le vissage

2 : avec des "familia wiss" , posez bien en place le capsule sur le verre , appuyez fermement le "couvercle" au milieu tout en vissant pour éviter que la capsule glisse dessous et que , déplacée elle n'adhère pas correctement au bord du bocal

3 : pour les bocaux à caoutchouc : si les joints sont bons (pas fendillés, gardés d'une année sur l'autre dans un sac sec avec un peu de talc qui empêche le caoutchouc de se "vulcaniser" : À RINCER avant usage si c'est le cas évidemment!) . Peu de risque d'échec . Le joint posé sur un verre propre, le bocal bien fermé dans l'axe et le fermoir bien tendu : je n'ai jamais eu d'échec

Pour la stérilisation proprement dite revoyez la fiche [STÉRILISATIONS DE LVC](#)

Comptez une bonne demi-heure d'ébullition à compter de l'ébullition dans le stérilisateur si vous pouvez sortir le panier sans toucher les bocaux qui refroidiront jusqu'à ce que vous puissiez les vérifier froids Si vous ne pouvez pas les sortir (d'un vieux pot-au-feu ou d'une vieille lessiveuse par exemple) ne laissez bouillir que vingt minutes et **laissez les refroidir sans bouger** en sortant juste le couvercle, voir le linge du dessus . Vous ne les sortirez et ne les vérifierez que bien refroidis

**PENSEZ à bien les étiquetez avant de les ranger au "ricantou" pour les "ZOKAZOU"**

**METTEZ bien en fushia, en cyan , en gras ou en GROS, comme vous voulez :**  
**AVEC NOYAUX**

car sinon ... un dentier coûte cher et un ami perdu ça n'a pas de prix!

C'est fini il ne vous reste plus qu'à les ranger

## NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Si vous n'avez pas de prunes blanches dans votre jardin ... vous trouverez sûrement à cette saison des "précoces" qui feront l'affaire ... Sinon au marché vous risquez de trouver quelques prunes plus ou moins sauvages auprès d'un vieux monsieur timide, assis en retrait . Il ne les vend pas chères et cela arrondit sa maigre retraite : prenez donc tout le lot, vous penserez à lui cet hiver !

(note 2) Du sucre cristal , du vrai , vous savez celui qui "craque" sous la dent et "givre" si bien les verres . On en trouve encore parfois chez les épiciers de campagne . Et il ira parfaitement bien : lorsqu'il est fondu, il donne un super "camarel"

**T.S.V.P -->>**

(note 3) Le miel puisqu'il faut le chauffer, profitez-en donc pour utiliser celui "qui a tourné en sucre" . Un bon point : s'il a fait des jolis cristaux avec le temps c'est qu'il était de qualité . Profitez-en pour le "récupérer". Mais Attention ça ajoute de l'eau lorsqu'on l'utilise d'où le risque de projections

## NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans gras" , sans gluten", "sans sel" pas de problèmes particuliers mais

Pour les "sans sucre" même si vous oubliez le "camarel" ce n'est quand même pas régime. Certes les prunes crues ne contiennent qu'autour de 10 à 12 % de glucides et leur I.G est un peu inférieur à 50 **MAIS** cuites et "concentrées" (forcement on en mange plus et plus facilement en un moindre volume) ça augmente indiscutablement le risque. C'est à vous de faire vos calculs et de voir si c'est compatible avec le reste de votre menu et ... ce n'est quand même pas des boites industrielles !!!

Et puis vous connaissez ma formule :

**ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A**