

Olives – Recette de Dolores

- 60g de sel (sel sans additif : pas d'iode ni fluor ni autres anti-agglomérants) pour 1l d'eau (saumure 6%) A doubler ou tripler selon besoin.
- Choix des bocaux : gros bocaux Le parfait 1litre (en verre avec caoutchouc)

Aromates :

- Laurier
- Thym et romarin
- Gousses d'ail épluchées (plusieurs par bocal)
- Écorce d'orange bio
- Écorce de citron bio

- 1) Faire tremper les olives dans une bassine d'eau (en plastique) et changer l'eau tous les jours pendant 15 jours.
- 2) Au bout des 15 jours, préparer une saumure à 6% (1 litre d'eau pour 60g de sel): faire bouillir pendant 15 minutes l'eau et le sel avec les aromates. Puis laisser refroidir complètement.

Égoutter les olives, les disposer dans les bocaux et verser la saumure refroidie sur les olives en mettant entre 0,5 à 1cm de saumure au-dessus des olives et en laissant un espace de 2cm par rapport au haut du bocal.

Car les olives vont subir un processus de fermentation (dioxyde de carbone au-dessus).

Fermer les bocaux hermétiquement.

- 3) **Laisser macérer 4 mois minimum loin de la lumière** à température ambiante (20°)
- 4) A l'ouverture d'un pot, il est normal de voir à la **surface « la fleur de saumure »**, ce n'est pas du moisi, elle indique que la lactofermentation a bien fonctionné, il faut juste l'enlever et peut-être enlever certaines olives du dessus.

Après ouverture d'un pot, le conserver au frais.

Consommer directement du pot ou arroser d'huile d'olive et de thym...