

Poudre d'écorces d'orange

- La recette facile pour faire de la poudre d'écorces d'orange maison...



Ingrédients :

- Des écorces de pelure orange bien laver
- Un déshydrateur

Préparation :

1. Étendre les écorces de pelure d'orange sur le plateau de votre déshydrateur ou sur une plaque à cuisson qui a été tapissée d'une feuille de papier parchemin.
2. Faire chauffer pendant 4 à 6 heures à 170 °F (76 °C).
3. Lorsque c'est bien déshydraté. Mettre en poudre avec un *grinder* à café ou votre mélangeur à basse vitesse.
4. Se conserve dans un pot hermétique à température pièce.

Notes :

Vous pouvez le mélanger au sucre. Vous en servir dans des **pains aux bananes** ou au **courgettes**. En mettre dans vos **salades**. Aromatiser vos **vinaigrettes**. En mettre dans votre thé ou dans votre bain.

Nous avons aussi la **poudre de tomates** dans le même genre... Vous pouvez aussi l'utiliser dans notre **sérum à l'orange pour le visage**.

Elle est plein de vitamine C, de fibre et d'antioxydant. Elle peut servir pour aromatiser et parfumer en plus de s'inscrire dans le mouvement zéro déchet.

“

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)

