

Brunoise de courgettes cuites déshydratée



🍴 1 portions · ⌚ prep. 30m · 🕒 cuisson 6h

Courgettes cuites, coupées en brunoise et déshydratées. Base légère à réhydrater pour soupes, ratatouilles et plats méditerranéens.

France

INGRÉDIENTS

☐ courgettes, <i>en brunoise</i>	1 kg	☐ eau	250 ml
☐ sel	1 càc		

PRÉPARATION

1. Faire cuire les *courgettes* avec du *sel* et de l'*eau* pendant environ *10 min*, jusqu'à ce que les courgettes soient fondantes.
2. Mettre au *déshydrateur* à 45°C pendant *10 h*, puis 55°C pendant *10 h*.

prep:cooked shape:chopped