

Bouillon de volaille sans volaille

Recette

150 g de levure diététique
3 C à soupe de sel
1 C à soupe de paprika
5 C à soupe d'oignon sec en lanière (grillé ou blanc)
2 C à soupe de d'ail semoule
1 C à soupe de curcuma
3 C à soupe de persil sec
½ C à café de sauge sèche (facultatif)
1 pincée de poivre noir

Préparation

Mets tous les ingrédients dans ton blender, sauf la levure (attention, le bol doit être bien sec). Réduis le mélange en poudre.

Ajoute la levure, et réduis en poudre et transvase dans un bocal hermétique.

J'utilise ce bouillon dans les proportions suivantes : 1 cuillère à soupe rase pour 250 ml d'eau chaude.

