

Fraise

Mode de conservation

A consommer le plus rapidement possible !!!! Sinon au frigidaire (0° à 4°) – 2 jours maximum !!!!

Mode et temps de cuisson

Vapeur : Environ 10 minutes

A l'eau : laisser cuire dans l'eau bouillante, environ 20 minutes

A la poêle : coupées en rondelle, 25 minutes à feu moyen à vif en remuant régulièrement

Crudité : Oui

Association de saveur

Epices : poivre

Matière grasse : crème fraîche – fromage blanc

Herbes aromatiques : menthe

Fruits : agrumes

Idées de recette

Fraises aux fromage blanc – coulis de fraise – tarte aux fraises et à la crème pâtissière – fraisier - sorbet à la fraise – confiture de fraise poivrée – salade de fraise au citron et à la menthe – gelée d'orange à la fraise