



## CONSEILS POUR LA CONSERVATION ET PREPARATION DES MORILLES

Pour la conservation des morilles :

- S'assurer que les emballages restent hermétiques et parfaitement scellés pour éviter toute intrusion de mites.
- Vérifier régulièrement les paquets pour détecter la présence de mites ou de leurs vers
- Cela se voit par la présence de morilles perforées de petits trous, de poussière en fond de boîte et éventuellement de mites mortes ou vivantes.
- Si tel est le cas éliminer la morille atteinte et vérifier la totalité du contenu.

Idéalement :

- Mieux vaut congeler les morilles car cela tuera toutes présences de parasite qui seront éliminer au moment du lavage de réhydratation (voir plus bas)
- Les congeler par petits paquets d'une trentaine de morilles ( 3 portions/ 3 personnes)
- Elles se conservent des années comme cela sans soucis.. le but n'étant pas de les garder aussi longtemps mais de les manger...et pour cela il faut les réhydrater donc voyons cela ci-après

Pour la préparation des morilles :

- Première réhydratation dans de l'eau tempérée : il s'agit d'une réhydratation de lavage. Après une heure de trempage, les passer dans l'égouttoir et sous la douche du robinet pour éliminer toutes les impuretés, poussières et parasites.
- Une fois rincée, procéder à une nouvelle réhydratation pendant 8heures ( idéalement toutes la nuit
- Réserver cette seconde eau de réhydratation pour les sauce (car chargée de son arôme)
- Essorer gentiment les morilles
- Les faire cuire 30mn dans du lait porté à ébullition mais sans que le lait de s'échappe de la casserole.
- A partir de là elle sont prêtes pour être cuisinées : pour cela, une poêle et les faire suer jusqu'à ce qu'elles aient perdu leur jus.
- Ensuite, sautées au beurre, à la crème, avec des morceaux de poulet ou toute autre recette...