



## FRAWMAGE AUX NOIX D'ALSACE (recette de base)

---



Pour 4 personnes environ (2 petits frawmages environ)

**Matériel :** Blender à haute puissance, un emporte pièce circulaire d'environ 8cm de diamètre

**Temps de préparation :** environ 1/2h

**Temps de fermentation :** environ 6h

**Temps de séchage :** environ 8h

### **Ingrédients :**

270g de cerneaux de noix mis à tremper pendant 8 heures environ

180ml d'eau fraîche environ

1 cuillère à soupe de miso blanc ou/et 1 cuillère à soupe de jus de choucroute, ou même d'eau de conservation de grains de kéfir de fruits !

1 cuillère à soupe de jus de citron

### **Préparation:**

Faites tremper les cerneaux de noix pendant 8 heures environ. Puis rincez-les bien et jetez leur eau de trempage. Mettez les noix, l'eau et l'ensemble des autres ingrédients dans un blender et réduisez le tout en crème jusqu'à la disparition de tous les morceaux de noix. Laissez fermenter quelques heures à température ambiante (idéalement 21°C).

Puis versez la préparation dans votre emporte-pièce circulaire et sur un plateau du déshydrateur recouvert d'une feuille Teflex et démoulez délicatement. Déshydrater à moins de 42°C pendant environ 8h. (pensez à retourner les frawmages et à décoller la feuille teflex au bout de 4 heures environ)

**Une variante sans déshydrateur est tout à fait possible, simplement le frawmage sera moins ferme et aura plus l'aspect d'une crème fromagère !** Et on peut varier cette recette selon les goûts et les envies et agrémenter de sel, de poivre, d'herbes fraîches ou sèches, de graines germées, d'épices type cumin ou curcuma, d'oignons émincés finement etc.

*Ce frawmage se conserve 10 jours au réfrigérateur dans un contenant hermétique (version déshydratée ou pas)*