

Comment faire des concombres suris «malossols»

N nicrunicuit.com/faire/fermenter/concombres-lacto-fermentes-malossols/

11 juillet
2015

C'est la saison des concombres ! On en trouve des beaux sur les marchés, notamment ceux qui ressemblent à des gros cornichons : ce sont les meilleurs, bien fermes et croquants, ils ont un bon goût fruité, et ne sentent pas l'eau comme les concombres lisses hollandais. Et il y a aussi les petits cornichons qu'on a oubliés au jardin et qui sont devenue énormes ... c'est que ça pousse vite ! Comment les conserver pour en profiter plus longtemps ? En les faisant fermenter !



On fait des bocaux de concombres à l'aneth, ceux que les Polonais appellent « ogorki » et les Russes « malossols ».

À déguster en salades ou pour accompagner des viandes froides ou chaudes, avec de la charcuterie, ou en hiver avec la raclette. Si vous aimez les cornichons des hamburger, vous allez adorer ceux-là. On utilise aussi la saumure pour aromatiser des soupes. C'est bourré de vitamines et de probiotiques excellents pour la santé.

Fermentation : 7 jours à température ambiante puis 2 semaines entre 15 et 25°C

Prêt à consommer : après 3-4 semaines

Conservation : 1 an minimum, même à température ambiante, mais après 3 mois c'est moins bon, ils ramollissent en vieillissant



Pour 1 ou plusieurs bocaux :

- Des petits concombres ou des gros cornichons
- De l'aneth, du poivre en grain, des gousses d'ail, des graines de moutarde, du piment...
- Du gros sel de mer sans additif (voir [ici](#))
- Un peu de sucre
- De l'eau non chlorée et calcaire
- Facultatif : des feuilles ou de la racine de raifort, ou des feuilles de vigne, de chêne, de cassis, ou de cerisier

Préparation :

1. S'ils sont très gros, coupez les concombres en bâtonnets dans la longueur, ou en cubes. Coupez une fine tranche au niveau de l'extrémité opposée au pédoncule, pour éliminer la cicatrice de la fleur qui rend les cornichons mous. (S'ils sont très gros, ils seront de toute façon moins croquants).
2. Préparez une saumure en faisant dissoudre dans 1 litre d'eau bouillante 30 g de sel et 1 cuil. à café de sucre.
3. Placez 3 feuilles au fond du bocal. Mettez les aromates puis les concombres verticalement. Versez la saumure chaude, de manière à recouvrir les légumes. Fermez le bocal avec son levier métallique. Oui c'est étonnant qu'on mette la saumure chaude : c'est pour favoriser la fermeté des concombres (lire plus bas), et de plus, ça accentue le goût.
4. Laissez 5-7 jours à température ambiante, sans ouvrir de manière à ce que la fermentation démarre. Puis placez au frais. Le liquide va se troubler après quelques jours et vous verrez des bulles qui remontent rapidement à la surface : c'est signe que cela fermente bien. Ne vous inquiétez pas, le liquide redeviendra clair après plusieurs jours.
5. Vous pourrez manger ces concombres après 3 semaines de macération. Prélevez toujours les légumes avec une pince ou une fourchette propre, jamais avec les doigts, et ne remettez jamais dans le bocal un légume qui en aura été extrait.



On voit bien les bulles causées par le CO₂ de la fermentation.

A l'ouverture du bocal, vous allez entendre un pschitt, signe que tout va bien. Et ensuite, vous allez sentir le délicieux parfum des concombres, de l'aneth et des aromates. La chair des légumes est devenue presque translucide. À la dégustation c'est étonnant : ça pétille !

Quand ça sera le moment, quand vos cornichons auront fermenté, vous pourrez faire la soupe ogoki : [elle est ICI, clic](#). A vos bocalx !

Pourquoi l'eau chaude aide à les garder fermes ?

La tradition d'Europe de l'Est ajoute les feuilles de vigne, de chêne ou de cassis pour garder le croquant des concombres. Pour l'avoir expérimenté, ça ne fonctionne pas très bien. Mais ça parfume.

Une autre tradition dit de verser la saumure chaude. Même si c'est étonnant, ça fonctionne !

Je me suis adressée directement à [Hervé This](#) pour savoir le secret ultime des cornichons croquants qu'on trouve dans le commerce. Et voilà ce qu'il m'a répondu : « *il est vrai que les cornichons industriels restent bien fermes, parce qu'ils sont trempés*

dans du chlorure de calcium. Les ions calcium pontent les pectines des parois cellulaires, bloquant leur hydrolyse, et pontant les cellules (même phénomène que quand une eau calcaire fait des lentilles qui ne s'amollissent pas).

Si l'on n'a pas de chlorure de calcium, il reste la façon qui consiste à chauffer doucement les cornichons (entre la température ambiante et 70 °C, de sorte que l'on active des enzymes pectine méthylestérase des cornichons, lesquelles conduisent au même résultat. C'est en vertu de ce phénomène que des légumes cuits à basse température sont désastreusement durs. »