

Le truc de Solange

Faites vous-même vos

ASSAISONNEMENTS

ASSAISONNEMENT CHILI

1 c. à table de chili mexicain
1 c. à thé de cumin moulu
¼ c. à thé de sel
¼ c. à thé de poivre
¼ c. à thé de sucre

ASSAISONNEMENTS À FAJITAS

1 c. à table de fécule de maïs
2 c. à thé poudre de chili
1 c. à thé de sel
1 c. à thé de paprika
1 c. à thé sucre
¾ c. à thé bouillon de poulet en poudre
½ c. à thé de poudre d'oignon
¼ c. à thé poudre d'ail
¼ c. thé poivre de cayenne (facultatif)
¼ c. à thé de cumin

MÉLANGE D'ÉPICES STYLE EL-MA-MIA

4c.à thé persil séché
4c.à thé basilic séché
4c.à thé origan séché
4c.à thé romarin séché
4c.à thé thym séché
4c.à thé sauge séché
1c.à thé flocons de piment (ou plus)
½c.à thé paprika
4c.à table de sucre
1c.à table sel
1c.à table oignon déshydraté
1c.à table ail déshydraté

Mélanger le tout et conserver dans un contenant hermétique.

Entreposer à l'abri de la lumière dans un endroit frais et sec.

Donne l'équivalent de 1 pot d'épices El-ma-mia.