

Tuto en images de mon macérât d'avocat



Ingrédients et ustensiles

- * Noyaux d'avocat
- * Huile d'olive
- * Passoire fine
- * Un seau en plastique ou une bouteille sombre



Etape 1

- * Enlever la peau brune des noyaux en les trempant 1 nuit dans de l'eau
- * Sécher les noyaux, les couper en morceaux et les mixer en poudre (elle devient rouge)



Etape 2

- * Laisser sécher à plat toute 1 nuit sur une assiette
- * Voici le résultat le lendemain



Etape 3

- * Verser la poudre d'avocat séchée dans un petit seau en plastique ou une bouteille sombre
- * Ajouter l'huile d'olive
- * Laisser reposer **3 à 4 semaines en secouant régulièrement**
- * Filtrer l'huile et ajouter 2 capsules de vitamine E pour la conservation