

Translations:Sciences Participatives : Elevage de grillons comestibles/124/fr

- Faites bouillir une casserole d'eau chaude
- Une fois l'eau bouillante, placez un panier vapeur (ou un égouttoir en métal) dans la casserole puis versez les grillons à l'intérieur. Attendez quelques minutes avant de sortir le panier vapeur (ou l'égouttoir). Vous pouvez conserver l'eau chaude pour d'autre cuisson ou pour la valoriser une fois froide
- Cuisinez les grillons selon vos goûts. Rendez-vous à l'étape suivante pour découvrir des idées de recettes !