

Recettes pour faire de la peinture végétale

Ingredients :



Des pelures d'oignons



15 feuilles d'épinards frais

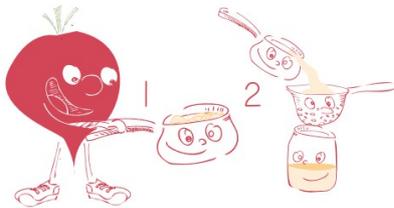


1 betterave rouge crue



un quart de chou rouge

JAUNE



JAUNE

1 Verse les pelures d'oignons dans une casserole, et ajoute un petit fond d'eau,

Porte à ébullition pendant une vingtaine de minutes

2 verse dans un pot à peinture avec une petite passoire

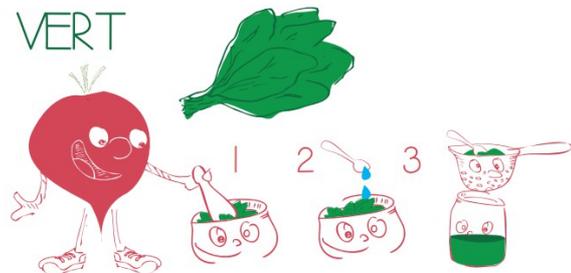
VERT

1 - Ecrase au pilon une quinzaine de feuilles d'épinards dans un mortier.

2 - Ajoute quelques gouttes d'eau en pilant jusqu'à obtenir une fine bouillie

3 - Verse la bouillie dans une passoire à petits trous dans un pot en verre et écrase avec une cuillère pour extraire le jus

VERT



ROUGE



ROUGE

1 Râpe une betterave rouge finement à l'aide d'une râpe de cuisine.

2 Mets la betterave rapée au dessus d'un plat, ajoute une cuillère à soupe d'eau et presse pour extraire le jus!

VIOLET

1 Coupe 1/4 de chou rouge en tous petits morceaux et dépose les dans un torchon, placé dans un saladier.

2 Ajoute un peu d'eau.

3 Presse le torchon au-dessus du saladier pour extraire le jus.

VIOLET



- Tu peux ajouter quelques copeaux de savon de Marseille pour obtenir d'autres tonalités.
- Tu peux également ajouter du jus de citron.