

## Aquarelle pour artistes gourmands

Les grands peintres créent leurs propres couleurs. Ces aquarelles montrent les ressources naturelles et multiples de ce qui se trouve dans notre bac à légumes. Un bel apprentissage pour les générations futures.

### Ingrédients :

- Pelures d'oignon
- Feuilles d'épinards
- Betterave
- Chou rouge
- Eau

- Mettez les pelures d'oignon dans une casserole avec un peu d'eau. Faites bouillir pendant 20 min. Filtrez. Versez dans un pot en verre.
- Écrasez des feuilles d'épinards. Ajoutez de l'eau. Versez dans une passoire. Écrasez avec une cuillerée pour extraire le jus. Mettez dans un pot en verre.
- Râpez une betterave finement. Mettez dans une passoire au-dessus d'un plat. Ajoutez 1 cuillère à soupe d'eau. Pressez pour extraire le jus. Mettez dans un pot en verre.
- Coupez ¼ de chou rouge en petits morceaux. Mettez dans un torchon, puis dans un saladier. Ajoutez de l'eau. Pressez le torchon et mettez le jus dans un pot en verre. Choisissez les couleurs que vous souhaitez, mélangez-les à votre guise et peignez, dessinez, créez tout ce qu'il vous plaira !

