

Préparation de l'aloès

- ◆ **Lorsque vous coupez une patte d'aloès**, il est important d'utiliser des gants ou de faire attention au gel jaune-orangé logé sous l'écorce verte, car il contient de l'aloïne, une substance toxique et fortement irritante.
- ◆ **Choisissez une plante qui a déjà produit sa fleur**, parce qu'elle fleurit à son paroxysme et contient plus d'aloïne avant floraison. Cette sève gélatineuse peut provoquer des réactions allergiques, maux de tête, hypoglycémie, même au contact de la peau. C'est bien la pulpe translucide située au cœur de la feuille qui soigne !

- ◆ **Coupez des pattes du bas**, les plus proches du sol (jamais les nouvelles pousses du centre). Cela soulage la plante et lui permet de s'épanouir. Choisissez des pattes bien vertes et pulpeuses. Il faut les utiliser rapidement, car elles s'oxydent très vite.
- ◆ **Laissez égoutter** une dizaine de minutes.
- ◆ **Coupez ensuite les tranchées de piquants**, sur toute la longueur de la feuille. Puis, épluchez le reste de la feuille de sorte à ne conserver que la pulpe.
- ◆ **Rincez deux fois toute la pulpe** et jetez l'eau entre les rinçages.
- ◆ **Laissez tremper une nuit**. Si vous ne souhaitez pas l'utiliser le lendemain, la pulpe se congèle très bien.

Étapes de la fabrication du gel d'aloès

1



- ◆ Égouttez les morceaux de pulpe dans une passoire en plastique ou acier inoxydable, mais pas d'aluminium) et passez au mixeur pour obtenir un liquide épais et mousseux.

© BARBARA KELLER

2



- ◆ Avec un doseur, mesurez 200 ml de gel et versez dans une coupelle en inox. Ajoutez 2 à 4 g de gomme de xanthane ou un gélifiant naturel (la moussache de manioc fonctionne aussi).

3



- ◆ Mélangez au fouet (ou au lélé) afin d'obtenir la texture du gel. Laissez poser 10 minutes afin de laisser gonfler la gomme.