

Rillettes de maquereaux en bocaux stérilisés

2 kg de maquereaux vidés et sans tête

500 g de crème double

1 jus de citron moyen

2 c. à soupe de moutarde

2 c. à café rases de sel

$\frac{3}{4}$ de c à café rase de poivre

$\frac{1}{4}$ de c à café rase de piment de cayenne

2 gousses d'ail

$\frac{1}{2}$ feuille de laurier au fond du bocal et

$\frac{1}{2}$ feuille au-dessus (selon le goût)

Cuire les maquereaux : les plonger dans un court-bouillon chaud, amener à ébullition et éteindre le feu, laisser refroidir dans le court-bouillon.

Enlever la peau et les arêtes. On obtient environ 1 kg de chair.

Emietter et ajouter tous les ingrédients.

Remplir des petits bocaux en tassant bien (ne pas trop remplir, ça gonfle à la cuisson).

Stériliser à 100° pendant 2 heures.