



# Confectionner sa propre moutarde



La cuisine faite maison est de plus en plus à la mode. S'attaquer à un produit fin que l'on achète généralement tout prêt est une aventure qui vaut la peine. La moutarde, par exemple, est un condiment facile à élaborer soi-même.

Les ingrédients de base sont des graines de moutarde, de l'eau, du vinaigre, du sel, du sucre et du miel. Sachez que les graines de moutarde foncées sont plus fortes que les graines claires. Vous pouvez ainsi créer librement votre mélange préféré. Par exemple de la manière suivante: concassez 50 g de graines de moutarde dans un mortier. Ajoutez 40 ml d'eau, 30 ml d'un bon vinaigre, 2 cuillères à Café rases de sucre et ½ cuillère à Café rase de sel. En fonction de la consistance que vous aimez, vous pouvez homogénéiser le mélange avec un mixeur plongeant. Laissez reposer la moutarde pendant quelque temps. Quelques heures suffisent certes, mais plusieurs jours au réfrigérateur intensifient l'arôme. Vous pouvez ensuite aromatiser votre moutarde selon vos goûts en y ajoutant, par exemple, des fines herbes, du piment ou encore avec une pointe de charbon actif comme le font de nombreux grands cuisiniers aujourd'hui.

Par ailleurs, si vous ne disposez pas de mortier, vous pouvez utiliser le mixeur plongeant pour toute la



préparation. Pour cela, laissez reposer les graines de moutarde dans de l'eau et du vinaigre pendant près de deux heures. Mixez ensuite le tout et assaisonnez pour finir avec du sel et du sucre. Mixez une dernière fois.