

# SAUCES MAISON

---

Je cuisine mes sauces à ma sauce



# KETCHUP

---

## Ingrédients

- 20cL de coulis de tomate
- 1 c.à.c de curry
- 1 c.à.c d'oignons déshydratés
- 1 c.à.s de pesto basilic
- 1 c.à.s de cassonade
- 2 c.à.s d'huile d'olive
- Sel / Poivre



Mélangez tous les ingrédients dans un pichet ou un bol. Faites chauffer à couvert 5 minutes au micro-ondes à 500W. Laissez refroidir.

# MAYONNAISE

---

## Ingrédients

- 300mL d'huile au choix
- Vinaigre ou jus de citron
- 1 jaune d'œuf
- 5g de moutarde
- Sel / Poivre



Mélangez le sel avec le vinaigre puis la moutarde puis le jaune d'œuf. Ajouter l'huile en toute petite quantité dès le début. L'ajouter en la faisant couler sur les bords du récipient pour qu'elle passe par le dessous de la préparation. Battre énergiquement et ajouter à nouveau un peu d'huile. La mayonnaise s'épaissit au fur et à mesure que l'huile est incorporée.

Filmer et conserver au frais.

Vous pouvez ajouter de l'ail, des herbes aromatiques, des épices...

# SAUCE CURCUMA CIBOULETTE

---

## Ingrédients

- 1 yaourt nature
- 2 c.à.s de jus de citron
- 1 c.à.c de curcuma moulu
- 1/2 botte de ciboulette ciselée
- Sel / Poivre



Fouettez le yaourt avec les autres ingrédients. Salez. Poivrez. Idéale sur de l'agneau ou du poisson grillés.

# CONFIT DE POIVRON ET PIMENT

---

## Ingrédients

- 50cL de vinaigre de cidre
- 500g de sucre spécial gelée
- 3 poivrons rouges
- 2 poivrons verts corne de bœuf
- 1/2 c.à.c de piment d'Espelette



Réalisez un sirop avec le vinaigre et le sucre. Ajoutez les poivrons épépinés et mixés et le piment d'Espelette. Portez à ébullition et laissez mijoter 20min. Remplissez des bocaux à vis et laissez refroidir tête en bas.

# MARINADE À L'ORANGE

---

## Ingrédients

- 4 c.à.s de marmelade d'orange
- 1 c.à.s de sauce Worcestershire
- 1 c.à.c de tabasco



Mélangez tous les ingrédients. Couvrir les magrets, côtes de veau, ventrèches de porc... avec la sauce avant de les faire cuire.

# AJI COLOMBIEN

---

## Ingrédients

- Chair de 2 tomates
- 2 oignons botte
- 1 botte de coriandre
- 1 c.à.s d'huile d'olive
- Jus d'un citron vert
- 2 pincées de piment
- Sel / Poivre



Mélangez la chair de 2 tomates grappe pelées et concassées avec 2 oignons botte ciselés, une botte de coriandre hachée, l'huile d'olive, le jus de citron vert, le piment, sel et poivre.

Parfait avec des poissons et crustacés.

# SAUCE MISO CITRON

---

## Ingrédients

- 4 c.à.s de pâte miso blanche
- 2 c.à.s de purée d'amande blanche
- 2 c.à.s de tahini
- 18cL d'eau bouillante
- 2 c.à.s de jus de citron



Fouettez 4 c.à.s de pâte miso blanche, la purée d'amande blanche, le tahini, l'eau et le jus de citron. A napper sur des légumes, de l'agneau ou du porc.

# SAUCE KEBAB

---

## Ingrédients

- 50cL de yaourt nature brassé fluide ou yaourt à boire nature
- 2 gousses d'ail
- 1 c.à.s de cumin moulu
- 1 c.à.c de ras-el-hanout
- Jus d'un citron
- Sel / Poivre



Fouettez le yaourt avec l'ail pelé et écrasé, le cumin, le jus de citron et une cuillère à café de ras el-hanout. Salez Poivre.

# CONDIMENT THAI

---

## Ingrédients

- 1 piment rouge
- 9 c.à.s de sauce nuoc-mâm
- 8 c.à.s de jus de citron vert
- 4 c.à.s de sucre semoule
- 4 c.à.s d'eau



Mélangez dans un saladier le piment épépiné et haché, la sauce nuoc-mâm, le jus de citron, le sucre et l'eau.

Entreposez au frais. Nappez les crustacés, les poissons, le poulet, le boeuf ou du porc...

# SALSA VERDE

---

## Ingrédients

- 4 brins d'origan
- 4 brins de basilic
- 1/2 botte de persil plat
- 1 c.à.s de câpres
- 2 c.à.s d'amandes éfilées
- 2 filets d'anchois à l'huile
- 1 gousse d'ail
- jus de citron
- 10cL d'huile d'olive
- Sel / Poivre



Mixez les feuilles de 4 brins d'origan, 4 brins de basilic et 1/2 botte de persil plat avec 1 c.à.s de câpres égouttées, les anchois, l'ail pelé et écrasé, les amandes effilées et grillées et le jus de citron. Salez et poivrez. Mixez en ajoutant l'huile d'olive.

# SAUCE BERNAISE

---

## Ingrédients

- 10cL de vin blanc
- 1 échalotte
- 2 branches d'estragon
- Poivre
- 2 jaunes d'œufs
- 150g de beurre



Préparez un bain marie et faites y réduire des deux tiers le vin blanc avec l'échalotte ciselée et l'estragon ciselé et le poivre. Battez les jaunes d'œufs et incorporez les en fouettant. Ajoutez le beurre fondu sans cesser de battre. Si vous ne cuisinez pas au bain marie ajoutez le beurre hors du feu.  
Avant de servir incorporez 1 c.à.c d'estragon haché.