

Moutarde Forte maison

i-Cook'in®

Ingrédients :

Pour la macération des graines de moutarde

- 60 g de graines de moutarde jaune
- 60 g d'eau tiède
- 60 g de vinaigre de cidre

Pour la réalisation de la moutarde

- les graines macérées
- 1 c.à.café de curcuma moulu
- 40 g de farine de gruau T45
- 60 g d'huile de pépins de raisin
- 30 g de miel de fleurs
- 5 tours de moulin à poivre 5 baies
- 5 g de sel fin de Guérande



Préparation:

Pour la macération des graines de moutarde

Mixer les graines de moutarde **1 minute - vitesse 10**.

Verser les graines moulues dans le récipient (beSave®) avec l'eau tiède et le vinaigre de cidre.

Mélanger et placer sous vide 3h00 (1 nuit ou 12h00 si pas de système de mise sous-vide)

Pour la réalisation de la moutarde

Dans le bol, verser les graines macérées, le curcuma, la farine, l'huile, miel, le poivre et le sel fin de Guérande. Mélanger **10 secondes - vitesse 3**.

Racler les parois vers le bas si besoin.

Mixer **3 minutes - vitesse 10**.

Verser directement dans un pot ou passer au tamis pour une texture plus lisse.

Conseils et/ou suggestion :

Laisser au repos 1 nuit au réfrigérateur de préférence avant de déguster.

Régalez-vous !!!