

# CONDIMENTS SAUVAGES : MAYONNAISE À LA TANAISIE / MOUTARDE À L'ALLIAIRE / PICKLES DE GRAINES D'AIL DES OURS ET D'ALLIAIRE



## Ingrédients pour 1 pot de chaque

Ingrédient	Quantité
oeufs cuits durs	4 pcs
Huile d'olive	60 ml
Jus de citron	5 ml
Moutarde	1 c. à c. bombée
Tanaïsie	2 feuilles (ne mettez pas tout directement)

### Sel, poivre

graines de moutarde jaune	90 gr
graines d'alliaire	2 c. à s.
Vinaigre de cidre	240 ml
eau filtrée	60 ml
sel marin	1 c. à c. bombée
miel éthique ou sirop d'érable	(facultatif)
oignons rouges	1 pcs
radis, concombre	(ou d'autres légumes de saison)
Vinaigre de cidre	300 ml
eau filtrée	100 ml
sucré	1 c. à c. bombée
sel	1 c. à c. bombée
graines d'ail des ours	1 c. à s.

Ingrédient	Quantité
graines d'alliaire	1 c. à s.

## Préparation

1. Faire cuire les œufs pendant 9 minutes dans l'eau bouillante avec une cuillère de vinaigre blanc. Faire refroidir dans l'eau froide. Peler et hacher grossièrement pour refroidir encore.

---

2. Mixer le tout sauf les herbes dans une cuve avec un mixeur-plongeur.

---

3. Couper la tanaisie finement. Ajouter un peu à la fois, mixer, goûter. Attention, son goût est très fort. On peut ajouter un peu de jus de citron encore pour rectifier l'amertume, voire un peu d'eau pour détendre la texture. Goûter et ré-assaisonner.

---

## Moutarde à l'alliaire

1. Verser tous les ingrédients dans un gros bocal en verre. Laisser macérer les graines pendant 1 jour (ou plus longtemps, cela conservera des mois). Mixer.

---

2. Ajuster la texture comme souhaité avec du vinaigre de cidre dilué avec 1/3 d'eau. Ajouter sel, sirop/miel ou épices selon votre souhait avant ou après mixage.

---

3. La moutarde est très piquante au début et adoucit avec le temps selon mon expérience.

---

4. Note : Je n'ai pas encore testé 100% graines d'alliaire, mais en principe on pourrait remplacer toutes les graines de moutarde cultivé par des graines d'alliaire.

---

## Pickles de graines d'ail des ours et d'alliaire

1. Verser dans un poêlon le vinaigre, le sel, le sucre et les graines d'ail des ours et d'alliaire et chauffer jusqu'à la dissolution des cristaux. Enlever du feu. Ajouter l'eau pour refroidir plus vite (si les pickles doivent être prêt rapidement ou dans le poêlon avec le vinaigre si vos pickles peuvent être consommé plus tard).

2. Pendant la cuisson du vinaigre, couper les oignons, les radis et le concombre en rondelles fines, puis déposer dans un bocal, éventuellement avec une partie des 'épices' (graines d'ail des ours et graines d'alliaire).

---

3. Versez le liquide dans le bocal rempli des légumes coupés finement. Laisser macérer un minimum 20-60 minutes au frigo, et idéalement 24 heures avant dégustation.

---