

# PÉTIOLES DE BERCE À LA SAUCE AU YAOURT

CUISINE SAUVAGE

## Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Pétioles de berce	0 Quantité souhaitée
huile	200 ml (pour assaisonnement)
jaune d'oeuf	1 pc
Moutarde	10 gr
Yaourt	50 gr
Vinaigre d'alcool ou autre	0 Quantité souhaitée
sel, poivre blanc	

## Préparation

1. Récolter des feuilles de berce et conserver le pétiole de berce. Peler pour ôter les fils (comme un bâton de céleri). Couper en segments de 10 cm.
2. Confectionner la sauce au yaourt : clarifier l'œuf (réserver le blanc pour une autre utilisation). Mettre le jaune dans une petite calotte à fond étroit de façon à ce que chaque coup de fouet ait un maximum d'efficacité. Ajouter le sel, le poivre blanc du moulin. Fouetter jusqu'à changement de couleur et d'aspect (cuisson chimique). Ajouter la moutarde pour stopper la cuisson ou un peu de vinaigre. Incorporer progressivement l'huile, en tournant énergiquement la sauce à l'aide d'un petit fouet très souple. Verser l'huile doucement en fin filet. Ajouter le reste du vinaigre après la réalisation de la sauce. Bien la serrer en la fouettant tout en tournant très énergiquement. Ajouter le yaourt, continuer à mélanger. Vérifier l'assaisonnement. Corner les bords de la calotte, la couvrir d'un film en plastique alimentaire et la réserver.
3. Recommandations : Ne jamais « remonter » la mayonnaise du jour sur celle de la veille. Toujours bien corner les bords du récipient. Éviter le contact de la sauce avec du matériel argenté (risque d'oxydation). N'ajouter les ingrédients complémentaires qu'au moment de l'envoi (risque de fermentation). N'utiliser que des ingrédients de même température (ambiante, pas d'huile figée).