

RECETTE DE LA MOUTARDE DE GRAINES D'ALLIAIRE & FIGUES



Ingrédients pour 4

Ingrédient	Quantité
graines d'alliaire	60 gr
eau	100 ml
Vinaigre de cidre	50 ml
Huile de tournesol	20 ml
Miel	40 gr
figues séchées	40 gr
farine	60 gr
sel	2 gr
Jus de citron	QS

Préparation

1. Rincer les graines d'alliaire .

2. Couper les figues en morceaux.

3. Mettre à macérer au minimum une nuit les figues et les graines d'alliaire dans l'eau, le vinaigre de cidre et le citron.

4. Mixez la préparation et ajoutez petit à petit l'huile de tournesol, le miel, la farine et le sel, en continuant à mixer.

5. Mettre en bocal et ne fermer qu'après 48h au frigo pour dissiper l'amertume.
