

VINAIGRETTE FORESTIÈRE AUX JEUNES POUSSES D'ÉPICÉA

CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 2 personnes

Ingrédient	Quantité
Huile d'olive	2 c. à s.
Vinaigre de cidre	1 c. à s.
Moutarde douce	3 c. à c.
Jeunes pousses d'épicéa fraîches	20 gr
Sel et poivre	

Préparation

1. Rincer les jeunes pousses d'épicéa à l'eau froide et bien les sécher.

2. Mixer les jeunes pousses au blender avec un peu de cidre pour libérer leurs arômes.

3. Dans un bol, verser le mélange et ajouter progressivement l'huile d'olive et la moutarde en fouettant pour créer une légère émulsion.

4. Ajuster l'assaisonnement à votre convenance.

5. Laisser infuser, idéalement 30 minutes, avant dégustation afin que les saveurs se développent. Astuce sauvage : pour un goût plus marqué, préparez cette vinaigrette la veille. Les jeunes pousses apporteront progressivement des notes d'agrumes, de résine douce et une légère touche acidulée rappelant le citron vert.

6. Cette recette peut se décliner selon votre goût : remplacer, par exemple, l'épicéa par du lierre terrestre (cette plante se marie bien avec le vinaigre de cidre).
