

## La moutarde

La plante dont les graines servent à la fabrication de la moutarde fait partie des crucifères. Les graines sont récoltées à maturité et proviennent soit de la moutarde noire (*brassica nigra*), soit de la moutarde brune (*brassica juncea*).

La moutarde s'obtient en faisant macérer les graines broyées dans du vinaigre et du sel additionnés de divers aromates.

Vous trouverez la moutarde présentée en pots de grès, de verre ou en tubes. Veillez à ce qu'elle soit toujours parfaitement fraîche (les pots seront hermétiquement fermés et rangés dans un endroit frais) afin qu'elle ne perde rien de son arôme.

Parmi les moutardes les plus réputées, citons la moutarde de Dijon, délayée avec du verjus et celle de Bordeaux, délayée avec du moût.

Parmi les moutardes « originales », citons : la moutarde tyrolienne à la bière et la moutarde de Crémone agrémentée de fruits confits.

La moutarde blanche et forte - la moutarde de Dijon, par exemple - est particulièrement recommandée pour l'assaisonnement des râbles de lapin ou de lièvre, des rôtis de porc, pour monter une mayonnaise ou pour corser une vinaigrette. Pensez également à en présenter un petit ravier, à l'apéritif, pour accompagner les cubes de fromages ou les petites saucisses.

Les moutardes brunes, plus douces, conviennent mieux en accompagnement des viandes rouges grillées et à l'assaisonnement des crudités.

Pour varier les arômes, songez également aux moutardes aromatisées. Vous en trouverez au poivre, à l'estragon, aux herbes, etc.

Si vous enduisez une viande (principalement de porc) ou un gibier de moutarde avant de le faire rôtir, tenez-en compte lorsque vous complèterez l'assaisonnement et ne soyez pas trop généreuse en sel et poivre.

Une demi-cuillerée à café de moutarde ajoutée à la cuisson des aliments un peu fades en relève particulièrement la saveur. Songez également à ajouter un peu de moutarde à la préparation des farces à base de viande hachée.

Lorsque vous présentez un steak tartare, des grillades, du riz ou des pâtes nature, songez à les accompagner d'un plateau garni de différents condiments : sauces piquantes (Worcester Sauce, Tabasco), de ketchup, de moutardes variées, de picallili et de pickles.

Une recette qui vient toujours à point : la sauce moutarde (en accompagnement de poissons de mer pochés, d'œufs, de pâtes, de viandes blanches). Faites un roux blanc (farine et beurre) que vous ferez fondre doucement, en fouettant constamment et en veillant à ne pas laisser prendre couleur. Délayez 3 cuillerées à café de moutarde dans 2 dl de crème fraîche et ajoutez au roux. Fouettez et ajoutez pour terminer un filet de citron, du sel et du poivre noir concassé. Ajoutez, éventuellement un peu de persil haché.

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Proposé par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des sujets de la rubrique "Connaître" proviennent d'une collection de recettes de cuisine des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges.