



SAUCE CÉLERI AU VINAIGRE

Vous aviez fabriqué en son temps du céleri au vinaigre en vous servant de la recette des [« cornichons à moa »](#) de LVC . Ils vont vous servir pour donner un maximum de parfum à votre sauce

INGRÉDIENTS :

un bulbe de céleri-rave (1)
boulhon de LVC (note 4)
morceaux de céleri au vinaigre mode LVC
[Perlimpimpin d'herbes pour « sans sel »](#)
sucre « à l'anis » au besoin (note 3)

ail , échalotes et oignons au goût (note 2)
bouquet garni de LVC(note 4)
un peu de « gras » de cuisson éventuel
[huile du hibou en colère et ou potion du diable](#)

MÉTHODE

Épluchez et coupez ail , échalotes et oignons finement. Choisissez ici des aulx, des échalotes et des oignons aux goûts bien nets pour qu'ils donnent le maximum de parfum marqués . Pensez en particulier à la petite échalote grise certes pas jolie mais tellement aromatique!

Faites « revenir » les aromates dans le gras choisi (note 3) . Laissez dorer mais pas trop pour un goût plus moelleux . Mais vous pouvez aussi simplement les faire « fondre » avec quelques gouttes d'eau dans votre cher FAO : cette solution est parfaite pour les « sans gras ».

Faites bouillir vivement votre « boullhon » de légumes : pas de poisson ou de viande votre sauce « tiendrait » moins bien et serait « bloquée » sur un accompagnement « spécifique » . Ajoutez votre bouquet garni de LVC(note 4) . Lorsque c'est bien parfumé y plonger votre céleri pelé et coupé en morceaux . Laissez cuire jusqu'à ce que votre légume soit « fondant »

Égouttez des morceaux de céleri au vinaigre et quelques-uns des aromates que vous aviez mis dans votre « jus » en accompagnement (échalotes, gousses d'ail, herbes) .

Deux méthodes :

Vous souhaitez trouver des morceaux sous la langue : hachez-les au couteau plus ou moins finement vous voulez une sauce fluide, écrasez au mortier (ou mixer finement avec votre blender ou votre « girafe »)

Réduisez votre céleri cuit en « coulis » bien fin. Ajoutez votre céleri au vinaigre et ses « accessoires » . « Touillez » bien ensemble . Assaisonnez maintenant avec poudre de [Perlimpimpin d'herbes pour « sans sel »](#),

et goûtez : vous pourrez toujours rajouter pour corser les épices
mais vous ne pourrez pas en enlever .

Vous pouvez maintenant ajouter peu à peu quelques gouttes de [huile du hibou en colère et ou potion du diable](#) ATTENTION c'est hyper fort

Vérifiez et **Goûtez** . Vérifiez l'assaisonnement avec votre [potiot à tester](#) ou [votre cuillère à épices](#).

Si vous le souhaitez vous pouvez ajouter par pincée du sucre parfumé (note 3) au goût . Bien entendu, les « sans sucre » utiliseront un peu d'édulcorant thermostable + de la poudre d'épices de votre choix

T.S.V.P -->

Vous attendez son complet refroidissement pour stocker la sauce au frigo (avec une feuille de film étirable sous le couvercle pour éviter l'oxydation) . Tiendra une semaine facilement

Pour la garder plus longtemps et avoir des « réserves » dans votre « ricantou », verser votre sauce bouillante en « potiot » à couvercle à vis stérilisés et retournez sur un linge au frais . Ne touchez pas jusqu'au lendemain . Vérifiez la fermeture des « potiot » . S'il y a quelques ouvertures intempestives, re-stérilisez « classiquement » vos bocaux 1/2 heure ... Et lorsqu'ils sont froids, vous avez des réserves pour les « zokazou »

USAGES

Là s'offrent à vous plusieurs options :

1 / Utilisation immédiate avec toutes les grillades (poissons ou viandes)

2 / Ces sauces (sous leurs deux formes fines ou « avec des mini-bouts ») sont aussi délicieuses chaudes que froides avec grillades (poissons, viandes) .

Surtout poissons frits et beignets : cette sauce « allège » la digestion des graisses cuites profitez-en !!

3 / Elle peut servir de base à une « vinaigrette » pour assaisonner des « salades de haricots blancs, de lentilles

NOTES TECHNIQUES

(note 1) Le céleri que vous choisirez doit être **bien ferme** . Tâtez ils sont souvent creux et dans ce cas ils sont souvent « moisissés » dedans . Donc à éviter

(note 2) Si vous n'avez pas droit au gras, vous pouvez faire fondre ail, échalote et oignon avec quelques gouttes d'eau (ou de « bouillon » mode LVC) dans votre cocotte pour le FAO afin qu'ils soient cuits et donc faciles à « écraser » dans un mortier (ou à hacher à la girafe ou au mixer) . Ne choisissez pas pour une fois des aromates trop typés, les plus doux iront mieux car sinon ils « étoufferaient » le parfum des céleris

(note 3) . Pour « soutenir » le parfum « anisé » de la sauce mettez dans le mortier du sucre de canne et quelques graines d'anis étoile (ou d'anis vert ou de cumin selon vos goûts) et écrasez très finement le tout

Vous ajouterez votre poudre obtenue ar pincées . Touillez entre chaque ajout jusqu'à un goût idéal pour vous

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans sel" y en a pas : on en n'a pas mis donc pas de problème

Pour les "sans gluten" avec des épices vérifiées il n'y a plus de problème

Pour les "sans sucre" : certes il y a un peu de sucre dans les légumes et surtout il vous faut éviter l'ajout de sucre : utilisez un édulcorant qui supporte la chaleur (cyclamate, Sucaryl etc) mais c'est « symbolique » car vous n'allez pas manger des quantités de sauce, juste une cuillère à moka ...

Pour les "sans gras" . Faites cuire vos aromates et légumes sans corps gras (à la vapeur ou mieux dans votre cocotte FAO)

T.S.V.P -->

Si vous avez le moindre souci appelez “la vieille chouette” au secours . TEL 05.63.63.10.63 ou la.vieille.chouette@wanadoo.fr

Le reste de la recette sans changements et soignez particulièrement les assaisonnements La sauce sera certes moins moelleuse mais bonne quand même . Je sais c'est pas pareil

mais vous connaissez ma formule :

ON FÉ CA KOI KON PEU AVÉ CA KOI KON A

Si vous avez le moindre souci appelez “la vieille chouette” au secours . TEL 05.63.63.10.63 ou la.vieille.chouette@wanadoo.fr



Des numéros de secours ? le 06.18.42.92.03 OU 06.86.98.40.44 o ET bien sûr un mail à : la.vieille.chouette@wanadoofr