

GREEN VINAIGRETTE ORTIE PIQUANTE

GREEN VINAIGRETTE ORTIE PIQUANTE comme son nom l'indique, l'ortie est intéressante dans sa forme en poudre pour ses qualités de plante minéralisante et qui font de cette herbe un stimulant naturel. Son goût est plutôt chlorophyllé, doux et discret. Un complément alimentaire sous forme d'aromate, facile à consommer.

10 càs huile d'olive
5 càs vinaigre de cidre
4 càs Eau de Quinton hypertonique
1 càs moutarde
Sel - poivre
1 càs gingembre

1-2 càs ortie piquante



🕒 5 minutes
🍴 150 gr en pot



1. Préparer un mixeur et y plonger l'huile d'olive



2. + Moutarde



3. + Eau de Quinton (ou sel fin)



4. + vinaigre de cidre



5. + poivre



6. + gingembre



7. + ortie piquante



8. Dès que tous les éléments sont rassemblés, mixer



9. Mixage insistant, à vitesse rapide pendant au moins 2-3 minutes, ce qui va donner une émulsion stable qui peut se conserver dans l'état pendant quelques jours au frais. C'est le moment de goûter et ajuster avec un ingrédient, selon le goût recherché (+ acide ou + piquant ou + doux)



10. La vinaigrette est crémeuse d'une couleur vert pâle, à mettre en pot hermétique pour utilisation quotidienne.



11. Les quantités données nous font obtenir un pot de 150 gr de vinaigrette.



12. Arroser avec 2 ou 3 cuillères à soupe de vinaigrette selon le résultat recherché



13. Cette vinaigrette stimule les papilles et nous fait apprécier davantage les crudités du jour.