

Pour l'été, sauce César

Sauce Classique :

Ingrédients :

- 2 jaunes d'œufs
- 1 gousse ail écrasé
- 4 filets anchois (ou 1 c. à café de pâte d'anchois)
- 1 c. à soupe moutarde de Dijon
- 2 c. à soupe jus de citron frais
- 120 ml huile d'olive douce
- 60 ml huile neutre (tournesol ou pépins de raisin)
- 40 g parmesan râpé
- 1 c. à café sauce Worcestershire
- 1 pincée sel et poivre noir

Préparation avec de la Sauce Worcestershire

Etape 1 : Préparer la base Dans un bol, mélanger les jaunes d'œufs, la moutarde, l'ail et les anchois jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Etape 2 : Émulsionner Ajouter progressivement les huiles en filet tout en fouettant pour créer une émulsion épaisse et lisse.

Etape 3 : Assaisonner Incorporer le jus de citron, la Worcestershire, le parmesan, puis ajuster sel et poivre.

Etape 4 : Finaliser Mélanger jusqu'à obtenir une sauce crémeuse.

Précaution : Réserver 15 minutes au frais avant utilisation.

La **sauce Worcestershire** est un **condiment anglais** au goût **aigre-doux, salé, épicé et légèrement piquant**, très utilisé pour relever les plats, les marinades, les cocktails (comme le Bloody Mary) et des recettes comme le **steak tartare** ou la **sauce César**.


C'est une sauce **liquide, brune**, inventée en **1837** par la société **Lea & Perrins** à Worcester, en Angleterre

#AURI #Sauce #César #Eté

Substitut maison de la Sauce Worcestershire (le plus proche du goût Worcestershire)

Mélange pour 2–3 cuillères à soupe

- 1 c. à soupe de sauce soja
- 1 c. à soupe de vinaigre de cidre (ou vinaigre de vin)
- 1 c. à café de jus de citron
- 1 c. à café de mélasse ou de miel
- 1/2 c. à café de sauce poisson (ou 1 anchois écrasé)
- 1/4 c. à café d'ail en poudre
- 1/4 c. à café d'oignon en poudre
- 1 pincée de piment (type cayenne)
- **Option** : 1 goutte de sauce barbecue fumée ou une pointe de paprika fumé

 **Mélange tout**, laisse reposer 5 minutes, et utiliser comme de la Worcestershire.

Les 5 règles d'or pour une sauce César sûre

1. Utiliser des œufs pasteurisés (ou extra-frais + consommation sous 24h).
2. Respecter la chaîne du froid (0-4°C avant/après préparation).
3. Éviter les ingrédients à risque (ail en saumure, fromages au lait cru pour les publics fragiles).
4. Servir rapidement (≤ 2h à température ambiante).
5. Jeter en cas de doute (odeur, texture, goût anormal).

#AURI #Sauce #César #Eté