

ELLE FAIT PARTIE DES INCONTOURNABLES DE NOTRE CUISINE ET TRÔNE SUR TOUTES LES TABLES DU QUÉBEC. SI ON LUI CONNAÎT PLUSIEURS USAGES, LE SOMMELIER DE MOUTARDES MAILLE, LARRAY LALOUSIS, NOUS OUVRE DE NOUVEAUX HORIZONS EN NOUS LIVRANT TRUCS ET RECETTES, ET EN PARTAGEANT UN BRIN D'HISTOIRE SUR CE SAVOUREUX CONDIMENT.



## VIVE LA MOUTARDE!

### LA MOUTARDE SE DÉCLINE DE BIEN DES MANIÈRES

Il n'y a pas que la moutarde jaune à hot-dog! Un détour au rayon des condiments permet de constater l'impressionnante variété de moutardes offertes aux consommateurs: la moutarde de Dijon, pour cuisiner les trempettes, vinaigrettes, sauces et marinades; la moutarde au miel, qu'on utilise avec le poulet, la salade, le poisson et même les desserts; la moutarde extra piquante, qui accompagne la saucisse, le salami, le rôti de bœuf et les sandwiches, etc. On se laisse séduire par une si belle variété.

### DES POSSIBILITÉS INFINIES

Les possibilités qu'offre la moutarde sont infinies: on peut en ajouter quasiment partout. La moutarde de Dijon relève à merveille le goût des aliments. Elle en accentuerait environ 10 fois la saveur. Un savoureux poulet tandoori se prépare simplement en marinant préalablement le poulet cuit sur le barbecue dans de la moutarde Maille mangue et épices thaïes. La moutarde Maille parmesan et basilic, quant à elle, s'intègre à la sauce béchamel pour une lasagne délicieuse sans qu'on ait à ajouter beaucoup de parmesan à la recette. On utilise même la moutarde dans les cocktails et desserts. Elle rehausse le goût de la vanille dans la crème pâtissière.

### UN PEU D'HISTOIRE

La moutarde a été créée par Antoine Maille en 1747, il y a 268 ans. Il était alors le fournisseur officiel de Louis XV. La Maison Maille est par la suite devenue le premier fournisseur officiel des rois de France et de plusieurs cours européennes. Parmi ses clients les plus célèbres, on trouve la marquise de Pompadour. Pas étonnant qu'on ait associé cette moutarde au raffinement.



### Les bienfaits de la moutarde

Au XVIII<sup>e</sup> siècle, on prêtait à ce condiment des propriétés antiseptiques. De nos jours, la moutarde est officiellement reconnue pour les caractéristiques suivantes:

- elle stimule l'appétit;
- elle facilite la digestion;
- elle est une source de fibres, de fer, de magnésium, de calcium, de phosphore, de sélénium, de protéines et d'oméga 3.

«Le Canada est le plus grand producteur de moutarde du monde.»

## La moutarde au pays

Le Canada est le plus grand producteur de moutarde du monde: 90 % des graines de moutarde produites à l'échelle mondiale le sont au pays. La température de la Saskatchewan serait idéale pour sa production. On estime la consommation mondiale annuelle à 700 millions de livres.

## VINAIGRETTE DE BASE

Pour préparer sa propre vinaigrette, on retient la formule suivante: trois parts d'huile pour deux parts de vinaigre et une part de moutarde. Changez le goût de vos vinaigrettes en essayant différentes moutardes, comme la moutarde Maille figue et coriandre, la pesto et roquette ou même la moutarde au miel.



## L'incontournable vinaigrette française classique faite de moutarde de Dijon

### INGRÉDIENTS

- 2 ml (1/2 c. à thé) de sel de mer
- 15 à 30 ml (1 à 2 c. à soupe) de vinaigre de vin rouge Maille
- 45 ml (3 c. à soupe) d'huile d'olive extra vierge
- 15 ml (1 c. à soupe) de moutarde de Dijon Maille® originale

### PRÉPARATION

- Dissoudre le sel de mer dans le vinaigre, puis ajouter l'huile d'olive et la moutarde. Fouetter jusqu'à consistance homogène et servir avec votre salade préférée ou comme trempette pour vos crudités.

## LA CONSERVATION

La moutarde fraîche en pots de grès se conserve de trois à quatre mois au réfrigérateur et la moutarde en pot de verre, de deux à trois mois.



## FONDANT AU CHOCOLAT À LA MAILLE

### INGRÉDIENTS

- 60 ml (1/4 tasse) de crème 35 %
- 100 g de chocolat blanc
- 30 ml (2 c. à soupe) de moutarde Maille® Dijon originale
- 60 ml (1/4 tasse) de beurre
- 200 g de chocolat noir
- 3 œufs
- 125 ml (1/2 tasse) de farine
- 160 ml (2/3 tasse) de sucre

### PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 240 °C (475 °F). Porter la crème à ébullition. Ajouter le chocolat blanc et la moutarde. Verser le mélange dans un plateau à glaçons, et placer au congélateur pendant 40 minutes.
- Entre-temps, faire chauffer le beurre et le chocolat noir dans un bain-marie. Puis, incorporer les œufs, la farine et le sucre.
- Répartir la moitié du mélange dans des moules à petits gâteaux. Déposer un cube glacé dans chacun d'eux et recouvrir du reste du mélange.
- Cuire au four de 8 à 10 minutes.

Larray Lalouis est sommelier de moutardes chez Maille et l'un des plus grands experts dans le domaine. Il alimente régulièrement le site [www.maille.ca](http://www.maille.ca) de recettes et de conseils pour intégrer la moutarde à nos plats. On peut aussi lui poser des questions sur Twitter en utilisant le mot-clic #Mailleexpert.