



SAUCE AU CHIEN

La sauce “chien”, est une sauce incontournable aux Antilles. Elle accompagne les viandes, poissons et crustacés grillés. Son nom vient du célèbre couteau “chien” qui sert à couper les ingrédients. Il n’est pas du primitif carbet à la plus somptueuse habitation coloniale où l’on ne trouve le fameux couteau “chien” ?? Car Le couteau CHIEN® est le cadeau de mariage par excellence. Il est symbolique et il est utilisé dans la cuisine comme à table

Ne croyez pas qu’il soit originaire de là-bas ! Que nenni il est très français .A l’origine, créé par Sabatier père et fils dans une ancienne coutellerie datant de 1793.Jusqu’en 1980 C’est toujours fabriqué par la société Thiers Issard SNETI SAS à Thiers



Comme toujours le français a le savoir, les idées et tandis qu’il “cocoricote”, les autres les exploitent !

INGRÉDIENTS

oignons (note 1)

piment d’Espelette (du vrais)

citron à jus

pâte de piment fort (note 4)

persillade LVC

NB : Certaines personnes y ajoutent des petits dés de tomates voire de poivrons.

cives (ou ciboule)(note 2)

persillade LVC

huile (note 3)

“bulhon” LVC bouillant

poudre de Perlimpimpin

MÉTHODE

Hacher finement l’oignon, les cives, le piment . Ajoutez la persillade LVC, puis le jus du citron pressé et l’huile . Ajoutez de la pâte de piment fort (plus ou moins au goût) .Pensez que vous pourrez en ajouter pas en retrancher .

Délayez avec “bulhon” LVC bouillant : la sauce prendra une belle onctuosité . Laisser reposer au moins 30 minutes (pour infuser les herbes). La sauce se conserve au frigo quelques jours (dans un bocal avec couvercle à vis bien fermé) .

Bref même sans “couteau-chien” vous aurez une sauce sympathique et toujours sous la main puisque vous pouvez la conserver quelques jours au frigo, des mois au congélateur . Stérilisée elle est moins plaisante car “mollassonne”

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Si vous le pouvez choisissez des oignons roses doux des Cévennes : ils sont à la fois doux et tellement parfumés

(note 2) Les cives ou ciboule de chine : de très grosses “fines herbes” que vous risquez de trouver au marché si vous n’en avez pas au jardin .

T.S.V.P -->

Sinon optez pour des petits oignons blancs frais voir de l'échalote "cuisse de nymphe" ou de "l'oignon-banane"

(note 3) L'huile? Une huile "blanche", neutre marchera bien mais testez avec une huile parfumée (noix, olive, sésame,etc..). Ce sera plus goûteux

(note 4) La pâte de piment fort est ... très, très forte. Peut-être préférerez-vous écraser un poivron rouge avec un petit "pili-pili" bien sec que vous aurez réduit en poudre fine. Vous aurez une pâte que vous pourrez garder, si il vous en reste dans un bocal bien fermé au frais, voir au congélateur

NOTES DIÉTÉTIQUES

pour les "sans gluten" avec votre poudre de Perlimpimpin pas de problème

Pour les "sans sel" on en a pas mis donc tout va bien

pour les "sans sucre" certes il y a un peu d'hydrates de carbone mais à moins que vous n'en mangiez deux ou trois louches ça devrait passer

Pour les "sans gras" : vous pouvez "ignorer" l'huile. Remplacer la donc par un "coulis" de pomme LVC et puis même si

d'accord c'est pas tout à fait pareil mais

vous connaissez ma formule

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A