

des sauces pour des salades

Pour varier les salades on peut varier les ingrédients, mais on peut aussi varier les sauces.
En voici quelques unes à utiliser avec ou sans safran.

vinaigrette

huile, vinaigre, sel poivre. Un classique a faire varier:
avec du vinaigre balsamique
avec de la moutarde
avec des épices
avec du safran, en infusion.
avec de la ciboulette
avec de l'ail
avec des échalotes
avec du viandox

une sauce César +/- classique

6 filets d' anchois ou 2 cas de sauce soja
2 gousses d'ail
2 jaunes d'œuf, crus ou durs
1 càs (15ml) de moutarde de Dijon, forte
2 càs(30ml) de jus de citron, ou de citron vert
2 càs(30ml) d'huile d'olive
1/2 càc de sauce Worcestershire, ou 1 càs d'infusion de safran, réalisé au moins 1/2h avant
sel et poivre
1/2 tasse (125ml) d'huile réservée à ajouter à la fin.
1 càs de parmesan frais rapé, ou pas. Eventuellement, remplacer par un morceau de roquefort
1 càs de câpres, ou pas

mettre tous les ingrédients au blender, sauf l'huile réservé
mélanger pour obtenir sauce un peu épaisse, puis incorporer l'huile en filet.
ajuster sel et poivre

vinaigrette au vinaigre de framboise

vinaigre de framboise
1 œuf dur
huile de tournesol
échalote
ail
câpres
infusion de safran
herbes: ciboulette, persil, ...

mélanger une pincée de sel dans le vinaigre, mettre l'infusion de safran
émulsionner avec l'huile ajoutée peu à peu.
incorporer œuf dur,ail, échalote, câpres, herbes, finement hachés

[mayonnaise" légère". Recette 27](#)

sauce gribiche

la sauce gribiche est une mayonnaise montée avec des jaunes d'œufs durs. Elle se sert avec viandes ou poissons, mais convient aussi à des salades: endives, carottes rapées ...

3 œufs durs
huile de tournesol, ou autre.
vinaigre 2/3 càs
moutarde, de 1 càc à 1 càs selon le gout
câpres, ou non
estragon
persil
ciboulette, ou pointe d'ail
sel poivre
cornichon
infusion de safran, 1 càs d'eau 5 a 10 filaments

écaler les œufs, séparer blancs et jaunes.
écraser les jaunes avec la moutarde, le vinaigre, l'infusion de safran
monter la mayonnaise avec l'huile
ajouter le reste des ingrédients finement ciselé, y compris les blancs d'œufs.
Il arrive que cette sauce mayonnaise prenne mal, on obtient une gribiche liquide utilisable tel quel pour les salades, sauf si on veut vraiment un aspect de mayonnaise, pour accompagner une viande par exemple.

Pour une sauce "gribiche " plus liquide, faire de même mais sans monter en mayonnaise. Remplacer éventuellement le vinaigre par du citron, ou citron vert. Une sorte de "vinaigrette gribiche" !!!

Sauce salade à l'asiatique

c'est une vinaigrette moutardée et sucrée.

mélanger 1càs de sucre, autant de vinaigre, 1càs de moutarde, 1càs d'infusion de safran, 1càs de sel, bien mélanger.
battre avec de l'huile pour obtenir une vinaigrette un peu épaisse

le vinaigre peut être du vinaigre de riz.
1càs de sauce soja, ou de nuoc mam peut remplacer le sel, pour servir avec une salade aux crevettes.