

# Moutarde de Bénichon

La "saison des Bénichons" débute autour du 20 juillet à Jaun et Vuisternens-dt-Romont, bat son plein en septembre et octobre pour se terminer à la St-Sylvestre...

Sorte de confiture aigre-douce, la moutarde de Bénichon se sert traditionnellement avec la cuchaule en entrée du menu servi à cette occasion.



**Pour 8 bocaux de 1.5 dl ou 4 bocaux de 3 dl**

25 – 35 g de moutarde moulue  
1 dl de vin blanc

Mélanger et laisser macérer 12 heures.

2 l d'eau  
250 g de sucre candi  
150 g de sucre blanc ou brut  
4 clous de girofle  
4 capsules de cardamome  
12 à 15 g d'anis étoilé  
12 à 15 g de cannelle en bâton  
1 pincée de sel

Déposer tous les ingrédients dans une casserole et cuire à découvert env. 1½ heure.  
Passer le liquide. Il doit rester 1¼ kg.

2.5 dl de vin cuit (= 350 g)  
80 à 100 g de farine fleur tamisée

Mélanger à l'aide d'un fouet.

- ▶ Délayer le liquide avec le mélange vin cuit/farine.
- ▶ Dans une large casserole, cuire ce mélange 10 min. en fouettant régulièrement.
- ▶ Incorporer ensuite le mélange vin et moutarde. Bien mélanger, donner quelques signes d'ébullition.
- ▶ Remplir les bocaux.
- ▶ Fermer, nettoyer, puis étiqueter.
- ▶ Garder dans un endroit frais à l'abri de la lumière.
- ▶ Conservation: 6 mois

---

## Remarque:

Recette "GrangeNews" – Edition n° 88 – Juin 2017