

# Salade d'hiver avec sauce aux mactres

# CARIBOU

Recette de Julie Aubé - Photo de Rachel Ouellette  
Magazine Caribou - cariboumag.com

🍴 4 portions entrées ou  
🍴 accompagnement

## INGRÉDIENTS

4 tasses (1 litre) d'un mix de légumes d'hiver au choix (carottes, panais, céleri-rave, betteraves, chou, radis d'hiver) coupés en cubes d'environ 2 cm

Un généreux filet d'huile locale

Une pincée de sel

1 tasse (250 ml) de mactres de Stimpson égouttées (1 boîte de 142g)

½ tasse (125 ml) de mayonnaise

1 c. à soupe (15 ml) de moutarde forte

1 c. à thé (5 ml) d'algues locales en flocons (nori, dulse ou autre)

½ gousse d'ail moyenne hachée

2 c. à thé (10 ml) de verjus ou de vinaigre de cidre

Sauce piquante au goût (facultatif)

½ tasse (125 ml) de pousses au choix



## PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 230°C (450°F) et tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin.
2. Déposer les cubes de légumes sur la plaque et ajouter un peu d'huile et de sel (avec parcimonie, la sauce est salée). Mélanger et cuire environ 20 minutes en remuant à mi-cuisson. Ils doivent être rôtis et al dente. Réserver.
3. Pendant ce temps, dans un mélangeur ou avec un pied-mélangeur, mixer les mactres avec la mayonnaise, la moutarde, les algues, l'ail, le verjus (ou vinaigre) et la sauce piquante si désiré, jusqu'à ce que la sauce soit lisse. Goûter et ajuster l'assaisonnement au besoin. Réserver (voir Astuce).
4. Pour servir, étendre la sauce au fond d'une petite assiette, ajouter les morceaux de légumes rôtis et garnir de pousses.

### NOTE

La sauce peut servir de vinaigrette dans une salade style César ou comme liant dans une guédille.

### VARIANTE

La recette fonctionne avec des bourgots en saumure en remplacement des mactres.

### ASTUCE

Il est possible de faire la sauce la veille et la conserver au frigo jusqu'au lendemain.