

Anchoïade

100 g d'anchois, 2 gousses d'ail BIO, 10 cl d'huile d'olive BIO, 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin BIO, 1 cuillère à soupe de capres BIO, poivre noir BIO.

Comment faire...

Piler dans un mortier les anchois avec les gousses d'ail épluchées et dégermées, les capres. Rajouter l'huile d'olive petit à petit, le vinaigre de vin et un tour de moulin à poivre.

Servez en apéritif avec des toasts de pain grillés.

Rallongez avec un peu d'huile et servir sur une salade d'endives... Excellent

Conservation : l'anchoïade se conserve bien plusieurs jours au frais, recouverte de film alimentaire au contact ou à l'ancienne, d'huile d'olive vierge extra (pour éviter qu'elle ne s'oxyde).

Surtout pas de sel ! Les anchois sont déjà bien salés. Servez-la avec des éléments neutres des crudités.

