



Sauce aigre-douce 1



La sauce aigre-douce par excellence, avec des légumes légèrement croquants, une sauce onctueuse et nappante à souhait. A vous la création de plats de toutes sortes.

Ingrédients :

1 poivron rouge

1 poivron vert

1 gros oignon

1 carotte

200 g d'ananas (frais c'est meilleur, mais en boîte cela convient également)

100 g de sucre cristallisé

90 g de ketchup

200 g de jus d'ananas (le sirop de l'ananas en boîte convient bien également)

110 g de vinaigre de riz

1/2 cuillère à café de sel

1 cuillère à soupe bombée de maïzena diluée dans 4 cuillères à soupe d'eau

50 g d'eau

Préparation :

Éplucher la carotte et couper en bâtonnet, l'oignon en gros morceaux.

Nettoyer l'ananas , couper en gros quartiers en enlevant le centre si ananas frais.

Diviser les poivrons en deux , retirer les graines et filament blanc ,couper les poivrons en gros morceaux de 2 ou 3 cm de large.

Dans une grande casserole, mélanger sur feu doux le sucre, le ketchup, le jus d'ananas, le vinaigre de riz et le sel.

Ajouter les poivrons, l'oignon, les carottes et l'ananas et faire cuire pendant une dizaine de minutes pour des légumes croquants, quinze minutes pour des légumes plus fondants.

Au bout de ce temps, ajouter la maïzena diluée et si la sauce épaissit de trop, verser les 50 g d'eau.

Mélanger et laisser cuire deux minutes puis réserver hors du feu.

C'est prêt !

Conseils et info :

Cette sauce peut être préparée la veille et réchauffée délicatement pour le service.

Elle peut être congelée et même stérilisée pour en faire une réserve .

