

Comment substituer la moutarde

Lors de l'utilisation d'un de ces substituts, assurez-vous que les produits sont bel et bien exempts de traces de moutarde. Sachez qu'il est possible d'omettre la moutarde dans une recette si la quantité ajoutée est minime.

En marinade

Sauce Worcestershire



Dans une vinaigrette
(comme agent émulsifiant)

Gomme de xanthane, lécithine, mayonnaise

Moutarde de Dijon

Raifort, wasabi



Moutarde jaune (pour imiter la saveur)

Curcuma, pâte de tamarin, saumure
de légumes marinés

Garniture à sandwich

Beurre de noix, guacamole, houmous, mayonnaise, pesto

