

Whole-Grain Mustard Sauce



Sauté some chicken breasts, pork cutlets, green beans, or whatever else you'd like to. Meanwhile, mince a shallot. When the sauté is complete, set aside what you sautéed and lower the heat, then add the minced shallot and cook for a minute or so to soften. Deglaze the pan with about a half cup of dry vermouth or white wine, then raise the heat and simmer until the liquid is reduced to about 2 tablespoons. Stir in about three-quarters cup of heavy cream, add salt and pepper to taste, and reduce until the sauce coats the back of a spoon, about 2 minutes. Whisk in about 3 tablespoons of whole-grain mustard, adjust the seasonings then serve.

You're welcome to try this with any whole-grain mustard you wish, but honestly, the very best flavor requires a superior mustard. I use [Edmond Fallot whole-grain mustard](#).

Κοτόπουλο σε σάλτσα από wholegrain mustard: (ποσότητες περίπου)

- 1 kg κοτόπουλλο κνήμες, χωρίς κόκκαλο
- 150ml Colmans Wholegrain Mustard (ένα μπουκαλάκι)
- 1 ποτήρι λευκό, ξηρό κρασί
- 2 μικρά κρεμμύδια, ψιλοκομμένα
- 500ml φρέσκα κρέμα
- ½ κουταλάκι άλας
- ½ κουταλάκι πιπέρι (μείγμα πιπεριών)
- Λάδι για τηγάνισμα (ελαιόλαδο)

Κόβουμε τα κομμάτια του κοτόπουλου από τη μέση και τα τσιγαρίζουμε.

Τα αφαιρούμε από την κατσαρόλα και τα κρατάμε ζεστά.

Τσιγαρίζουμε το κρεμμύδι 1-2 λεπτά μέχρι να μαλακώσει

Προσθέτουμε το κρασί και συνεχίζουμε να το ζεσταίνουμε μέχρι να μειωθεί λίγο το μείγμα.

Προσθέτουμε τη φρέσκα κρέμα, το αλάτι και το πιπέρι και ζεσταίνουμε μέχρι η σάλτσα να κολλά στο πίσω μέρος ενός κουταλιού.

Προσθέτουμε τη μουστάρδα και συνεχίζουμε να ζεσταίνουμε για 1-2 λεπτά.

Βάζουμε στη σάλτσα το κοτόπουλο και το αφήνουμε να βράσει για μερικά λεπτά μέσα στη σάλτσα, σε σκεπασμένη κατσαρόλα, ανακατεύοντας κάθε 1-2 λεπτά.