

Recette de la Salade Pascale Printanière

Présentation

- Temps de préparation : 15 minutes
- Temps de cuisson : 10 minutes
- Nombre de personnes : 4
- Difficulté : Facile

Ingrédients

- 200g de jeunes pousses (mâche ou épinards frais)
- 4 œufs durs
- 1 botte d'asperges vertes
- 1 botte de radis roses
- 50g de copeaux de parmesan ou fromage de chèvre frais
- Une poignée de noix ou de pignons de pin
- Vinaigrette : 3 c.à.s d'huile d'olive, 1 c.à.s de vinaigre balsamique blanc, 1 c.à.c de moutarde, sel et poivre

Étapes de préparation

- Cuire les asperges à la vapeur pendant 5 à 7 minutes pour qu'elles restent croquantes, puis les laisser refroidir.
- Laver et essorer les jeunes pousses, puis les disposer dans un grand saladier.
- Laver les radis et les couper en fines rondelles.
- Écaler les œufs durs et les couper en quartiers.
- Disposer harmonieusement les asperges, les radis et les œufs sur le lit de verdure.
- Parsemer le tout avec les copeaux de fromage et les noix.
- Préparer la vinaigrette en émulsionnant l'huile, le vinaigre, la moutarde, le sel et le poivre.
- Verser la vinaigrette sur la salade juste avant de servir pour conserver le croquant des légumes.

Conseils de chef

- Ajoutez quelques fleurs comestibles (pensées ou capucines) pour une présentation festive et printanière.

- Pour une version plus gourmande, vous pouvez ajouter quelques tranches de saumon fumé ou de jambon cru.
- Servez accompagné de tranches de pain de campagne grillées frottées à l'ail.