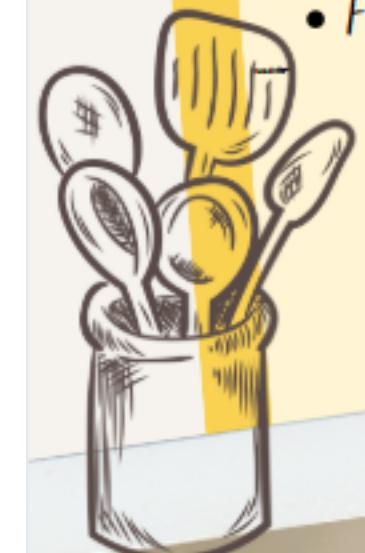
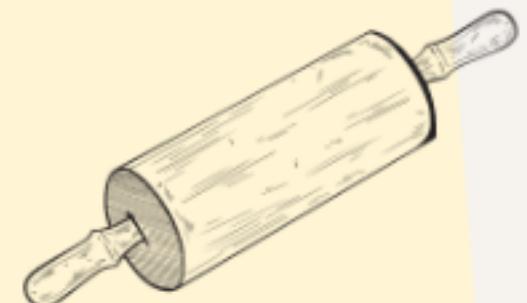


Salade composée originale de légumes cuits

Ingédients pour 2 personnes

- 6 asperges vertes
- 6 beaux radis
- 8 tomates cerises
- 2/3 pommes de terre, cuites à l'eau, selon leur grosseur
- 1 oignon nouveau
- Cerfeuil
- Parmesan râpé
- Miettes de pain grillé ou croûtons de pain
- Vinaigrette avec vinaigre de cidre + balsamique et huile d'olive
- Fleur de sel - Poivre au moulin



Etapes

- Laver et éponger les asperges
- Les découper dans leur longueur puis les couper en morceaux.
- Mettre un filet d'huile d'olive dans une poêle et ajouter les asperges à cuire. Saupoudrer de Parmesan râpé. Saler et poivrer
- Laver et couper les tomates cerises en deux puis les ajouter aux asperges.
- Saupoudrer de miettes de pain grillé. Laisser cuire jusqu'à ce que les asperges soient tendres.
- Eplucher les pommes de terre cuites à l'eau et les mettre dans un plat creux. Laver les radis, les tailler en rondelles et les ajouter aux pommes de terre. Ajouter un peu de fleur de sel et poivrer.
- Réaliser la vinaigrette.
- Placer le plat au frigo pour le faire refroidir mais le sortir une demie heure avant la dégustation.