

Salade de printemps

Le printemps dans votre assiette.



28 Min.

Temps de préparation



30 Min.

Temps total



Ingrédients pour 4 personnes

SALADE

1 cs de beurre à rôtir

500 g d'asperges vertes, en morceaux d'env. 5 cm de long

500 g de fèves, égrainées, épluchées, env. 150 g

sel, poivre

1 botte de radis, en rondelles **De saison**

1/2 concombre, épluché partiellement, coupé en deux dans le sens de la longueur, égrainé, en rondelles **De saison**

50 g de roquette **De saison**

300 g de salade Batavia, effeuillée **De saison**

SAUCE

0,5 dl de vinaigre de pomme

0,5 dl d'huile de colza

1 échalote, hachée grossièrement **De saison**

1 cc de moutarde à gros grains

1 cc de miel

50 g de roquette **De saison**

sel, poivre

Voici comment faire

1 de 2

PRÉPARATION

Faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle antiadhérente. Faire revenir les asperges et les fèves pendant 5 à 8 min. en remuant, assaisonner et laisser refroidir complètement. Mettre les radis et tous les ingrédients jusqu'à et y compris la salade Batavia dans un saladier, ajouter les asperges et les fèves grillées et mélanger.

SAUCE

Verser le vinaigre et tous les ingrédients jusqu'à et y compris la roquette dans le mixeur, réduire brièvement en purée et assaisonner. Mélanger la salade avec la sauce et servir.

Servir avec du fromage frit, de la feta ou du camembert.

Des petits pois frais ou surgelés peuvent être utilisés à la place des fèves.