Salades

Frisée aux lardons et oeuf mollet

25 min	15 min	10 min	0	267
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la frisée aux lardons et oeuf mollet

- 1 **Frisée(s)**
- 150 g **Lardon(s)**
- 4 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**
- 2 c. à soupe **Huile de tournesol**
- 2 c. à soupe **Vinaigre de Xérès**
- 1 **Oignon(s) nouveau(x)**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la salade

1. Laver la frisée et la couper en petits tronçons.
2. Faire griller les lardons dans une poêle anti-adhésive.
3. Cuire les œufs mollets, compter 6 minutes. Les écaler.

Étape 2

Préparation de la vinaigrette et dressage

1. Dans un saladier, mélanger l'huile, le vinaigre, sel et poivre.
2. Eplucher et émincer finement l'oignon. Les ajouter au saladier avec la frisée. Bien mélanger.
3. Garnir la salade des œufs mollets coupés en deux et des lardons grillés.