



Légumes variés

Petits pois au jambon cru et à la laitue



40 min 15 min 25 min **0** **434**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Étape 1

Les étapes

- 1 Eplucher et émincer les oignons et la laitue à l'aide d'un couteau d'office.
- 2 Ciseler le persil.
- 3 Retirer le gras du jambon et le détailler en dés.
- 4 Faire blondir les oignons dans l'huile d'olive, à feu doux. Saler très légèrement.
- 5 Ajouter la laitue émincée et les dés de jambon et faire revenir le tout une minute.
- 6 Ajouter les petits pois, le persil et l'eau. Assaisonner de poivre.
- 7 Le jambon étant assez salé, il n'est pas utile d'ajouter de sel à la préparation.
- 8 Couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 15 à 20 minutes jusqu'à ce que les petits pois soient cuits.
- 9 Attention, il est préférable de goûter les petits pois pendant la cuisson. Ils doivent être tendres mais pas trop cuits sinon ils risquent de former une purée.
- 10 Servir chaud.

1 kg **Petits pois**
400 g **Jambon cru**
300 g **Laitue(s)**
2 **Oignon(s)**
4 c. à soupe **Persil plat**
180 ml **Eau**
1 **Poivre**
1 **Huile d'olive**
1 **Sel**