Salades

Salade de riz

35 min	15 min	20 min	0	271
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la salade

- 210 ml **Eau**
- 120 g **Riz Blanc**
- 12 **Tomate(s) cerise**
- 2 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**
- 80 g **Haricots verts**
- 60 g **Fèves**
- 1 **Echalote(s)**
- 2 tige(s) **Basilic**
- 2 branche(s) **Thym**

Ingrédients pour la sauce

- 3 c. à soupe **Huile d'olive**
- 1 c. à soupe **Vinaigre de vin blanc**
- 1 **Sel**

Étape 1

Préparation des ingrédients

1. Faire cuire le riz selon les indications du paquet.
2. Cuire les oeufs durs. Compter 10 minutes. Les écaler.
3. Couper les tomates cerises en deux.
4. Equeuter les haricots puis les cuire à l'anglaise pendant 8 à 10 minutes en surveillant la cuisson. Les haricots doivent rester croquants.
5. Passer les haricots sous l'eau froide puis les égoutter.
6. Ecosser les fèves, puis les faire cuire dans une casserole d'eau légèrement salée pendant environ 4-5 minutes. Puis les égoutter, les passer sous l'eau froide et les éplucher.
7. Eplucher et émincer très finement l'échalote.
8. Effeuiller le basilic et le thym.

Étape 2

Préparation de la sauce

1. Verser tous les ingrédients de la sauce dans un bol, bien les mélanger.

Étape 3

Dressage

1. Verser tous les ingrédients de la salade, sauf les oeufs et les herbes, dans un saladier.
2. Ajouter l'assaisonnement puis mélanger.
3. Déposer les oeufs et les herbes sur le dessus de la salade. Servir.