



Salades

Salade de roquette aux poires, sauce au bleu



18 min **15 min** **3 min** **0** **330**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Salade

150 g **Roquette**
2 **Poire**
20 unité(s) entière(s)
Noisette(s) entière(s)
100 g **Bleu d'Auvergne**

Sauce

100 g **Bleu d'Auvergne**
10 cl **Crème liquide (fleurette)**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la sauce au bleu

- 1 Porter la crème à ébullition.
- 2 Emietter le bleu dans la crème chaude et mélanger pour le dissoudre.
- 3 Poivrer. Laisser refroidir à température ambiante.

Étape 2

Préparation de la salade

- 1 Laver la Roquette et la sécher dans un torchon propre.
- 2 Hacher grossièrement les noisettes au couteau.
- 3 Couper les poires en 2 et les épépiner.
- 4 Les détailler en grosses lamelles.
- 5 Détailler le bleu en petits dés.
- 6 Dans un saladier, mélanger la roquette, la sauce et les noisettes.

Étape 3

Dressage

- 1 Répartir la salade assaisonnée dans 4 coupelles.
- 2 Disposer les poires sur la salade.
- 3 Saupoudrer de dés de bleu et servir.