

*Salades*

# Salade de fèves au citron confit, chèvre frais et piment de jamaïque



<b>25 min</b>	<b>25 min</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>495</b>
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

 Ingrédients  
pour 4 personnes

**Ingrédients pour la  
salade de fèves**

300 g **Fèves**  
 1 **Tomate(s)**  
 4 **Tomate(s) confite(s)**  
 2 **Citron(s) confit(s)**  
 1 **Citron(s)**  
 1 **Gros sel**  
 1 **Glaçon(s)**

**Ingrédients pour la  
crème de fromage**

200 g **Fromage frais à tartiner**  
 125 g **Crème liquide (fleurette)**  
 10 grain(s) **Poivre**  
 1 **Fleur de sel**  
 1 **Crème liquide (fleurette)**

**Ingrédients pour la  
vinaigrette**
**Étape 1**

Préparation de la salade de fèves

- 1 Écosser les fèves et les réserver dans un saladier.
- 2 Tailler les tomates confites en petits dés à l'aide d'un couteau éminceur et réserver dans un bol.
- 3 Couper les citrons confits en quartiers puis ôter l'intérieur à l'aide d'un couteau éminceur.
- 4 Hacher les citrons confits à l'aide d'un couteau éminceur puis réserver dans un ramequin.
- 5 Couper le citron en deux et presser la moitié à l'aide d'un presse-agrumes puis réserver le jus.
- 6 Ôter le pédoncule de la tomate et inciser le dessus à l'aide d'un couteau d'office.
- 7 Porter une casserole d'eau à ébullition et ajouter du gros sel.
- 8 Préparer un saladier avec de l'eau froide et des glaçons.
- 9 Plonger les fèves dans l'eau bouillante et laisser cuire pendant 30 secondes pour les blanchir.
- 10 Débarrasser les fèves dans le saladier d'eau glacée à l'aide d'une écumoire.

- 11 Plonger la tomate dans la casserole d'eau bouillante pendant 20 secondes puis la rafraîchir dans le saladier d'eau glacée.
- 12 Sortir la tomate du saladier et égoutter les fèves dans un chinois.
- 13 Faire une incision sur les fèves avec le bout de l'ongle et appuyer pour ôter la peau puis réserver les fèves dans un bol.
- 14 Peler la tomate à l'aide d'un couteau d'office puis la couper en quartiers et l'épépiner.
- 15 Tailler les quartiers de tomate en petits dés à l'aide d'un couteau éminceur et les réserver dans un bol.

60 g **Huile d'olive**  
1 **Sel**

**Ingrédients pour le dressage**

6 feuille(s) **Menthe fraîche**  
1 **Piment d'Espelette**

## Étape 2

### Préparation de la crème de fromage

- 1 Concasser le poivre de Jamaïque à l'aide du plat de la lame d'un couteau éminceur puis les hacher finement.
- 2 Réserver le poivre dans un ramequin.
- 3 Mettre le fromage de chèvre dans un saladier puis verser un peu de crème liquide.
- 4 Mélanger le tout à l'aide d'une maryse et réserver.
- 5 Verser la crème liquide dans un saladier et la battre à l'aide d'un batteur jusqu'à ce qu'elle soit bien montée.
- 6 Incorporer un peu de crème montée dans le fromage de chèvre et mélanger à l'aide d'une maryse.
- 7 Ajouter le reste de la crème montée et mélanger pour assouplir le fromage.
- 8 Assaisonner avec de la fleur de sel, le poivre de Jamaïque et mélanger.
- 9 Garnir une poche à douille avec la préparation à l'aide d'une maryse.
- 10 Refermer la poche en expulsant l'air, couper l'extrémité de la poche et rabattre la crème vers le fond. Réserver.

## Étape 3

### Dressage

- 1 Ciseler finement la moitié de la menthe à l'aide d'un couteau éminceur et débarrasser avec les fèves.
- 2 Verser le jus de citron dans un bol avec l'huile d'olive, du piment d'espelette, de la fleur de sel et le citron confit émincé.
- 3 Mélanger à l'aide d'une cuillère à soupe et réserver.
- 4 Mettre les tomates confites, les dés de tomate et la vinaigrette avec les fèves puis mélanger.
- 5 Goûter l'assaisonnement puis ajouter du sel et de la vinaigrette si nécessaire.
- 6 Garnir le fond de verrines avec de la crème de fromage de chèvre puis déposer de la salade de fèves.
- 7 Déposer une nouvelle couche de crème de fromage puis une couche de salade de fèves.
- 8 Décorer la salade avec le reste de la menthe,

saupoudrer les assiettes de piment d'espelette et servir.