Entrées froides aux légumes

Concombre à la martiniquaise

20 min	20 min	0	0	137
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la salade

1. Couper les extrémités des concombres à l'aide d'un couteau d'office puis les râper à l'aide d'une râpe.
2. Ecraser les gousses d'ail à l'aide d'un presse-ail.
3. Couper le piment en deux et l'épépiner puis le hacher finement à l'aide d'un couteau d'office.
4. Mélanger le concombre râpé, l'ail et le piment dans un saladier. Saler, poivrer puis mélanger à l'aide d'une cuillère à soupe.
5. Extraire le jus du citron vert à l'aide d'un presse-agrumes puis le verser dans le saladier. Ajouter l'huile d'olive et le vinaigre puis mélanger à l'aide d'une cuillère à soupe.

Étape 2

Dressage

1. Couper le citron vert en rondelles à l'aide d'un couteau d'office.
2. Dresser la salade de concombre dans des assiettes individuelles et décorer avec une rondelle de citron vert. Déguster bien frais.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la salade

- 2 **Concombre**
- 2 **Gousse(s) d'ail**
- 1 **Piment(s)**
- 1 **Citron(s) vert(s)**
- 2 c. à soupe **Vinaigre d'alcool blanc**
- 3 c. à soupe **Huile d'olive**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

- 1 **Citron(s) vert(s)**