Salades

Salade picarde

20 min	20 min	0	0	341
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la salade

- 2 **Endive(s)**
- 1 **Pomme(s)**
- 50 g **Noix (cerneau)**
- 150 g **Laitue(s)**
- 1 **Citron(s)**
- 2 c. à soupe **Vinaigre de vin**
- 3 c. à soupe **Huile d'olive**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

- 0.5 botte(s) **Ciboulette**

Étape 1

Préparation de la salade

1. Oter le coeur amer des endives et les couper en fines rondelles à l'aide d'un couteau d'office.
2. Couper la pomme en deux et ôter le trognon à l'aide d'un couteau d'office. Les émincer finement à l'aide d'une mandoline et les mettre dans un saladier.
3. Extraire le jus du citron à l'aide d'un presse-agrumes et le verser sur les lamelles de pomme, pour éviter qu'elles noircissent.
4. Ouvrir la coque des noix à l'aide d'un casse-noix et retirer les cerneaux. Les concasser grossièrement à l'aide d'un couteau éminceur.
5. Mélanger dans un bol l'huile d'olive et le vinaigre de vin à l'aide d'une fourchette. Saler et poivrer.

Étape 2

Dressage

1. Déposer un lit de laitue dans des assiettes individuelles. Garnir d'endives et de lamelles de pommes.
2. Arroser avec un peu de vinaigrette et parsemer de noix. Ciseler la ciboulette à l'aide d'un couteau éminceur et en

parsemer la salade.

3 Déguster bien frais.