

SALADE AU ROQUEFORT ET AUX NOIX

Juillet 2011 (Actualisé en avril 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 100 g de roquefort
- ★ 80 g de cerneaux de noix
- ★ 100 g de dés de jambon ou d'épaule
- ★ 1 petite pomme granny smith
- ★ 1 citron jaune
- ★ 1 cœur de batavia
- ★ 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
- ★ 2 cuillères à soupe d'huile de colza
- ★ 1 cuillère à café d'huile de noix
- ★ 1 cuillère à café de moutarde forte
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Essoreuse, Saladier, 2 bols

Préparation : 15 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 6,40 € (soit 1,60 € par personne)



Recette :

Séparer les feuilles jaunes du cœur de la batavia, les rincer et les essorer, les détailler en petits morceaux. Laver la pomme et l'essuyer, la couper en rondelles de 5 mm d'épaisseur et chacune d'elles en petits dés de 5 mm de côté en éliminant pépins et trognon. Extraire le jus d'un citron dans un bol, y faire tremper les dés de pomme quelques secondes, les égoutter et les placer dans un saladier. Ajouter les dés de jambon, les cerneaux de noix coupés en deux, le roquefort débité en cubes de 5 mm de côté et les feuilles de salade.

Préparer une vinaigrette moutardée : dans un bol, verser le vinaigre et une pincée de sel, bien remuer pour le dissoudre. Ajouter le poivre et la moutarde, rendre homogène, incorporer les deux huiles et bien mélanger. Assaisonner la salade au moment de servir.

 C'est encore meilleur avec des **noix** fraîches lorsque c'est la saison.

Boisson :

Un Bergerac rouge servi à 16°C ou un Bourgogne Chardonnay servi à 12°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.