

SALADE AUX GAMBAS

Mars 2005 (Actualisé en mai 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 16 gambas crues (surgelées)
- ★ 1 petit melon charentais
- ★ 1 belle pomme rouge
- ★ 2 tomates fermes « Roma » ou « Grappe »
- ★ 1 citron jaune
- ★ 4 œufs
- ★ 160 g de lardons nature
- ★ 1 cœur de batavia
- ★ 1 petit concombre
- ★ 2 petites carottes
- ★ 160 g de mimolette
- ★ 1 tiers de baguette rassie
- ★ 3 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- ★ 40 g de beurre frais

Ustensiles : 3 Poêles, Robot ménager (fonction râpe), Bol

Préparation : 20 mn

Cuisson : 15 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 13,20 € (soit 3,30 € par personne)



Recette :

Décongeler les gambas. Faire chauffer l'huile dans une grande poêle, y placer les gambas et les faire griller 2 à 3 minutes par face. Les égoutter sur du papier absorbant. Laver et essorer la salade. Peler les carottes et les râper finement au robot. Couper le melon en quatre, éliminer les pépins et débiter chaque quart en fines lamelles. Couper le citron en deux et extraire le jus dans un bol. Laver la pomme, l'essuyer, la couper en quatre, éliminer le cœur et les pépins, couper en lamelles en conservant la peau, passer dans le jus de citron. Laver les tomates et les couper en quartiers. Laver le concombre, le sécher, strier la peau dans la longueur et couper en rondelles fines. Dans une casserole faire bouillir de l'eau, déposer les œufs et les cuire 10 minutes, les rafraîchir, les écaler et les couper en deux. Faire suer les lardons à sec dans une poêle à feu doux pendant 3 minutes, les égoutter sur du papier absorbant. Couper le pain en dés de 1 cm de côté, et faire dorer les croûtons dans le beurre à feu doux en veillant qu'ils ne brûlent pas. Couper la Mimolette en tranches fines.

Dans chaque assiette disposer quelques feuilles de salade et répartir un quart de chacun des ingrédients, c'est à dire : 4 gambas grillées, tranches de melon, de pomme citronnée, de concombre, lamelles de Mimolette, croûtons et lardons, 2 demi œufs, 2 quartiers de tomate, carottes râpées. Proposer vinaigrette, mayonnaise et pain de campagne en accompagnement.

Boisson :

Un Cheverny rosé servi à 8°C. (*)

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