

Salade Méridionale



Ingrédients

- 1.25kg tomates cerises Ardo
- 750g de poireaux en rondelles Ardo
- 1kg de petits pois Ardo
- 750g de semoule
- 15dl de bouillon de légumes
- 250g d'amandes effilées
- 1dl de jus de citron
- 1dl huile d'olive
- menthe, sel et poivre

Méthode

1. Couvrez la semoule et faites-la cuire à feu doux pendant 12 minutes environ dans le bouillon de légumes, laissez ensuite refroidir.
2. Faites rapidement blancher les poireaux et les petits pois et laissez-les refroidir.
3. Faites griller les amandes dans une poêle.
4. Mélangez la semoule froide avec les amandes, le jus de citron, l'huile d'olive, les poireaux, les petits pois et les tomates (coupées en deux ou en quartiers).

5. Assaisonnez de sel et de poivre, et saupoudrez de menthe avant de servir.
6. Servez, par exemple, avec du pain pita

Variation

Suggestion: vous pouvez utiliser du riz Ardo à la place de la semoule.

Cette recette est de ARDO

© ChefsproVeggie

info@chefsproveggie.be