

Salade de chou-pomme

Recette pour 4 personnes.

Temps de préparation: 20 minutes.

Temps de cuisson: environ 10 minutes.

Pour la recette ci-dessous, on profite des premières salades et légumes du jardin pour une entrée ou un souper léger. La salade peut aussi être préparée avec d'autres légumes, selon les saisons.

Ingrédients

1 salade de saison
1 chou-pomme d'environ 500 g
2 tranches de pain
3 cs beurre
1 dl de bouillon de légumes
1 cc de moutarde gros grain
1 cc de moutarde forte
2 cc miel
4 cs vinaigre balsamique blanc
2 cs huile de colza
Poivre du moulin et sel
1 boule de mozzarella de bufflonne suisse

Préparation

Eplucher le chou-pomme, le couper en petits dés et faire cuire dans le bouillon. Ils doivent rester encore un peu croquants. Laisser refroidir.

Couper les tranches de pain en dés et les faire dorer dans le beurre.

Laver la salade verte.

Couper la mozzarella en dés.

Mélanger la moutarde, le miel, le vinaigre et l'huile de colza et assaisonner avec du poivre et du sel.

Dresser les feuilles de salade verte sur les assiettes, ajouter les dés de chou-pomme et la mozzarella et arroser de sauce.

Garnir avec les croûtons.

Commission culinaire des paysannes neuchâteloises (UPN), 1er juin 2018

