

SALADE AUX SAVEURS ITALIENNES



Facile

Préparation: 15 mn

Cuisson: 5 mn

Pour 2 belles assiettes:

2 grosses poignées de roquette

4 pétales de tomates confites

50 g de Pecorino pepato (au poivre)

2 tranches de jambon de Parme assez fines

Une dizaine de petits calamars (casserons) à l'huile

Une dizaine de petites pleurotes

1 càs de pignons torréfiés

3 càs d'huile d'olive + 1 càc

1 càs de vinaigre balsamique

Sel et poivre

Préparer la vinaigrette en émulsionnant l'huile, le vinaigre et le sel. Réserver.

A la poêle, dans la càc d'huile d'olive restante, à feu vif, faire sauter les pleurotes coupées très finement pendant quelques minutes, les saler et réserver sur une assiette pour qu'elles tiédissent.

Dans la poêle où les pleurotes ont cuit, torréfier les pignons pendant 1 minute. Réserver.

Avec l'épluche légumes, faire de copeaux dans le Pecorino au poivre, réserver. Couper les pétales de tomates confites en bâtonnets. Egoutter les petits calamars avant de disposer les divers ingrédients sur la roquette assaisonnée.