

SALADE ROQUETTE PAMPLEMOUSSE



Pour 4 à 6 personnes :

- 100g de feta
- 250g de roquette
- 2 pamplemousses roses
- 12 olives noires
- 12 tomates cerise
- 6 brins de basilic
- Poivre
- 4 càs d'huile d'olive
- 2 càs de vinaigre balsamique

Pelez les pamplemousses à vif.

Pour cela, retirer la base et le haut du fruit.

A l'aide d'un couteau bien aiguisé ou d'un couteau en céramique, retirez la peau qui entoure le pamplemousse en suivant sa forme.

Le but est de faire apparaître la chair.

Lorsqu'il est entièrement pelé, prenez le fruit dans une main et, toujours à l'aide du couteau, retirez les quartiers en passant la lame entre la pulpe et la peau.

Lavez le basilic et hachez-le.

Coupez les tomates cerise en deux et émiettez la feta.

Préparez la vinaigrette en mélangeant l'huile d'olive et le vinaigre balsamique.

Rassemblez tous les ingrédients dans un plat creux.

Ajoutez la vinaigrette et rectifiez l'assaisonnement.

Dégustez bien frais.