

Salade complète au maïs



Farandole Gourmande

Farandole Gourmande

Ingrédients pour 2 personnes :

150 g de maïs égouttés
1 poivron orange
2 feuilles de salade Iceberg
6 tomates rondes
75 g de dés de poulet
100 g de dés d'emmental
10 pointes d'asperge

Préparation

Égoutter le maïs puis passez-le sous l'eau froide. Découper en petits morceaux le poivron, les tomates ainsi que l'emmental. Nettoyer votre salade, puis à l'aide d'un couteau coupez-la en fines lanières.

Préparer votre vinaigrette habituelle dans un saladier, puis ajouter tous les ingrédients que vous avez préparé au préalable. Mélangez le tout, puis réservez un demi-heure au réfrigérateur.

Lors du service ajoutez 5 pointes d'asperges dans chaque assiette.

Bon appétit !