



10 PERS.

IDÉAL POUR:
Entrée



CUISSON
0 min.
PRÉPARATION
20 min.

SALADE CROQUANTE DE PEPINETTES SAUCE CITRON

INGRÉDIENTS

400g de Pépinettes
500g d'eau
900g de concombres
200g d'oignons rouges
30g de feuilles de menthe
18cl d'huile d'olive + 1 filet d'huile
d'olive
100g de jus de citron
20g de moutarde
Sel & Poivre

PRÉPARATION

- Préparer les Pépinettes en réhydratation à froid la veille :
- Verser les pépinettes dans un bac gastro.
- Ajouter l'eau à température ambiante puis 2g de sel et un
- filet d'huile d'olive (4cl).
- Mélanger, couvrir et placer au frais pendant 12 à 13
- heures.
- Le lendemain, découper les concombres en dés, émincer
- les oignons finement, puis ciseler la menthe.
- Dans un petit bol, mélanger l'huile d'olive, la moutarde et
- le jus de citron. Assaisonner.
- Ajouter aux pâtes, les concombres, les oignons rouges, la
- menthe et la sauce.
- Rectifier l'assaisonnement puis remuer le tout avant de
- servir.