

SALADE AUX COULEURS DE L'AUTOMNE

- **Type de plat :** Entrée
- **Difficulté :** Facile
- **Coût de la recette :** Abordable
- **Temps de préparation :** 20 min
- **Temps de cuisson :** 5 min



Ingrédients pour 4 personnes

- 500 g de chair de potiron
- 125 g de mâche
- 50 g de cerneaux de noix
- 1 cuil. à soupe de raisins secs
- 4 tomates séchées macérées à l'huile d'olive
- 50 g de parmesan frais
- 1 cuil. à café de moutarde
- 1 cuil. à soupe de vinaigre de xérès
- 2 cuil. à soupe d'huile de noix
- 2 cuil. à soupe d'huile de tournesol
- Sel, poivre du moulin

Etapes de préparation

1. Coupez la chair de potiron en cubes, puis faites-les cuire à la vapeur, 4 à 5 min. Laissez-les refroidir.
2. Mettez les cubes de potiron dans un saladier, ajoutez les tomates séchées et égouttées coupées en lanières, les cerneaux de noix, les raisins secs et la roquette.
3. Mélangez dans un bol la moutarde, le vinaigre de xérès, du sel et du poivre. Emulsionnez avec les deux huiles, puis nappez la salade de cet assaisonnement. Mélangez délicatement.
4. Parsemez de copeaux de parmesan juste avant de servir.

