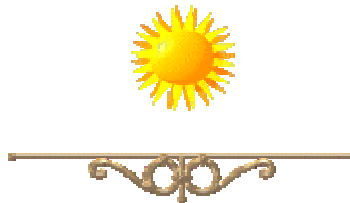


Fiche recette 160

Salade aux Endives et Noix.

(Plat végétarien). Préparation : 15 minutes - Pas de cuisson



Ingrédients pour 4 personnes.

5 belles endives, 2 pommes, 150 g de cerneaux de noix, 1 échalote, 100 g de fromage à pâte dure, (gruyère ou parmesan, râpé ou en copeaux), de l'huile d'olive ou de noix, du vinaigre de cidre, du sel et du poivre.

Réalisation.

Laver les endives, les couper en deux et enlever la base amère. Les effeuiller et tronçonner les feuilles en morceaux de 2/3 cm. Peler les pommes et les couper en petits dés. Briser les cerneaux de noix. Rassembler le tout dans un saladier. Préparer une vinaigrette avec de l'huile de noix (si possible), du vinaigre de cidre (de préférence), l'échalote hachée, du sel et du poivre. Verser la sauce sur la salade. Mélanger et saupoudrer du gruyère râpé ou des copeaux de parmesan.