

Philippe Augé

Chef exécutif de l'Hostellerie de Levernois

Salade de légumes croquants pour un repas léger !

INGREDIENTS

- 🍴 Asperges
- 🍴 Haricots verts
- 🍴 Navets
- 🍴 Fenouil
- 🍴 1 avocat
- 🍴 Tomates cerises
- 🍴 Pissenlits
- 🍴 Parmesan
- 🍴 Jambon cru
- 🍴 Croûtons
- 🍴 Vinaigre
- 🍴 Huile d'olive
- 🍴 Sel et poivre

DEROULE DE LA RECETTE

Equeuter les haricots et les découper en petits sifflets.

Couper les pointes d'asperges et les garder crues.

Couper en petites rondelles les queues des asperges.

Couper en petits morceaux le fenouil.

Cuire les légumes à l'anglaise : dans de l'eau salée. Essayer de les garder croquants.

Refroidir les légumes et les mettre de côté.

Préparer les tomates cerises à couper en morceaux.

Avec une mandoline, réaliser des copeaux de parmesan.

Réaliser une mayonnaise sans œufs : écraser une partie d'un avocat bien mûr avec une fourchette et ajouter du vinaigre et de l'huile.

Lier tous les légumes cuits avec la mayonnaise d'avocat et assaisonnez le tout avec du sel et du poivre

Dresser l'assiette.

L'astuce du chef : ajoutez deux ou trois pissenlits, les copeaux de parmesan et quelques croûtons ou des amandes !