



À TABLE EN LOIRE

LOIRE FRAÎCHEUR

MENU FRAÎCHEUR

L'entrée



Salade de baraban (pissenlit) aux lardons et croûtons

Ingrédients pour 4 personnes

250gr de pissenlits ou frisée selon la saison et les disponibilités

150gr de lardons fumés

3 tranches de gros pain

1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne

1 cuillère à café de vinaigre de vin

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

3 cuillères à soupe d'huile de tournesol

1 gousse d'ail

Sel

Poivre

Recette

Épluchez et lavez les pissenlits dans deux eaux. Essorez-les soigneusement.

Coupez le pain en dés et faites le revenir dans l'huile de tournesol pendant 4 min. Les dés doivent être dorés. Déposez-les sur un papier absorbant.

Épluchez la gousse d'ail pour frotter le fond d'un saladier et jetez le reste.

Délayez la moutarde avec le vinaigre, ajoutez l'huile d'olive, salez et poivrez.

Faites revenir les lardons bien dorés.

Déposez les pissenlits dans le saladier ainsi que les croûtons et lardons bien chaud. Versez la sauce et mélangez.

LOIRE VITAMINÉE

LOIRE TERROIR

LOIRE GOURMANDE

www.atable-enloire.fr