

# Salade de pâtes et jambon cru

Mes vacances au camping me donnent souvent envie de revenir à des choses simples. Ici, pas de chichis, une salade de pâtes toute en simplicité pour un midi ensoleillé (Bon ok, il était 14h ^^')

**Ingrédients pour 4 personnes** : 250g de pâtes DeCecco – 1 grosse tomate cœur de bœuf – 125g de jambon italien cru – ail – sel – poivre – huile d'olive – citron – 1 oignon ciboulette.

Faites cuire vos pâtes al dente. Égouttez-les. Ajoutez un peu d'huile d'olive et mélangez. Réservez à température ambiante.

Coupez les tomates nettoyées en quartiers fins. Réservez.

Éffilochez le jambon cru. Réservez.

Émincez l'oignon ciboulette finement.

Dans grand saladier. Placez les pâtes. Ajoutez 4CS d'huile d'olive, le jus d'un citron, du sel et du poivre. Mélangez bien.

Ajoutez les tomates, le jambon et le blanc de l'oignon. Remuez.

Versez le tout sur une grande assiette de service. Parsemez du vert de l'oignon. Servez.

---

# Salade rapide asiatique

J'ai un faible pour la cuisine italienne, mon mari pour la cuisine asiatique (bon j'avoue, j'adore ça aussi ^^). Donc hier je voulais lui faire plaisir tout en allant au plus simple. J'ai donc décidé de faire une salade d'influences asiatiques. Un petit tour à l'épicerie et Hop, à nos baguettes !

**Pour 4 personnes** : 100g de nouilles de maïs crues – 10 tomates cerises – 200g de poulet émincé – 150g de chou blanc émincé – 2 poignées de pousses de soja – Huile de sésame – Sauce d'huître – Jus de citron – Sauce de poisson – Sauce soja sucrée – mirin – 1 poignée de noix de cajou – 2CS de ciboulette ciselée.

Dans un premier temps, faites cuire vos nouilles comme indiqué sur le paquet. Puis passez-les à l'eau froide et laissez-les refroidir.

Lavez et coupez en 2 vos tomates cerises. Ajoutez le soja, et le chou blanc dans un grand saladier (pour pouvoir remuer).

Ajoutez le poulet. Puis les nouilles froides. Mélangez.

**Dans un bol, préparez la sauce** : 2CS d'huile de sésame, 1CS de sauce d'huître, 2CS de jus de citron, 1CS de mirin, 1CS de sauce soja sucrée, 1CS de sauce de poisson. Bien mélanger. Vous pouvez ajouter 1cc de flocon de piment si vous aimez les sauces très punchy.

Versez la sauce sur la salade et remuez bien pour que les parfums enrobent les ingrédients.

Répartissez la salade dans 4 bols, ajoutez des noix de cajous et de la ciboulette ciselée.

Sortez vos baguettes et plongez !

Bon appétit.

---

## Salade du placard

Etant donné que les portions de ma petite cafèt' sont énormes, je garde souvent une partie de mon repas de midi pour le transformer le soir pour un nouveau déjeuner le lendemain midi. Par exemple, il me restait des pâtes parfumées à l'aneth et crème (avant il y avait aussi du saumon fumé). J'en ai fait une salade rapide et simple.

**Pour 2 personnes** : 1 tomate coeur de boeuf – 100g de féta – 1 portion de pâtes cuites (entre 100g et 150g) – 4 coeur d'artichaut en conserve – 8 feuilles de basilic frais – jus de citron jaune – huile d'olive – sel – poivre – 2 grandes feuilles de batavia\*

Dans un saladier, versez les pâtes déjà cuites. Réservez.

Lavez et coupez en dés votre tomate. Ajoutez aux pâtes et mélangez. Réservez.

Egouttez 4 coeurs d'artichaut. Coupez les en deux et ajoutez-les aux pâtes. Mélangez et réservez.

Coupez la féta en dés. Ajoutez-la au reste de la salade et mélangez. Réservez.

Dans un pot hermétique, faites votre sauce : 3 volumes d'huile d'olive et 1 volume de jus de citron (j'en mets un peu plus, parce que j'aime les sauces plus acides que grasses en bouche), du sel et du poivre. Fermez et secouez bien. Versez la quantité de mélange souhaité sur votre salade et mélangez bien.

Servez dans une feuille de salade batavia lavée bien croquante. Et hop c'est parti. On ne gâche rien, on transforme !

---

## Salade féta, melon et roquette

C'est l'été. Il fait chaud et honnêtement manger quelque chose de lourd et chaud le soir ne me faisait pas vraiment envie. Le melon c'est de saison. J'adore la féta. C'est une combinaison assez magique en plus. Mais il faut la relever un peu. Alors de la roquette pour un coté poivré et un ingrédient secret pour l'originalité !

**Pour 2 personnes (en plat principal) :** 1 melon charentais – 100g de féta AOC – 1 grosse poignée de roquette – 1/3 de bouchon de fleur d'oranger – 2CS d'huile d'olive citronnée – 2CS de jus de citron bio – Sel – Poivre noir – 2CS de sésame doré

Dans un saladier, déposez la roquette propre et sèche.

Coupez le melon en 2. Retirez les pépins et à l'aide d'une cuillère à parisienne, détaillez tout le melon. Ajoutez les billes à la roquette.

Égouttez la féta, coupez-la en petits dés, puis ajoutez-la au reste de la salade.

Préparez la sauce dans un bol à part : Mélangez le jus de citron, l'huile d'olive, la fleur d'oranger, une pincée de sel et de poivre. Versez la sauce sur la salade. Mélangez bien. Saupoudrez de graines de sésame. Mélangez de nouveau.

Et voilà c'est prêt !

Si vous êtes un carnivore dans l'âme, vous pouvez ajouter quelques tranches de viandes de grison pour accompagner.

---

## **Salade de tomates, courgettes bio, mozzarella de bufflonne et huile vanillée**

La vanille c'est très parfumé et très bon. Souvent utilisée dans les desserts et de plus en plus sur les poissons blancs ou les tartares. Moi j'avais envie de tester sur une salade ! Comme l'huile vanillée est très ronde et grasse en bouche, j'avais envie d'acidité.. Voilà à quoi je suis arrivée !

**Pour 4 personnes** : 300g de tomates cœur de pigeon – 4 boules de mozzarella de bufflonne – 2 petites courgettes bio – de huile vanillée – 1 citron jaune – Fleur de sel – poivre noir du moulin.

Lavez vos tomates et vos courgettes.

Coupez les tomates en deux, réservez dans un saladier.

Coupez vos courgettes en brunoise (petits dés) et ajoutez aux tomates.

Zestez le citron et ajoutez les zestes aux tomates et courgettes.

Versez 2 à 3 cuillère à soupe d'huile d'olive vanillée. Mélangez.

Ajoutez le jus d'un 1/2 citron. Mélangez. Salez, poivrez.

Personnellement, j'aime quand c'est plus acide, du coup j'ajoute plus de jus de citron.

Servez dans 4 assiettes creuses. Déchirez, dans chaque assiette, une boule de mozzarella.

Versez dessus un filet d'huile vanillée, un peu de poivre et de fleur de sel.

A servir frais !

---

## Salade d'orecchiette aux brocolis et pancetta

Quand il fait chaud, on n'a pas forcément envie de manger lourd. Mais la salade de tomates/concombre... ça va bien 5min. Je vous propose une recette qui allie gourmandise sans pour autant avoir l'impression de refaire le repas de Noël.

**Pour 4 personnes** : 200g d'orecchiette cru – 200g de fleurette de brocoli – 100g de pancetta – 200g de tomates cerise – 2 bouillon cube de légumes. **Pour la sauce** : 2CS de crème épaisse à 30% – 1CS d'huile de noix – 2CS de jus de citron – Sel et poivre blanc.

Dans un grand volume d'eau bouillante ajoutez vos bouillon cube. Laissez bien dissoudre en mélangeant. Faites cuire vos orecchiette al dente (le temps de cuisson est indiqué sur le paquet). Égouttez, reversez dans la casserole et ajoutez un peu d'huile neutre pour qu'elles ne collent pas. Réservez en

mélangeant de temps en temps.

Si votre brocolis n'est pas déjà en petits bouquets, coupez-le, rincez-le. Faites le cuire à la vapeur pour qu'il soit encore légèrement croquant. Réservez.

Coupez votre pancetta en morceaux et faites-la revenir à la poêle anti-adhésive sans matière grasse pour qu'elle soit croustillante. Réservez.

Rincez et coupez en deux vos tomates cerises. Réservez.

**Préparez la sauce** : Dans un shaker, mettez la crème, l'huile, le jus de citron, du sel et du poivre blanc et secouez bien. La sauce doit être homogène.

Dans un saladier, mélangez les tomates, le brocolis et les orecchiette. Ajoutez ensuite la pancetta. Couvez avec la sauce et mélangez à nouveau.

Présentez dans un plat de service creux et foncé pour que les couleurs de la salade ressortent bien. Chacun se sert comme il a envie.

Vous pouvez servir cette salade avec AOC Bellet (2007-2009-2101-2011)

---

## **Bagels au jambon**

Pour 1 bagel : Du fromage frais (type philadelphia ou st moret) – du jambon blanc en tranche fine (ou tout autre viande/poisson en tranche fine) – des cornichons – quelques feuilles de salade – Poivre

Ouvrez votre bagel en deux et passez-les au gril pour qu'il

soit chaud et croustillant. Tartinez ensuite avec votre fromage frais. Poivrez. Coupez votre cornichons en fine tranches, disposez sur le fromage frais. Coupez des tranches de jambon et disposez sur le bagel. Déchirez la salade. Disposez par dessus le jambon. Reposez le dessus du bagel sur le tout. Faites-vous une petite salade verte assaisonnée pour accompagnée ou si vous avez envie de gourmandise des chips ou des frites !

---

## Salade tiède du soir

C'est le soir, et on ne sait pas trop quoi faire à manger... On ouvre le frigo et il reste... Un peu de pâtes cuites nature, du lard fumé, et 4 tomates. BANKO ! Ce soir, c'est salade tiède de pâtes aux lardons et tomates. Cette recette, au vu de ce qu'il restait dans mon frigo est pour **2 personnes**.

Coupez votre lard en lardons et faites les dorer dans une poêle chaude avec un peu d'huile. Une fois qu'ils sont bien dorés, ajoutez les pâtes et mélangez bien. Pendant que les pâtes réchauffent doucement, lavez et coupez vos tomates en quartiers. Ajoutez les dans votre poêle. Assaisonnez. Ajoutez du basilic émincé. Sur feu très doux faites revenir 1min. Puis à feu vif ajoutez un peu de vinaigre pour déglacer. Coupez le feu, et remuez bien dans la poêle. Il ne reste plus qu'à servir. Vite fait, bien fait ☐

---



# Croquettes de camembert et salade persil & fèves

**Pour 2 personnes (plat principal) – 4 personnes (entrée ou apéritif) :** 1/3 de bouquet de persil plat – 250g de fèves surgelées – 1 bon camembert – de la chapelure – de la farine – 1 œuf

Dans de l'eau bouillante salée, faites cuire vos fèves pendant 6min (après reprise de l'ébullition). Egouttez-les et réservez. Effeuillez le persil et réservez.

Dans 3 petites assiettes, disposez votre œuf battu, dans une autre la chapelure et dans la dernière la farine.

Ne sortez votre camembert qu'au dernier moment. Il doit être bien froid. Coupez-le en huit. Chaque morceau doit être successivement trempé dans la farine, puis l'œuf battu et enfin la chapelure. Faites chauffer une poêle antiadhésive avec un fond d'huile (type pépins de raisins). Faites dorer vos morceaux de camembert sur chaque face.

Pendant ce temps, préparez assaisonnement de votre salade. Préférez une huile/vinaigre en adéquation avec le fromage. Par exemple une huile pas trop forte en goût et un vinaigre de noix pour rehaussez. Vous pouvez aussi ajouter des graines (type sésame) pour donner du croquant à votre salade.

Pour la présentation : Dans chaque assiette, placez un peu de salade et placez vos croquettes de camembert. Servez de suite pour que les croquettes soit bien chaude et coulante.

Petit plus : Dans votre salade, vous pouvez ajouter des petits morceaux de granny smith pour apporter de l'acidité et éviter d'avoir quelque chose de trop gras en bouche.

---

# Salade de fèves à la féta

Très facile à réaliser et avec peu d'ingrédient. Une entrée fraîche et simple qui avec un morceau de pain croustillant ravirait même les enfants !

**Pour 4 personnes** : 250g de fèves surgelées – 150g de Féta – Jus de citron – Huile d'olive – Sel – Poivre

Dans un bouillon de légumes (en cube ça va très bien) à ébullition faites cuire vos fèves 12min environ. Vous verrez qu'elles sont cuites parce qu'elles commencent à se friper. Egouttez-les et réservez.

Pendant ce temps, coupez votre féta en cube. Dans un saladier, placez vos fèves et votre féta et arrosez généreusement de jus de citron, d'huile d'olive. La fève boit beaucoup. Salez, poivrez. Remuez bien le tout et répartissez dans vos assiettes ou verrines. Vous pouvez même laisser un peu au frais... C'est encore meilleur !

Bonne dégustation !