



Salade niçoise et sa sauce piment-citron vert

2

Temps total: 0:20
Préparation: 0:10
Cuisson: 0:10
Portion(s): 2
Difficulté: Facile

Ingrédients

Oeuf(s)

3 pièce(s), moyen

0

Haricots verts, frais

100 g

0

Sel iodé

1 pincée(s)

0

Poivre

1 pincée(s)

0

Poivron

1 pièce(s), petit, jaune

0

Tomates cerise

100 g

0

Laitue

1/4 tête(s)

0

Olives noires, en saumure

6 pièce(s), dénoyautées

2

Thon au naturel (conservé)

1 boîte(s) de conserve, égoutté

0

Oignons de printemps

2 pièce(s)

0

Concombre

1/2 pièce(s), grand

0

Piments

1 pièce(s), rouge

0

Jus de citron vert/lime

4 CS

0

Bouillon de légumes, liquide

2 CS (1 pincée de poudre)

0

Huile d'olive

1 cc

1

Miel

1 cc

1

Instructions

- 1** Faire cuire les œufs dans de l'eau bouillante 8 à 10 minutes de sorte à obtenir des œufs durs. Les rincer à l'eau froide, les écaler et les couper en quatre. Laver les haricots et les faire cuire dans de l'eau salée env. 8 minutes. Jeter l'eau de cuisson des pâtes et les rincer à l'eau froide.
- 2** Laver, épépiner et couper en lanières le poivron. Laver et couper en deux les tomates. Laver, essorer et couper en

morceaux la salade. Couper les olives en rondelles. Égoutter le thon. Laver et couper en rondelles les oignons de printemps. Laver et couper en dés le concombre.

- 3** Pour la sauce, laver, épépiner et couper en petits dés le piment. Mélanger le piment, le jus de citron vert, le bouillon, l'huile, le miel, le sel et le poivre. Mélanger le poivron, les tomates, les haricots, la salade, les olives, le thon, le concombre et la sauce. Dresser les œufs sur la salade. Servir.