SALADE SUCRÉE SALÉE, TARTINE AUX RILLETTES DE CANARD

Le 28 Octobre 2022

Image not found or type unknown
Au dîner ce soir, ce sera salade gourmande et tartine

Qui n'a pas entendu la sempiternelle question "**on mange quoi ce soir?**" . C'est bientôt l'**hiver** alors autant mettre tous les atouts de notre côté pour qu'elle soit douce et calme.

Nous vous proposons de réaliser une **recette simple et rapide**, **sans lactose** à déguster **en famille** ou **entre amis le soir**, une recette pour débutant, un **plat tout en un** :

une **salade originale sucrée salée** et sa tartine salée froide.

Les **soirées tartines entre amis** : une idée pour recevoir en toute **convivialité** avec des idées **gourmandes** à décliner à l'infini : froide ou chaude, avec ou sans fromage; pour les végétariens, pour les amateurs de poisson, pour les intolérants au lactose...

Bref, les tartines font l'unanimité et accompagnés d'une salade, elles constituent un **plat complet équilibré**. C'est le cas également d'une idée recette que nous vous avons proposé sur notre blog salade et cake salé.

Les ingrédients de la soirée tartine

Salade verte du jardin ou du marché

Gouttes de poivrons rouges en conserve

Maîs

Pamplemousse

Orange

Avocat

Jus de citron

Pignon de pin

Ciboulette

Pain de campagne

Rillettes de canard au foie gras ou **rillettes d'oie**

LA COMBE DE JOB SARL 21 Avenue Conseiller Coudert 19130 Objat
05 55 84 13 33 - contact@lacombedejob.com

Vinaigre cuvée mêlée

Huile d'olive

Poivre cubèbe

Sel

Les 5 étapes de la recette

1ère étape : Prélever des quartiers d'orange et de pamplemousse et couper des tranches d'avocat préalablement citronnées afin qu'elles ne noircissent pas au contact de l'air

2ème étape : Faire griller à sec des pignons de pin dans une poêle anti-adhésive

3ème étape :Toaster une tranche de pain de campagne au grille-pain pour qu'elle soit croustillante, tartiner la rillette de canard au foie gras et disposer 2 brins de ciboulette pour la décorer.

4ème étape : Dresser la salade verte dans une assiette creuse. Disposer 3 quartiers d'orange et 3 quartiers de pamplemousse. ajouter les gouttes de poivrons rouges

Alternative à la recette : la tartine peut également se faire avec une mousse de thon

Bonne dégustation