

Salade Composée, Poires et Lardons

Ingrédients : Pour 6 personnes

- 175 g de lardons fumés
- 4 à 5 poires
- 1 citron jaune (non traité)
- 120 g de mesclun
- 80 g de noix
- 2 c à s de miel
- 2 c à s de vinaigre de cidre
- 6 c à s d'huile d'olive
- sel et poivre
- Pain de mie ou croûtons de pain
- Pignons de pin



Préparation :

- Prélever le zeste du citron avec un économe, plonger les zestes 2 min dans de l'eau bouillante puis égoutter, essuyer et émincer.
- Eplucher les poires, les épépiner, les émincer puis les arroser avec le jus du citron.
- Dans un bol, mélanger le miel, le vinaigre, le sel, le poivre puis émulsionner avec l'huile. Ajouter les zestes de citron émincés. On obtient une variante de la sauce vinaigrette.
- Poêler les lardons et rissoler le pain de mie dans la graisse des lardons.
- Torrifier les pignons de pin.

Dressage : Présentation en assiette individuelle (creuse)

Mettre le mesclun au fond de l'assiette, puis les poires émincées. Assaisonner le tout avec la sauce vinaigrette puis parsemer de lardons, de noix et de pain de mie rissolé. Ajouter les pinons de pin.

Servir tiède ou froid

Ateliers des 7 et 8 janvier 2019