

Salade de pommes de terre grelots et haricots

Vous commencez à ne plus savoir quoi faire de vos haricots qui ont trop produit cette année? Voici une suggestion intéressante de Josée di Statio.

Les ingrédients

- 60 ml (¼ tasse) de mayonnaise
- 750 g (1 1/2 lb) de petits grelots
- 300 g de haricots verts parés
- 160 ml (2/3 tasse) d'aneth haché finement et bien tassé
- Vinaigrette
- 15 ml (1 c. à soupe) de zeste de citron
- 40 ml (2 ½ c. à soupe) de moutarde de Dijon ou à l'ancienne
- 30 ml (2 c. à soupe) de vinaigre de vin
- 45 ml (3 c. à soupe) d'échalotes grises finement hachées
- 1 jaune d'œuf
- Sel et poivre du moulin
- 80 ml (1/3 à 1/2 tasse) d'huile d'olive



Pour une salade-repas

- 2 boîtes de thon ou 500 ml (2 tasses) de jambon en bâtonnets

Préparation :

1. Cuire les grelots environ 10 minutes ou plus dans l'eau bouillante généreusement salée, pour qu'ils soient juste cuits sans se défaire. Égoutter et couper en 2 ou en 4 selon leur grosseur.
2. Cuire les haricots 3 à 4 minutes dans l'eau bouillante salée, ou jusqu'à ce qu'ils soient « al dente ». Égoutter et rincer à l'eau glacée, éponger et couper en deux.
3. Déposer les pommes de terre, les haricots et l'aneth dans un grand bol.
4. Préparer la vinaigrette. Dans un petit bol, mélanger le zeste, la moutarde, le vinaigre de vin, les échalotes grises et le jaune d'œuf. Saler et poivrer.
5. À l'aide d'un fouet, incorporer l'huile graduellement en un mince filet.
6. Verser environ la moitié de la vinaigrette sur le mélange de pomme de terre et bien mélanger. Goûter et rectifier l'assaisonnement. Les pommes de terre gagnent à être suffisamment salées. Réserver le reste de la vinaigrette au réfrigérateur et servir avec une salade de verdure ou une salade de légumes de saison.
7. Servir la salade tiède ou froide en ajoutant un peu de vinaigrette au besoin.

Source : <https://www.joseedistasio.ca/recettes/accompagnements/salade-de-pommes-de-terre-grelots-et-haricots/>

Retour aux capsules gourmandes : <http://www.jardinslaprairie.com/CapsulesGourmandes.html>

Comité des jardins communautaires Ville de La Prairie, 2022-07-30

<http://www.jardinslaprairie.com>