

SALADE À L'ANANAS ET AU CRABE

Mai 2019

Ingrédients (4 personnes) :

★ 180 g de chair de crabe (frais, surgelé ou en boîte)

★ 1 ananas frais

★ 2 tomates allongées fermes (200 g)

★ 1 cuillère à soupe de ketchup

★ 2 cuillères à soupe de whisky

★ 1 pincée de piment fort (Tabasco)

★ 1 cive (Ciboulette)

★ 20 cl de mayonnaise moutardée

Ustensiles : Vide-pomme, Jatte, Batteur électrique, Saladier

Préparation : 25 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 9,65 € (soit 2,41 € par personne)



Recette :

Décortiquer le crabe cuit s'il est frais, l'égoutter s'il est en boîte, le décongeler à température ambiante s'il est surgelé. Laver les tomates, les essuyer, les couper en quatre, les épépiner et détailler chaque quartier en petits dés. Ciseler finement la tige verte de la cive (ou la ciboulette). Ôter le toupet de l'ananas, le peler (bien retirer les yeux), l'évider avec le vide-pomme, le débiter en rondelles de 1 cm d'épaisseur et couper chacune d'elles en 8 morceaux.

Préparer une mayonnaise, l'additionner de ketchup, de whisky, d'une pincée de piment (ou de quelques gouttes de Tabasco) et mélanger le tout délicatement. Dans un saladier verser les morceaux d'ananas, les dés de tomate, la chair de crabe émietée, bien mélanger, parsemer de cive ciselée. Présenter la salade, la mayonnaise à part, chacun assaisonnant selon son goût. Si la consommation n'est pas immédiate, conserver le tout au frais au réfrigérateur.

Boisson :

Un Fiefs vendéens rosé servi à 8°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.