

SALADE D'ENDIVES AUX NOIX

Décembre 2003 (Révisé en avril 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 3 à 4 endives (800 g)
- ★ 150 g de noix sèches de Grenoble
- ★ 100 g d'emmental
- ★ 4 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- ★ 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin
- ★ 1 cuillère à soupe d'huile de noix
- ★ 1 cuillère à soupe de moutarde forte
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Saladier, Bol

Préparation : 15 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 2,80 € (soit 0,70 € par personne)



Recette :

Enlever les feuilles extérieures des endives et éliminer le talon, les rincer à l'eau fraîche et les laisser égoutter tête en bas. Couper l'emmental en petits dés de 5 mm de côté. Ouvrir les noix, extraire les cerneaux et les concasser grossièrement.

Préparer la vinaigrette : dans un bol mettre sel et poivre du moulin, verser le vinaigre et bien mélanger pour dissoudre le sel; ajouter la moutarde et bien homogénéiser, enfin verser les 2 huiles. Mettre la vinaigrette au fond du saladier, couper les endives en rondelles d'un centimètre de hauteur, ajouter les noix et les dés d'emmental. Mélanger les ingrédients et la vinaigrette au moment de consommer.

i L'huile de noix est chère et rancie assez vite, aussi ne l'acheter qu'en petite quantité (25 cl) et la conserver à l'abri de la lumière.

Boisson :

Une bière blonde ou un Quincy blanc. (*)

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