

SALADE GASCONNE

Juillet 2019

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 1 batavia
- ★ 90 g de magret séché en tranches
- ★ 300 g de gésiers de canard confits
- ★ 2 grandes tranches de pain de campagne
- ★ 4 figues fraîches
- ★ 16 tomates cerise
- ★ 1 gousse d'ail
- ★ 8 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ★ 2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre
- ★ 1 cuillère à café d'huile de noix
- ★ 60 g de foie gras mi- cuit (Facultatif)
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Grille-pain, Essoreuse, 2 poêles, Bol

Préparation : 15 mn

Cuisson : 5 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : (Hors foie gras) 14,15 € (soit 3,54 € par personne)



Recette :

Toaster les tranches de pain de campagne au grille-pain pour les rigidifier sans trop les colorer. Peler la gousse d'ail. Effeuille la salade, la laver l'essorer et détailler les feuilles en morceaux de 5 x 5 cm maximum. Couper les tomates cerise en deux. Dans une poêle réchauffer les gésiers à feu doux durant 5 minutes en les retournant souvent. Les égoutter sur du papier absorbant. Couper en deux les plus gros. Frotter la gousse d'ail sur les tranches de pain et couper ces dernières en dés de 1 cm de côté, les faire dorer avec précaution dans une poêle avec 3 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Préparer une vinaigrette : dans un bol mettre une pincée de sel, verser le vinaigre et bien mélanger pour dissoudre le sel; poivrer, incorporer 5 cuillères à soupe d'huile d'olive et l'huile de noix et bien homogénéiser.

Garnir 4 assiettes d'un lit de salade. Dans chacune d'elle disposer harmonieusement 1/4 des gésiers, 5 tranches de magret, 8 demi-tomates cerise, 1/4 des dés de pain, arroser de deux cuillères à soupe de vinaigrette. Décorer avec une figue coupée en 4 et quelques copeaux de foie gras (facultatif).

Boisson :

Un rosé de Gaillac servi à 8 °C ou un rouge de Gaillac servi à 14°C. (*)

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