

SALADE LYONNAISE

Mai 2004 (Révisé en mai 2019)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 1 salade frisée
- ★ 4 œufs
- ★ 125 g de lardons nature
- ★ 1 quart de baguette rassie
- ★ 6 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- ★ 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin
- ★ 40 g de beurre
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Essoreuse, Casserole, 2 Poêles, Saladier, Bol

Préparation : 15 mn

Cuisson : 10 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 3,90 € (soit 0,98 € par personne)



Recette :

Parer la salade, bien rincer les feuilles à l'eau fraîche et les essorer. Mettre à bouillir une large casserole d'eau et y plonger les œufs pour 10 minutes, les rafraîchir à l'eau froide. Faire suer les lardons à sec dans une poêle quelques minutes, les égoutter sur du papier absorbant. Couper le pain rassis en petits cubes de 1 cm de côté, les faire dorer dans le beurre en veillant à ce qu'ils ne brûlent pas

Préparer la vinaigrette : dans un bol mettre sel et poivre du moulin, verser le vinaigre et bien mélanger pour dissoudre le sel; verser l'huile et bien homogénéiser. Écaler les œufs et les couper en 4. Mettre la vinaigrette au fond du saladier, ajouter les feuilles de salade, les lardons, les œufs et les croûtons. Mélanger délicatement les ingrédients et la vinaigrette au moment de consommer.

Boisson :

Un Mâcon blanc servi à 10°C. (*)

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