

SALADE SCANDINAVE

Octobre 2007 (Actualisé en mai 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 1 betterave rouge cuite (350 g)
- ★ 2 pommes de terre à chair ferme (300 g)
- ★ 3 œufs
- ★ 1 sachet de filets de hareng fumés doux (200 g)
- ★ 1 oignon blanc frais
- ★ 10 brins de ciboulette
- ★ 2 branches d'aneth
- ★ 3 cuillères à soupe d'huile de colza
- ★ 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin
- ★ 1 cuillère à café de moutarde forte
- ★ 1 cuillère à café de gros sel gris de Guérande
- ★ Sel fin, poivre gris moulu

Ustensiles : 2 casseroles, Saladier, Bol

Préparation : 20 mn

Cuisson : 20 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 3,80 € (soit 0,95 € par personne)



Recette :

Mettre à bouillir une casserole d'eau avec le gros sel, ajouter les pommes de terre et laisser cuire 20 minutes à petits bouillons. Porter à ébullition une casserole d'eau, ajouter 1 cuillère à soupe de vinaigre et les œufs. Les cuire à légers bouillons 10 minutes, les rafraîchir, les écarter et les couper en rondelles. Peler la betterave, la couper en petits dés de 1 cm de côté. Peler l'oignon, le couper en rondelles et séparer les différentes couches. Couper les filets de hareng en petits tronçons de 2 cm de long par 5 mm de large. Peler les pommes de terre refroidies et les couper en dés de 1 cm de côté.

Préparer une vinaigrette : dans un bol, mettre sel et poivre gris, ajouter le vinaigre restant, bien mélanger pour dissoudre le sel, ajouter la moutarde, puis l'huile et homogénéiser. Ciseler finement la ciboulette. Dans un saladier mettre tous les ingrédients : dés de betterave et de pommes de terre, rondelles d'oignon et d'œufs, tronçons de hareng, mélanger délicatement, parsemer de ciboulette ciselée et arroser de vinaigrette au moment de servir. Décorer avec des brins d'aneth.

Boisson :

Un Sauvignon des Côtes de Duras servi à 10°C. (*)

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