



SALADE AUX PATATES DOUCES ROTIES, PECAN ET VINAIGRETTE



2 pers.



4 pers.

Ingrédients

Dans votre box :

Patates douces	250 g	500 g
Endive rouge	1/2 pièce	1 pièce
Endive blanche	1/2 pièce	1 pièce
Mâche	1 poignée	1 poignée
Semoule	50 g	100 g
Raisins secs	20 g	40 g
Pomme	1/2 pièce	1 pièce
Noix de pécan	30 g	60 g
Orange	1/2 pièce	1 pièce
Vinaigre balsamique	1 cuillère à soupe	2 cuillères à soupe

Dans votre placard :

Huile d'olive	1 1/2 cuillères à soupe	3 cuillères à soupe
Moutarde	1/2 cuillère à café	1 cuillère à café
Sel		
Poivre		



Réalisation de la recette

Préparation : 15 mn

Cuisson : 15 mn

1. Les patates douces

- Préchauffez votre four à 200°C.
- Épluchez et coupez la ou les patate(s) douce(s) en cubes (environ 3 cm). Étalez dans un plat, arrosez d'huile d'olive, de sel et de poivre et glissez au four 15 minutes (piquez les patates douces pour vérifier la cuisson, la lame du couteau ne doit pas résister).

2. La salade

- En attendant, faites gonfler la semoule en la recouvrant d'eau bouillante salée.
- Séparez les feuilles d'endives et coupez les plus grosses en lamelles. Épluchez et coupez la moitié de la pomme en tranches, l'autre moitié en petits cubes, en arrosant de jus de citron pour éviter que la pomme ne noircisse.
- Mélangez la semoule avec les raisins secs, la moitié des noix de pécan concassées, du sel et du poivre, en veillant à bien séparer les graines de semoule sans les écraser.
- Préparez la vinaigrette en fouettant tous les ingrédients ensemble : zestes et jus de la moitié de l'orange, l'huile d'olive, le vinaigre, la moutarde, du sel et du poivre. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement au besoin. Si le mélange est trop acidulé, ajoutez une pointe de miel.

3. Le dressage

- Sur vos assiettes, disposez un lit d'endives et de mâche, disposez ensuite de la semoule dans chaque assiette, les cubes tiédés de patates douces, les tranches de pomme et arrosez généreusement avec la vinaigrette. Terminez en disposant harmonieusement les noix de pécan restantes.
- Bonne dégustation !

4. Le + du Chef

- Selon les saisons, variez les plaisirs en intégrant différents fruits et légumes à cette salade. La vinaigrette orange/balsamique convient par exemple très bien avec de la poire, du fenouil, des aubergines, des radis finement tranchés, des fèves et des carottes.

