

SALADE DE SAUMON, POMME DE TERRE & CHAMPIGNON



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- Saumon fumé 100 à 200g
- Pommes de terre 300 à 400g
- 1 cœur de salade
- 10 olives
- Tomates cerises 200g
- Champignons frais 50g
- Fêta 60g
- Herbes aromatiques au choix : menthe, basilic, persil

Astuces :

Servir cette salade avec une vinaigrette au citron : huile d'olive 3 càs + ½ citron jaune (jus) + moutarde ½ càc

Préparation : 15 minutes | Cuisson : 20 minutes
Repos au frais : 1h | Pour 2 personnes

1. Éplucher les pommes de terre, les couper en cubes (2 cm de largeur) et les faire cuire à l'eau pendant 20 minutes environ.
2. Laver la salade, les champignons, les tomates.
3. Laver les herbes aromatiques et les ciseler finement.
4. Couper les tomates cerises en 2, hacher finement la salade, enlever la peau des champignons et les découper en fines lamelles.
5. Couper les tranches de saumon en fines lamelles.
6. Quand elles sont cuites, égoutter les pommes de terre et les passer sous l'eau froide.
7. Égoutter les olives et les couper en fines rondelles.
8. Mélanger tous les ingrédients et réserver au frais 1 heure avant de servir.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

www.recettes100faim.fr