




FAIR TRADE

Recette

Salade fraises et asperges

Salade fraises et asperges

au vinaigre balsamique blanc et à l'huile d'olive



2 Portionen



env. 15 min.

INGRÉDIENTS

250 g mini-asperges vertes
200 g fraises fraîches
2 C à S Crema al Balsamico Bianco
3 C à S huile d'olive Zeit al Zaitoun

Sel
Poivre

En option :
1/2 bouquet persil frais

PRÉPARATION

1) Lavez les asperges et coupez la partie inférieure ligneuse (environ 3 cm). Ensuite, les couper en morceaux de 2-3 cm de long. Faire chauffer une poêle avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et faire cuire les morceaux d'asperges pendant environ 5 minutes en les retournant régulièrement. Déposez-les sur une assiette et laissez-les refroidir.

2) Lavez les fraises, les parer, les couper en quatre et les mettre dans un saladier.

3) Mélangez dans un petit bol la Crema al Balsamico Bianco avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, un peu de poivre et de sel, émulsionnez à l'aide d'un petit fouet.

4) Ajoutez les morceaux d'asperges légèrement refroidis et la vinaigrette dans le saladier avec les fraises, mélangez bien et servez dans deux petits bols, parsemés de persil frais.

ASTUCE POUR SERVIR

Option : parsemer cette salade de graines de courge grillées.

Cette salade convient parfaitement comme entrée pour un menu léger de printemps ou d'été.

*Produits de l'assortiment claro