

Salade Fattouche (salade paysanne libanaise)



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.6	Tomate cerise	~
2 PCE	Concombre moyen	~
1 PCE	Salade romaine	~
40 PCE	Ciboule ou oignon nouveau	0021234
4 PCE		~
0.5	Radis	~
1	Menthe fraîche	~
1	Coriandre fraîche	~
5 PCE	Pain pita	~
0.12	Brisure de cerneaux de noix en sachet 1 kg SOVECOPE	0135549
0.02	Miel de fleur gastronomie en pot 1 kg LUNE DE	0237596
0.015	Mélange d'épice zaatar en flapper 230 g LA CASE AUX EPICES	0267444
0.005	Poudre de Sumac en sachet 500 g TERRE	0185565
0.03	Crème balsamique de Modène en bouteille 40 cl BORGES	0008346
PM	Huile d'olive vierge extra biologique en bidon 5 L GID	0096619
PM	Sel de mer fin en sachet 1 kg LA TABLEE	0025254
PM	Poivre blanc moulu en sachet 1 kg DUCROS	0045638

Étapes de préparation

- 1 Préparer le pain rôti : couper les pitas en triangles. Les disposer ensemble sur une plaque à pâtisserie recouverte d'une feuille de papier cuisson. Arroser d'huile d'olive, saler, poivrer et saupoudrer du mélange d'épices zaatar. Faire rôtir dans un four à 180°C pendant environ 10 minutes en remuant régulièrement.
- 2 Dans une poêle, faire torréfier les brisures de noix et les arroser de miel. Laisser caraméliser à feu doux. Puis laisser refroidir.
- 3 Laver les tomates cerises et les couper en 2. Laver et tailler le concombre en 1/2 tranches fines. Laver et émincer la salade romaine, les radis et la ciboule. Débarrasser les légumes dans un grand saladier.
- 4 Emincer les herbes aromatiques avant de les ajouter aux légumes avec les olives et les noix caramélisées.
- 5 Ajouter le zaatar, le sumac, la crème de balsamique et quelques cuillerées d'huile d'olive. Assaisonner et mélanger le tout.
- 6 Ajouter le pain rôti, vérifier et corriger l'assaisonnement.
- 7 Servir aussitôt.